

**ВИЩИЙ НАВЧАЛЬНИЙ ПРИВАТНИЙ ЗАКЛАД
«ДНІПРОВСЬКИЙ ГУМАНІТАРНИЙ УНІВЕРСИТЕТ»**

НАВЧАЛЬНО-НАУКОВИЙ ІНСТИТУТ

**КАФЕДРА ТУРИСТИЧНОГО ТА ГОТЕЛЬНО-РЕСТОРАННОГО
БІЗНЕСУ**

ЗАТВЕРДЖУЮ

Ректор ВНПЗ
«Дніпровський гуманітарний
університет»

Олег КИРИЧЕНКО

_____ . . . 2025р.

КОНСПЕКТ ЛЕКЦІЙ З НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

ТЕХНОЛОГІЇ ПРОДУКЦІЇ РЕСТОРАННОГО ГОСПОДАРСТВА

(назва навчальної дисципліни)

Освітній ступінь	бакалавр
	(назва ступеня вищої освіти – бакалавр або магістр)
Спеціальність	241 Готельно-ресторанна справа / J2 Готельно-ресторанна справа та кейтеринг
	(шифр і назва)
Освітня програма	«Готельно-ресторанна справа»
	(назва, дата і № наказу про затвердження ОП) Наказ № 34-02 від 25.04.2024, зміни внесені наказом № 32-02 від 24.04.2025.
Статус навчальної дисципліни	обов'язкова
	(обов'язкова або вибіркова)
Мова навчання:	Українська

Тема 1. Основні стадії технологічного процесу виробництва продукції ресторанного господарства

План:

1. Характеристика виробничих та технологічних процесів виробництва кулінарної продукції у закладах ресторанного господарства.
2. Класифікація технологічних процесів за сукупними ознаками, основні етапи, операції, режими, їх мета.
3. Загальна характеристика різних видів сировини та напівфабрикатів різного ступеню готовності.
4. Класифікація сировини, технологічні схеми її переробки.
5. Асортимент і характеристика напівфабрикатів, які надходять з підприємств харчової промисловості, їх використання в закладах ресторанного господарства.
6. Нормативно-технічна документація закладів ресторанного господарства.
7. Призначення і характеристика Збірника рецептур національних страв та кулінарних виробів для підприємств громадського харчування всіх форм власності.

1. Характеристика виробничих та технологічних процесів виробництва кулінарної продукції у закладах ресторанного господарства

Виробничі та технологічні процеси у закладах ресторанного господарства є комплексом взаємопов'язаних дій, спрямованих на перетворення сировини у готову кулінарну продукцію, придатну до споживання. Вони охоплюють усі етапи – від приймання та зберігання сировини до реалізації страв споживачеві. Кожен із цих етапів має власні вимоги, технологічні режими та організаційні особливості, що забезпечують якість, безпечність і стабільність продукції.

Основою виробничої діяльності закладу є **технологічний процес приготування кулінарної продукції**, який складається з послідовності операцій: підготовки сировини, теплової обробки, оформлення та відпуску готових страв. Відповідно до технологічних карт визначаються норми витрат продуктів, тривалість обробки, температурні режими та вимоги до органолептичних показників. Залежно від типу підприємства – ресторан, їдальня, кафе чи бар – структура технологічного процесу може мати різний ступінь складності. У ресторанах вищого класу технологічні процеси характеризуються високим рівнем спеціалізації робочих місць, використанням напівфабрикатів власного виробництва та широким асортиментом страв.

Виробничий процес у закладах ресторанного господарства охоплює як основне, так і допоміжне виробництво. Основне виробництво включає безпосереднє приготування кулінарної продукції, тоді як допоміжне – забезпечення основного процесу енергією, водою, інвентарем, миття посуду та

прибирання. Раціональна організація виробництва ґрунтується на принципах потоковості, спеціалізації, ритмічності та пропорційності між цехами й дільницями. Для цього розробляють технологічні схеми руху продуктів, щоб уникнути перехрещення «чистих» і «брудних» потоків, що є важливою умовою санітарної безпеки.

На першому етапі здійснюється **приймання сировини**. Тут перевіряють відповідність кількості та якості продуктів вимогам стандартів, умовам зберігання та супровідній документації. Далі продукти передаються у **складські приміщення**, де дотримуються визначені температурно-вологісні режими: холодильні камери, комори для сухих продуктів, овочесховища. На цьому етапі формується перший рівень контролю якості, який запобігає використанню недоброякісної сировини у виробництві.

Другий етап – **підготовка сировини до виробництва**. Вона передбачає механічну та первинну кулінарну обробку: миття, очищення, подрібнення, обвалювання, нарізання тощо. Для цього передбачені окремі заготівельні цехи – м'ясний, рибний, овочевий, борошняний. Використання спеціалізованого устаткування (м'ясорубок, овочерізок, тістомісів) забезпечує стабільність якості напівфабрикатів і скорочення витрат часу. У великих підприємствах можуть виготовлятися напівфабрикати різного ступеня готовності, що дає змогу раціоналізувати подальше приготування страв.

Третій етап – **теплова обробка продуктів**, що є ключовою ланкою технологічного процесу. Залежно від рецептури застосовуються різні методи: варіння, смаження, запікання, тушкування, парова обробка. Головна мета – забезпечити кулінарну готовність продукту та зберегти його харчову цінність. Під час теплової обробки відбуваються фізико-хімічні зміни білків, жирів, вуглеводів, що визначають смак і зовнішній вигляд страви. Сучасні технології все частіше використовують комбіновані методи (наприклад, сувід або пароконвекційне приготування), які підвищують якість готової продукції та енергоефективність виробництва.

Наступним етапом є **оформлення, порціонування та відпуск кулінарної продукції**. Тут важливо не лише дотриматися рецептурних норм, а й забезпечити естетичне подання страви, що підвищує споживчу привабливість. У ресторанах високого класу процес сервірування часто інтегрований із виробництвом: частина операцій (фламбування, нарізання, приготування соусів) може виконуватись у присутності відвідувача.

Сучасна тенденція розвитку ресторанного господарства – **автоматизація технологічних процесів**. Використання пароконвектоматів, автоматичних фритюрниць, вакууматорів, систем контролю температури та вологості дозволяє стандартизувати якість страв і скоротити людський фактор. Крім того,

впровадження інформаційних технологій у виробничий процес (ERP-систем, програм управління запасами) підвищує ефективність планування та знижує втрати сировини.

Окреме значення має **контроль якості кулінарної продукції**. Він здійснюється на всіх етапах – від приймання сировини до подачі готових страв. Основними критеріями є відповідність стандартам, технологічним картам і санітарним вимогам. Для забезпечення безпечності харчових продуктів у сучасних підприємствах запроваджується система HACCP, що ґрунтується на принципах аналізу ризиків і контролю критичних точок.

Таким чином, виробничі та технологічні процеси у закладах ресторанного господарства – це складна, багаторівнева система, яка поєднує технологічну дисципліну, організаційну чіткість і творчий підхід до приготування кулінарної продукції. Їх ефективна реалізація визначає конкурентоспроможність закладу, рівень сервісу та задоволення споживачів.

2.Класифікація технологічних процесів за сукупними ознаками, основні етапи, операції, режими, їх мета

Класифікація технологічних процесів у закладах ресторанного господарства ґрунтується на системному підході до організації виробництва кулінарної продукції. Ці процеси поділяються за низкою ознак, які відображають їх зміст, послідовність, ступінь механізації, використання енергії, призначення та характер впливу на сировину. Така класифікація дає можливість глибше зрозуміти структуру виробничої діяльності, оптимізувати трудові та матеріальні ресурси, забезпечити стабільну якість готових виробів.

За **технологічною сутністю** процеси поділяють на основні, допоміжні та обслуговуючі. Основні процеси безпосередньо пов'язані зі створенням кулінарної продукції – це підготовка сировини, теплове оброблення, складання та оформлення страв. Допоміжні процеси забезпечують належне функціонування основного виробництва: доставка продуктів, миття посуду, очищення приміщень, технічне обслуговування обладнання. Обслуговуючі процеси охоплюють організацію відпуску, подачі страв, підтримання температурного режиму та умов зберігання готової продукції.

За **ступенем механізації** технологічні процеси поділяють на ручні, механізовані та автоматизовані. Ручні характерні для невеликих закладів, де основні операції виконуються працівником без застосування машин. Механізовані процеси передбачають використання устаткування, що полегшує або замінює фізичну працю (овочерізки, м'ясорубки, міксери). Автоматизовані процеси реалізуються із застосуванням програмованих машин і систем

керування (пароконвектомати, вакуумні установки, дозатори). Підвищення рівня автоматизації дозволяє досягати стабільної якості продукції, зменшувати втрати сировини та контролювати параметри режимів у реальному часі.

За **характером впливу на сировину** виділяють механічні, фізичні, хімічні та біохімічні процеси. Механічні процеси змінюють форму, розмір, структуру продуктів (нарізання, подрібнення, збивання, формування). Фізичні процеси відбуваються під впливом температури, тиску або вологості – це варіння, смаження, охолодження, заморожування. Хімічні процеси зумовлюють перетворення речовин у нові сполуки, наприклад, під час карамелізації цукрів або реакцій Майяра. Біохімічні процеси пов'язані з дією ферментів, як під час бродіння чи визрівання продуктів.

За **послідовністю виконання** розрізняють послідовні, паралельні та комбіновані технологічні процеси. Послідовні процеси передбачають виконання операцій у певному порядку, коли завершення однієї є умовою початку наступної. Паралельні – одночасне здійснення кількох операцій, що дозволяє скоротити тривалість виробництва. Комбіновані процеси поєднують обидва типи, забезпечуючи гнучкість і ефективність виробничих потоків.

Основними **етапами технологічного процесу** є: підготовка сировини, приготування напівфабрикатів, теплова обробка, охолодження (за потреби), оформлення, зберігання та відпуск. На кожному етапі реалізується певна послідовність технологічних операцій, що мають свою мету та параметри. Наприклад, підготовка овочів включає миття, очищення, нарізання; теплове оброблення – обсмаження, тушкування, варіння; оформлення – порціонування, декорування, укладання на тарілку або в гастроемність.

Кожна **операція технологічного процесу** має конкретний зміст, виконавця, устаткування та режим роботи. Операціями називають окремі дії, спрямовані на досягнення часткової мети процесу – наприклад, збивання білків, варіння бульйону, охолодження десерту. Операції об'єднуються у технологічні стадії, а сукупність стадій утворює повний цикл виробництва.

Важливу роль у технологічному процесі відіграють **режими обробки**, тобто сукупність умов, що забезпечують оптимальний результат. До режимів належать температура, тиск, тривалість, вологість, швидкість перемішування, співвідношення компонентів. Від правильного вибору режимів залежить якість готового продукту: смак, консистенція, колір, поживна цінність. Порушення режимів може призвести до недоварювання, пересушування, втрати вітамінів або мікробіологічного псування.

Метою технологічних процесів є створення кулінарної продукції, яка відповідає вимогам безпечності, харчової цінності, органолептичних показників і нормативної документації. Кожна операція виконується для досягнення

конкретного результату: очищення продуктів від забруднень, знищення мікрофлори, покращення смаку, забезпечення необхідної структури чи зовнішнього вигляду. У системі технологічних процесів усі етапи взаємопов'язані – якість кінцевого виробу формується поступово, у міру проходження сировини через окремі стадії виробництва.

За **тривалістю дії** процеси поділяються на безперервні та періодичні. Безперервні характерні для потокового виробництва, коли сировина без зупинок проходить усі етапи (наприклад, у лініях для виготовлення соусів або напоїв). Періодичні процеси виконуються партіями, що властиво більшості закладів ресторанного господарства, особливо при приготуванні страв на замовлення.

Класифікація технологічних процесів дозволяє систематизувати діяльність виробничих підрозділів, визначати необхідне обладнання, трудові ресурси, час виконання операцій і критерії контролю якості. Розуміння структури процесу сприяє підвищенню ефективності організації виробництва, оптимізації технологічних режимів і забезпеченню стабільного результату під час приготування кулінарної продукції будь-якої складності.

3. Загальна характеристика різних видів сировини та напівфабрикатів різного ступеню готовності

Сировина і напівфабрикати є основою виробництва кулінарної продукції у закладах ресторанного господарства, оскільки саме від їх якості, ступеня готовності та відповідності вимогам стандартів залежить кінцевий результат – безпечна, смачна й естетично оформлена страва. Сировина – це продукти тваринного, рослинного або мінерального походження, що використовуються для виготовлення страв та напоїв. Напівфабрикати – це продукти, що пройшли певну стадію технологічної обробки й призначені для подальшого кулінарного приготування.

За **походженням** сировину поділяють на продукти тваринного і рослинного походження. До тваринних належать м'ясо, риба, птиця, яйця, молоко та молочні продукти. Ця група є основним джерелом білків, жирів, мінеральних речовин і вітамінів. М'ясо, наприклад, відрізняється високою харчовою цінністю завдяки повноцінним білкам і залізу. Рибна сировина характеризується швидкою кулінарною готовністю та легким засвоєнням організмом. Молочна сировина використовується для приготування соусів, десертів, напоїв і борошняних виробів. До рослинної сировини належать овочі, фрукти, ягоди, зернові, бобові, борошно, цукор, жири рослинного походження, прянощі та зелень. Ці продукти забезпечують організм людини вуглеводами, клітковиною, мінералами та вітамінами.

За **ступенем готовності** сировину поділяють на первинну, оброблену та напівфабрикати різного ступеня готовності. Первинна сировина надходить до закладу без попередньої технологічної обробки – це свіжі овочі, м'ясо тушами або півтушами, свіжа риба, яйця, крупи, борошно. Її використання потребує виконання повного комплексу підготовчих операцій на підприємстві. Оброблена сировина – це продукти, які вже пройшли часткову механічну чи теплову обробку на промислових підприємствах: обвалене м'ясо, філе риби, очищені овочі, заморожені ягоди.

Напівфабрикати у закладах ресторанного господарства поділяють за ступенем готовності на три основні групи: напівфабрикати високого, середнього та низького ступеня готовності. Напівфабрикати низького ступеня готовності – це продукти, що пройшли лише початкову механічну обробку: обвалене м'ясо, нарізана риба, очищені овочі. Вони вимагають подальшої термічної обробки безпосередньо на підприємстві. Напівфабрикати середнього ступеня готовності зазнають часткової теплової обробки, наприклад, бланшування овочів, обсмаження котлетної маси або попереднього варіння круп. Напівфабрикати високого ступеня готовності – це продукти, які потребують мінімальної доробки перед подачею, як-от варені напівфабрикати для супів, запечене м'ясо, готові соуси чи десерти.

За **фізичним станом** сировину і напівфабрикати поділяють на свіжі, охолоджені, заморожені, сушені, консервовані. Свіжі продукти використовуються одразу після надходження, але мають обмежений термін зберігання. Охолоджені продукти зберігають свої властивості протягом кількох днів завдяки підтриманню температури від 0 до +4 °С. Заморожені продукти дозволяють продовжити термін придатності до кількох місяців і зберегти більшість поживних речовин, однак вимагають дотримання умов розморожування. Сушені продукти (гриби, фрукти, овочі) використовують для приготування страв із тривалим терміном зберігання, а консервовані – у періоди нестачі сезонної сировини.

За **ступенем промислової переробки** розрізняють сировину натуральну, перероблену і готову до використання. Натуральна сировина надходить у природному вигляді, без змін структури. Перероблена включає очищення, подрібнення, фасування, часткове приготування. Готова сировина – це продукти, які можна безпосередньо використовувати для приготування страв без додаткової обробки, наприклад, пастеризоване молоко, термічно оброблені соуси, кулінарні суміші.

Використання напівфабрикатів у сучасному ресторанному господарстві має низку **переваг**. Воно сприяє скороченню тривалості виробничого циклу, зменшенню потреби у великих заготівельних приміщеннях, зниженню втрат

сировини, підвищенню санітарно-гігієнічного рівня виробництва. Крім того, застосування стандартизованих напівфабрикатів забезпечує стабільну якість кулінарної продукції та полегшує контроль технологічних процесів. Особливо поширеним є використання заморожених овочевих сумішей, готових тістових заготовок, формованих м'ясних виробів і кулінарних соусів промислового виробництва.

Водночас ефективно використання напівфабрикатів потребує дотримання **вимог до зберігання**. Заморожені продукти зберігають у морозильних камерах при температурі $-18\text{ }^{\circ}\text{C}$, охолоджені – у холодильниках не вище $+4\text{ }^{\circ}\text{C}$, сухі – у вентильованих приміщеннях при вологості не більш ніж 70%. Порушення цих умов може призвести до мікробіологічного псування, окислення жирів чи втрати поживних речовин.

Вибір сировини та напівфабрикатів визначається типом закладу, його асортиментною політикою, форматом обслуговування та економічними чинниками. Ресторани високого рівня частіше використовують свіжу сировину з мінімальною промисловою обробкою, щоб підкреслити індивідуальність страв. Заклади швидкого обслуговування, навпаки, орієнтуються на готові або високого ступеня готовності напівфабрикати, що забезпечує швидкість приготування й стабільність смаку.

4.Класифікація сировини, технологічні схеми її переробки.

Сировина, що використовується у закладах ресторанного господарства, класифікується за кількома ознаками, які відображають її походження, ступінь обробки, фізичний стан та призначення у виробництві кулінарної продукції. Така класифікація дозволяє раціонально організувати процес постачання, зберігання та технологічної обробки продуктів, забезпечуючи високу якість готових страв.

За **походженням** сировину поділяють на продукти тваринного, рослинного, мінерального та мікробіологічного походження. До тваринної належать м'ясо, риба, птиця, молоко, яйця, жири тваринного походження. Рослинна сировина – це овочі, фрукти, ягоди, зернові, бобові, борошно, цукор, олія, спеції. Мінеральна сировина включає кухонну сіль, питну воду, харчові добавки. Мікробіологічна – дріжджі, оцет, ферментовані продукти, які отримують у результаті діяльності мікроорганізмів.

За **ступенем технологічної готовності** сировину поділяють на первинну (необроблену), оброблену і напівфабрикати різного ступеня готовності. Первинна сировина надходить у природному стані – наприклад, м'ясо тушами, свіжа риба, неочищені овочі. Оброблена вже пройшла часткову механічну підготовку (очищення, обвалювання, нарізання). Напівфабрикати

характеризуються певним рівнем готовності до подальшого використання – від сирих до попередньо термічно оброблених.

За **фізичним станом** сировина може бути свіжою, охолодженою, замороженою, сушеною або консервованою. Такий поділ визначає особливості зберігання та технологічної обробки. Свіжа сировина потребує швидкого використання, заморожена – розморожування перед приготуванням, сушена – відновлення вологості, а консервована – відкриття й дотримання умов використання після розгерметизації.

Технологічні схеми переробки сировини відображають послідовність операцій, які забезпечують її підготовку до кулінарного використання. Залежно від виду сировини схеми мають специфічні особливості.

Для **м'ясної сировини** типова схема включає приймання, розморожування (за потреби), розбирання туш, обвалювання, жилування, нарізання порцій, маринування або формування напівфабрикатів. Кожен етап спрямований на отримання зручних для подальшої обробки порцій та забезпечення належної якості продукту.

Для **рибної сировини** технологічна схема охоплює розморожування, потрошіння, видалення луски, філеювання, порціонування, промивання та формування напівфабрикатів (котлетна маса, філе, тушки). Особлива увага приділяється дотриманню температурного режиму, щоб запобігти втратам білка й жиру.

Овочева сировина проходить послідовні операції: сортування, миття, очищення, нарізання, промивання, бланшування (для окремих видів) і підготовку до теплової обробки. У цій схемі важливо мінімізувати механічні втрати та зберегти поживні речовини.

Для **борошняної сировини** схема включає просіювання, дозування, змішування, замішування тіста, вистоювання, формування і підготовку до випікання чи варіння. Кожен етап має свої параметри вологості, температури й тривалості, що впливають на якість кінцевого виробу.

5. Асортимент і характеристика напівфабрикатів, які надходять з підприємств харчової промисловості, їх використання в закладах ресторанного господарства

Асортимент напівфабрикатів, що надходять із підприємств харчової промисловості, охоплює широкий спектр продукції різного ступеня готовності, призначеної для прискорення виробничих процесів у закладах ресторанного господарства. Такі напівфабрикати виготовляються за стандартизованими

технологічними умовами, що забезпечує стабільну якість, безпечність і тривалий термін зберігання.

До основних груп належать **м'ясні, рибні, овочеві, борошняні та кулінарні напівфабрикати**. М'ясні напівфабрикати можуть бути натуральними, панірованими, формованими або рубленими. До натуральних належать порційні шматки з яловичини, свинини, птиці (битки, відбивні, ескалопи). Рублені виготовляють з м'ясного фаршу – котлети, тефтелі, біфштекси. Паніровані напівфабрикати мають покриття з сухарів або борошна, що зберігає соковитість м'яса під час смаження. Вони можуть бути сирими, попередньо обсмаженими чи повністю готовими до розігріву.

Рибні напівфабрикати включають філе, тушки, шматочки для варіння чи смаження, котлетну масу, фаршировану рибу, напівготові страви у соусах. Їх перевага – швидке доведення до кулінарної готовності й можливість формування широкого асортименту гарячих страв із мінімальними витратами часу.

Овочеві напівфабрикати надходять у свіжоочищеному, бланшованому або замороженому вигляді. Найпоширеніші – суміші для супів, гарнірів, салатів, заморожена картопля фрі, овочі гриль, подрібнена зелень. Завдяки шоковому заморожуванню зберігається колір, структура та поживна цінність продуктів. Такі заготовки дозволяють підтримувати стабільність меню незалежно від сезону.

Борошняні напівфабрикати представлені різними видами тіста – дріжджовим, листковим, прісним, а також сформованими виробами: вареники, пельмені, млинці, пиріжки, піца-основи. Вони надходять охолодженими або замороженими й потребують мінімальної теплової обробки перед подачею.

Окрему категорію становлять **кулінарні напівфабрикати комплексного складу** – соуси, маринади, заправки, супові основи, готові м'ясні чи овочеві рагу, страви у вакуумному пакуванні (Sous-Vide). Їх використовують у ресторанах для стандартизації смаку, скорочення часу приготування та зменшення технологічних ризиків.

У закладах ресторанного господарства промислові напівфабрикати застосовують для організації швидкого обслуговування, розширення асортименту та оптимізації трудових витрат. Вони дозволяють зменшити навантаження на заготівельні цехи, скоротити втрати сировини й забезпечити стабільність кулінарної продукції при великому потоці відвідувачів.

Правильне зберігання та використання таких напівфабрикатів регламентується санітарними нормами і технологічними картами. Заморожені вироби зберігають при температурі $-18\text{ }^{\circ}\text{C}$, охолоджені – не вище $+4\text{ }^{\circ}\text{C}$. Перед термічною обробкою вони повинні пройти контроль якості й, за потреби, розморожування у відповідних умовах.

6. Нормативно-технічна документація закладів ресторанного господарства

Нормативно-технічна документація у закладах ресторанного господарства є основою для організації виробничо-технологічних процесів, забезпечення стабільної якості продукції та дотримання вимог безпеки харчування. Вона регламентує кожен етап діяльності – від закупівлі сировини до відпуску готових страв споживачеві.

До системи нормативно-технічної документації належать державні стандарти (ДСТУ), технічні умови (ТУ), санітарні правила і норми, інструкції, технологічні карти, рецептурні збірники, паспорти якості, специфікації та інші документи, що встановлюють вимоги до продукції, процесів, матеріалів і обладнання.

Державні стандарти (ДСТУ) визначають загальні вимоги до якості продуктів харчування, їх безпечності, маркування, транспортування і зберігання. Вони є обов'язковими для виконання всіма виробниками кулінарної продукції. Наприклад, ДСТУ ISO 22000:2019 регламентує систему управління безпечністю харчових продуктів на основі принципів HACCP, а ДСТУ 4661:2006 встановлює загальні вимоги до закладів ресторанного господарства.

Технічні умови (ТУ) застосовують тоді, коли продукція не підпадає під дію діючих стандартів або має особливі характеристики. ТУ розробляють безпосередньо підприємства або галузеві організації для конкретних видів кулінарних виробів чи напівфабрикатів. У документі описують склад продукту, вимоги до сировини, технологію приготування, умови зберігання, показники якості та способи контролю.

Важливе місце займають **збірники рецептур страв і кулінарних виробів**, що містять нормативи витрат сировини, вихід готових страв, технологічну послідовність операцій і вимоги до оформлення. Найпоширенішими є «Збірник рецептур страв і кулінарних виробів для підприємств громадського харчування» (у різних редакціях), який використовується як базовий документ при складанні меню та розробленні технологічних карт.

Технологічна карта – основний внутрішній документ підприємства, який містить детальний опис процесу приготування конкретної страви. Вона включає: найменування і номер рецептури, перелік і масу сировини, технологічну послідовність обробки, тривалість і режим теплової обробки, вимоги до подачі, показники якості й умови зберігання. Наявність технологічних карт забезпечує стандартизацію виробництва і контроль якості готової продукції.

Робочі інструкції розробляються для працівників кухні, бару, залу та інших підрозділів. У них визначаються порядок виконання технологічних операцій, вимоги до санітарії, охорони праці та експлуатації обладнання. Такі

документи сприяють дотриманню єдиних правил обробки сировини, запобігають порушенням технологічної дисципліни.

До обов'язкової документації також належать **санітарно-гігієнічні норми** (ДСанПіН, накази МОЗ України), які встановлюють вимоги до умов виробництва, персоналу, вентиляції, освітлення, водопостачання, зберігання сировини і готових страв. Наприклад, ДСанПіН 6026:2019 регламентує вимоги безпечності та якості харчових продуктів у закладах харчування.

Паспорти якості та сертифікати відповідності підтверджують якість сировини та напівфабрикатів, що надходять на підприємство. Вони містять інформацію про виробника, дату виготовлення, термін придатності, органолептичні та фізико-хімічні показники, результати лабораторних досліджень. Без наявності таких документів сировина не може бути використана у виробництві.

Для внутрішнього контролю якості та безпечності продукції використовуються **журнали обліку** (облік температурних режимів, санітарної обробки інвентарю, приймання сировини, бракеражу страв). Ці журнали є важливою частиною системи НАССР і допомагають відстежувати відповідність технологічних процесів установленим вимогам.

У межах системи НАССР заклади розробляють **програми-передумови**, інструкції з ідентифікації критичних контрольних точок, процедури моніторингу, коригувальні дії та протоколи перевірки. Це дозволяє підтримувати постійний контроль за ризиками, пов'язаними з мікробіологічним чи хімічним забрудненням продукції.

Нормативно-технічна документація є не лише вимогою законодавства, але й інструментом ефективного управління якістю, що забезпечує конкурентоспроможність і стабільність діяльності підприємства ресторанного господарства.

7. Призначення і характеристика Збірника рецептур національних страв та кулінарних виробів для підприємств громадського харчування всіх форм власності

Збірник рецептур національних страв та кулінарних виробів для підприємств громадського харчування всіх форм власності є базовим нормативно-технологічним документом, який використовується у практиці ресторанного господарства для організації виробництва кулінарної продукції. Його головне призначення – забезпечення єдності технологічних процесів приготування страв, дотримання встановлених норм витрат сировини та стабільної якості готової продукції.

Збірник виконує функцію **офіційного довідника**, за яким розробляються технологічні карти на підприємствах ресторанного господарства. Він містить стандартизовані рецептури, технологічні інструкції, вимоги до оформлення і подачі страв, показники якості, умови зберігання та терміни реалізації продукції. Це дозволяє забезпечити відповідність кулінарної продукції єдиним державним вимогам і сприяє збереженню національних гастрономічних традицій.

Зміст Збірника структуровано за розділами, що охоплюють основні групи страв: холодні та гарячі закуски, супи, другі страви з м'яса, риби, птиці, овочів, каш, борошняні вироби, десерти, соуси, напої. Для кожного рецепта наведено повний перелік сировини з масою брутто і нетто, технологічну послідовність операцій, режим теплової обробки, вихід готової страви та органолептичні характеристики.

Особливу увагу приділено **національним кулінарним традиціям України**. У документі систематизовано рецептури борщу українського, вареників, дерунів, котлет по-київськи, голубців, крученики, узвару, киселів та інших характерних для національної кухні страв. Це має важливе значення для збереження автентичності української гастрономії в умовах сучасної ресторанної індустрії.

Збірник також передбачає можливість **адаптації рецептур** відповідно до сучасних технологічних умов і обладнання. Підприємства можуть використовувати ці рецептури як основу для створення авторських варіацій або розробки нових страв, зберігаючи базові принципи технологічного процесу та співвідношення компонентів.

Використання Збірника є обов'язковим у навчальному процесі, під час підготовки технологічної документації та при складанні меню. Він виступає критерієм для перевірки правильності ведення технологічних процесів, дозволяє планувати витрати сировини, контролювати калорійність і харчову цінність страв.

Тема 2. Теплова кулінарна обробка продуктів

План:

1. Значення теплової кулінарної обробки продуктів.
2. Характеристика основних способів теплової обробки продуктів.
3. Характеристика процесу варіння: основним способом, припускання, на водяній бані, на парі, під тиском, у вакуумі.
4. Характеристика процесу смаження: основним способом, у великій кількості жиру, без жиру, у духовій шафі, на відкритому вогні, під інфрачервоним випромінюванням.
5. Характеристика комбінованих та допоміжних способів теплової обробки.
6. Характеристика процесу тушкування, запікання, варіння з наступним смаженням, пасерування, бланшування, обсмалювання, термоустаткування.
7. Особливості теплової кулінарної обробки продуктів у конвекційних і пароконвекційних печах.
8. Призначення та принцип дії конвекційної печі. Призначення та принцип дії пароконвекційної печі.
9. Технологія приготування продукції ресторанного господарства у конвекційних та пароконвекційних печах.
10. Особливості теплової обробки охолоджених, швидкозаморожених напівфабрикатів, виробів, страв.

1. Значення теплової кулінарної обробки продуктів

Теплова кулінарна обробка є одним із найважливіших етапів технологічного процесу виробництва кулінарної продукції у закладах ресторанного господарства. Її головне призначення – перетворення сировини у готову до споживання їжу, що має привабливі смакові, ароматичні та структурні властивості, а також відповідає вимогам безпечності.

Основне значення теплової обробки полягає у **забезпеченні мікробіологічної безпеки продуктів**. Під дією високої температури знищуються патогенні мікроорганізми, яйця гельмінтів, токсини, ферменти, що викликають псування. Саме тому термічна обробка – ключовий елемент профілактики харчових отруєнь і захворювань, пов'язаних із недоброякісною сировиною.

Не менш важливим є **покращення органолептичних властивостей**. Під час теплової дії змінюється зовнішній вигляд, колір, аромат і смак продуктів. Наприклад, завдяки реакції Майяра при смаженні утворюється рум'яна кірочка й характерний запах, що підсилює апетит. Варіння, запікання чи тушкування роблять продукти м'якшими, ніжнішими, зручними для засвоєння.

Теплова обробка також виконує **технологічну функцію структурного перетворення продуктів**. Білки денатурують і коагулюють, жири плавляться,

вуглеводи карамелізуються або клейстеризуються, клітковина розм'якшується. У результаті страви набувають потрібної консистенції, форми й текстури, що полегшує їх подальше оформлення і споживання.

Важливою є й **харчова роль** теплової обробки. Вона підвищує засвоюваність поживних речовин – зокрема, білків м'яса, риби, яєць, крохмалю в крупах і борошні. Водночас деякі способи приготування (наприклад, тривале кип'ятіння) можуть знижувати вміст вітамінів і мінералів. Тому технологи повинні обирати оптимальні режими температури та тривалості обробки, щоб зберегти максимальну харчову цінність.

З економічного погляду тепла обробка дозволяє **забезпечити стабільність якості продукції** та ефективно використати сировину. Вона сприяє зменшенню втрат при приготуванні, формує стійкий товарний вигляд страв, що особливо важливо у ресторанному бізнесі.

У сучасних закладах харчування використовують різні способи теплової обробки – варіння, смаження, тушкування, запікання, гриль, парову обробку, фритюр, а також комбіновані технології, зокрема sous-vide або приготування на пару під тиском. Кожен із них має свої технологічні особливості, що визначають якість кінцевого продукту.

2.Характеристика основних способів теплової обробки продуктів

Основні способи теплової кулінарної обробки продуктів у закладах ресторанного господарства поділяють на **варіння, смаження, тушкування, запікання, парову обробку, обсмажування у фритюрі, гриль та комбіновані методи**. Кожен із них має власні технологічні особливості, вплив на структуру сировини, смакові якості й поживну цінність готової продукції.

Варіння – це обробка продуктів у рідкому середовищі (воді, бульйоні, молоці, сиропі) при температурі близько 100 °С. Цей спосіб забезпечує рівномірне прогрівання, збереження соковитості, але може супроводжуватися частковими втратами водорозчинних речовин. Залежно від умов, розрізняють варіння у великій кількості рідини (для супів, каш, макаронних виробів), у невеликій кількості (тушкування) і на парі.

Парова обробка полягає в нагріванні продуктів насиченою парою при температурі 100-120 °С без прямого контакту з водою. Вона дозволяє зберегти колір, аромат і більшість вітамінів. Такий метод часто застосовується для дієтичного та дитячого харчування, а також у сучасній ресторанній кухні, де цінується натуральний смак і легкість страв.

Смаження – це тепловий вплив на продукт у шарі жиру або без нього при високій температурі (150-200 °С). У процесі смаження утворюється рум'яна

кірочка завдяки реакції Майяра, що надає страві приємного аромату й смаку. Розрізняють смаження основне (на сковороді), у фритюрі, на відкритому вогні чи решітці (гриль).

Смаження у фритюрі – обробка продуктів у великій кількості розігрітого жиру при 170–180 °С. Цей метод забезпечує швидке приготування та хрустку поверхню, але потребує суворого дотримання режиму, щоб уникнути надлишкового всмоктування жиру.

Гриль передбачає теплову дію від інфрачервоного випромінювання. Продукти готують безпосередньо над джерелом тепла, завдяки чому утворюється характерний підпечений смак і аромат. Гриль широко використовується в ресторанній практиці для приготування м'яса, риби, овочів.

Тушкування – комбінований спосіб, що поєднує попереднє обсмаження продуктів із подальшим варінням у невеликій кількості рідини під кришкою. У результаті утворюється насичений соус, а продукти стають м'якими й ароматними.

Запікання – обробка в духовці або жаровій шафі при температурі 180-250 °С. Воно сприяє утворенню золотистої кірочки й концентрації смаку. Запікають м'ясо, рибу, овочі, кондитерські вироби.

Серед **сучасних комбінованих методів** поширені sous-vide (приготовлення у вакуумі при низьких температурах), конвекційне запікання, гриль-конвекція. Вони дають змогу досягти високої якості страв, оптимально зберегти соковитість і поживні властивості продуктів.

3.Характеристика процесу варіння: основним способом, припускання, на водяній бані, на парі, під тиском, у вакуумі

Процес варіння є одним із основних способів теплової обробки продуктів у закладах ресторанного господарства. Його сутність полягає в нагріванні сировини у рідкому середовищі, що забезпечує повне або часткове перетворення білків, вуглеводів і жирів, а також досягнення бажаних органолептичних властивостей страв. Варіння застосовують як для приготування перших та других страв, так і для обробки напівфабрикатів перед подальшими технологічними операціями.

Варіння основним способом передбачає обробку продуктів у великій кількості рідини (води, бульйону, молока) при температурі близько 100 °С. Продукти повністю занурюють у рідину, що забезпечує рівномірне прогрівання та контроль за консистенцією страви. Цей метод застосовується для приготування супів, каш, макаронних виробів, м'яса та риби, а також бобових продуктів. Тривалість варіння залежить від виду сировини, її розміру та бажаної

готовності. Важливим моментом є підтримка температурного режиму та контроль за складом рідини, що впливає на смак і аромат готової продукції.

Припускання – це спосіб ніжного варіння продуктів у невеликій кількості рідини або жиру при температурі 70-85 °С. Такий метод використовується для обробки делікатної сировини, наприклад, риби, птиці, овочів і фруктів. Припускання дозволяє зберегти структуру, колір і вітамінний склад продуктів, а також запобігти їх розвалюванню. Часто припускання використовують як підготовчу стадію перед обсмаженням або запіканням.

Варіння на водяній бані полягає в тепловій обробці продуктів, поміщених у посудину, яка занурена у гарячу воду, що не контактує безпосередньо із сировиною. Цей метод забезпечує м'який і рівномірний прогрів, зберігаючи текстуру, аромат і поживну цінність. Його застосовують для соусів, кремів, десертів, делікатного м'яса та риби, а також для доготування напівфабрикатів.

Варіння на парі передбачає обробку продуктів насиченою паром при температурі 100-120 °С. Цей метод дозволяє зберегти колір, форму, структуру і більшість вітамінів, оскільки продукти не контактують з водою і не вимиваються поживні речовини. Варіння на парі широко застосовується для овочів, риби, круп, дієтичних і дитячих страв, а також для страв із мінімальною механічною обробкою.

Варіння під тиском здійснюють у спеціальних герметичних посудинах (скороварках) при температурі 110-120 °С. Високий тиск дозволяє значно скоротити час обробки продуктів, при цьому зберігаються їхні смакові якості та поживна цінність. Метод під тиском ефективний для м'яса, бобових і круп, особливо у великих закладах, де важлива швидкість приготування та економія енергоресурсів.

Варіння у вакуумі (sous-vide) передбачає приготування продуктів у герметично запакованому вигляді при низьких температурах (50-85 °С) протягом тривалого часу. Завдяки вакуумній упаковці зберігаються соковитість, структура, аромат і вітамінний склад. Цей сучасний метод використовується в ресторанах високого рівня для м'яса, риби, овочів і десертів, дозволяючи досягти високої кулінарної якості та точного контролю над готовністю продукту.

Важливими характеристиками процесу варіння є **температура, час, склад рідини і кількість продукту**. Оптимальні режими забезпечують повне прогрівання, збереження смаку, структури та поживної цінності продуктів, а також безпеку харчових продуктів. При цьому важливе значення має вибір конкретного способу варіння залежно від виду сировини, ступеня її обробки і призначення страви.

Різноманіття способів варіння дозволяє гнучко використовувати продукти різного ступеня готовності, зберігати їх харчову цінність та покращувати

органолептичні властивості страв, забезпечуючи одночасно ефективність виробничого процесу в закладах ресторанного господарства.

4.Характеристика процесу смаження: основним способом, у великій кількості жиру, без жиру, у духовій шафі, на відкритому вогні, під інфрачервоним випромінюванням

Процес смаження є одним із основних способів теплової обробки продуктів у закладах ресторанного господарства. Його суть полягає у взаємодії продуктів із джерелом тепла, що забезпечує швидке прогрівання, утворення характерної скоринки та зміну смакових, ароматичних і структурних властивостей. Смаження застосовують для м'яса, риби, птиці, овочів, картоплі, борошняних виробів і напівфабрикатів різного ступеня готовності.

Смаження основним способом передбачає термічну обробку продуктів у контакті з нагрітим середовищем – жиром або сухою поверхнею. Під час процесу білки коагулюють, жири плавляться, а вуглеводи частково карамелізуються. Це забезпечує формування скоринки, яка утримує внутрішню вологу продукту і підсилює аромат. Основним критерієм якості смаження є рівномірність прогріву та відсутність підгоряння.

Смаження у великій кількості жиру (фритюр) здійснюється у спеціальних ємностях із нагрітим рослинним або тваринним жиром при температурі 170-190 °С. Продукти повністю занурюють у жир, що забезпечує швидко термічну обробку та утворення хрусткої скоринки. Метод широко використовується для картоплі фрі, котлет, нагетсів, рибних виробів і заморожених напівфабрикатів. Основними технологічними показниками є температура масла, час обробки і попередня підготовка продукту (маринування, панірування, розморожування).

Смаження без жиру (сухе смаження) відбувається на розігрітій поверхні сковороди, гриля або жарової плити. Продукти готують на мінімальній кількості власного жиру або без нього, використовуючи антипригарні покриття. Цей спосіб дозволяє зберегти менше калорій і зменшити жирність страв, зберігаючи при цьому їхній аромат і текстуру. Часто його застосовують для м'яса, риби, овочів і твердих сирів.

Смаження у духовій шафі – це спосіб, при якому продукти готують у закритому просторі при температурі 180-250 °С без додавання великої кількості жиру. Процес забезпечує утворення скоринки і рівномірне прогрівання всередині продукту. Метод підходить для приготування запечених котлет, рулетів, курки, риби, овочів і деяких борошняних виробів.

Смаження на відкритому вогні передбачає обробку продуктів на грилі, решітці або шампурі над відкритим джерелом тепла. Продукти отримують

характерний аромат диму та підсмажену поверхню. Цей метод широко використовується у ресторанах із національною кухнею, на відкритих кухнях, а також у стравах гриль-меню. Контроль температури досягається регулюванням відстані до вогню або потужності джерела тепла.

Смаження під інфрачервоним випромінюванням – сучасний спосіб обробки продуктів, при якому тепло передається безпосередньо через інфрачервоні хвилі. Це забезпечує швидке утворення скоринки, збереження соковитості і зменшення втрат маси. Метод застосовується для м'яса, риби, овочів, заморожених напівфабрикатів і готових страв у ресторанах високого рівня та закладах швидкого обслуговування.

При всіх способах смаження важливим є **контроль температури, часу обробки та підготовки продуктів**. Попередня обробка включає нарізання, маринування, панірування або розморожування, що впливає на якість кінцевого продукту. Від точного дотримання режимів залежать смак, аромат, структура, соковитість та безпечність страв.

Застосування різних способів смаження дозволяє **забезпечити різноманітність меню, оптимізувати виробничий цикл та підвищити ефективність кухні**, одночасно задовольняючи вимоги до органолептичних і харчових характеристик готової продукції.

5. Характеристика комбінованих та допоміжних способів теплової обробки

Комбіновані та допоміжні способи теплової обробки продуктів займають важливе місце у технології ресторанного виробництва, оскільки дозволяють забезпечити високу якість, безпечність і привабливий зовнішній вигляд кулінарної продукції. Вони доповнюють основні методи обробки та застосовуються для досягнення специфічних органолептичних і технологічних результатів.

Комбіновані способи теплової обробки поєднують два або більше основних методів для отримання страв із особливими властивостями. Найпоширенішими є **тушкування, обсмаження з подальшим варінням, запікання з попереднім обсмаженням**.

Тушкування є класичним комбінованим методом. Його суть полягає у попередньому обсмаженні продуктів до утворення рум'яної скоринки з подальшим їхнім томлінням у невеликій кількості рідини під кришкою. Під час цього процесу білки коагулюють, а жири і сік продуктів створюють насичений аромат і смак. Тушкування широко використовується для м'яса, птиці, овочів, риби. Тривалість і режим обробки визначаються типом сировини, її розміром та бажаною консистенцією готової страви.

Обсмаження з подальшим варінням застосовується для продуктів, що потребують інтенсивного прогрівання та формування скоринки, яка зберігає соковитість всередині. Наприклад, котлетна маса, підготовлена для запікання, попередньо обсмажується для стабілізації форми та смакових якостей. Варіння після обсмаження забезпечує доведення продукту до повної готовності та зменшення втрат поживних речовин.

Запікання з попереднім обсмаженням – це спосіб, при якому продукти спочатку обробляють на сковороді або грилі, а потім доводять до готовності у духовці. Він дозволяє отримати рум'яну, ароматну скоринку та зберегти соковитість м'яса, риби або овочів. Часто такий метод застосовують при приготуванні стейків, запечених котлет, рулетів і запіканок.

До **допоміжних способів теплової обробки** відносяться ті, що не призначені для повного доведення продукту до кулінарної готовності, а виконують функцію підготовки або покращення органолептичних і технологічних характеристик. Сюди належать **бланшування, ошпарювання, прогрівання, доготування, доведення до кипіння або розігрівання**.

Бланшування – короткочасна обробка продуктів у киплячій воді або парі. Воно застосовується для збереження кольору, структури та частини вітамінів овочів і фруктів, для часткового видалення гіркоти або зайвої солодкості, а також для попередньої стерилізації продуктів перед заморожуванням.

Ошпарювання передбачає швидке занурення продуктів у гарячу воду або пар для часткового руйнування мікрофлори, зменшення обсягу і полегшення подальшої обробки. Метод застосовується при приготуванні овочів, фруктів, круп та окремих видів м'яса.

Прогрівання і доготування використовуються для відновлення або завершення приготування напівфабрикатів високого ступеня готовності. Це актуально для закладів швидкого обслуговування або кейтерингу, де необхідно швидко довести страви до оптимальної температури без втрати якості.

Доведення до кипіння або розігрівання є допоміжними операціями у приготуванні супів, соусів, перших страв та гарячих закусок. Вони забезпечують рівномірне прогрівання, активізацію смакових сполук та належну температуру відпуску.

Комбіновані та допоміжні методи дозволяють гнучко використовувати різні види сировини і напівфабрикатів, зберігати поживні речовини, поліпшувати смакові властивості та прискорювати виробничий цикл. Їх застосування забезпечує високу якість страв, мінімізує втрати і адаптує технологію приготування до особливостей обладнання та формату обслуговування закладу.

6.Характеристика процесу тушкування, запікання, варіння з наступним

смаженням, пасерування, бланшування, обсмалювання, термоустаткування

Процеси тушкування, запікання, варіння з наступним смаженням, пасерування, бланшування та обсмалювання належать до комбінованих і допоміжних способів теплової обробки продуктів у закладах ресторанного господарства. Вони застосовуються для формування смаку, аромату, текстури та зовнішнього вигляду страв, а також для підготовки продуктів до подальшої обробки.

Тушкування – це комбінований спосіб, який поєднує попереднє обсмаження продуктів і подальше їхнє томління у невеликій кількості рідини під кришкою. Процес забезпечує м'якість продуктів, збереження соку та утворення насиченого аромату. Тушкують м'ясо, птицю, рибу, овочі та гриби. Ключовим фактором є тривалість і температура процесу, що визначають консистенцію та органолептичні властивості готової страви.

Запікання здійснюють у духовій шафі або жаровій шафі при температурі 180-250 °С. Продукти обробляються рівномірно, утворюючи рум'яну скоринку та концентруючи смак. Запікають м'ясо, рибу, овочі, борошняні вироби та десерти. Попереднє маринування або обсмаження продуктів дозволяє посилити аромат і соковитість.

Варіння з наступним смаженням використовується для продуктів, що потребують доведення до готовності без втрати соковитості та форми. Продукти спочатку варять або припускають у рідині, а потім швидко обсмажують на жирі або сухій поверхні для формування скоринки. Метод ефективний для м'яса, риби, котлетної маси та овочів, що зберігають ніжну структуру і отримують інтенсивний аромат.

Пасерування – короткочасне смаження продуктів у невеликій кількості жиру до легкого зарум'янення. Застосовується для овочів (цибуля, морква, перець), грибів та інших інгредієнтів, що входять до складу соусів, супів, рагу та гарнірів. Пасерування покращує смакові властивості продуктів, виділяє аромат і колір, а також підготовлює їх до подальшого варіння або тушкування.

Бланшування передбачає короткочасне оброблення продуктів у киплячій воді або на парі. Основні цілі – часткова стерилізація, збереження кольору, структури та поживних речовин, видалення гіркоти або надлишкової солодкості. Бланшують овочі, фрукти, гриби, борошняні вироби перед заморожуванням, а також деякі види м'яса та риби.

Обсмалювання – короткочасне прогрівання продуктів на сухій сковороді, грилі або в духовці з метою формування скоринки та інтенсивного аромату.

Застосовується для м'яса, риби, овочів та напівфабрикатів. Метод допомагає зберегти соковитість продуктів і створити апетитний зовнішній вигляд.

Термоустаткування – важливий компонент технологічного процесу, що забезпечує реалізацію всіх перерахованих способів теплової обробки. До нього відносяться: плити, жарові шафи, пароконвектомати, фритюрниці, грилі, скороварки, парові котли, духові шафи, мультифункціональні термопечі та обладнання для sous-vide. Сучасне обладнання дозволяє підтримувати точний температурний режим, рівномірно розподіляти тепло, економити енергоресурси та забезпечувати безпеку продуктів.

У закладах ресторанного господарства вибір способу обробки залежить від виду сировини, її підготовки, рецептури страви та очікуваних органолептичних характеристик. Комбінування методів дозволяє отримати оптимальну текстуру, аромат і смак страв, скоротити час приготування і зберегти поживні властивості продуктів.

Застосування бланшування, пасерування та обсмалювання у комплексі з основними способами (варіння, тушкування, запікання) забезпечує багатоступінчасту технологічну обробку, яка поліпшує якість і презентабельність страв. Точний підбір режимів обробки та використання сучасного термоустаткування дозволяє закладам ресторанного господарства підтримувати високий стандарт кулінарної продукції.

7. Особливості теплової кулінарної обробки продуктів у конвекційних і пароконвекційних печах

Теплова кулінарна обробка продуктів у конвекційних і пароконвекційних печах є однією з сучасних технологій, що широко застосовуються у закладах ресторанного господарства для підвищення ефективності виробництва та покращення якості страв. Основна особливість цих методів полягає у використанні примусової циркуляції гарячого повітря та пари, що дозволяє рівномірно прогрівати продукти, скорочувати час обробки та зберігати органолептичні властивості.

Конвекційні печі працюють на принципі циркуляції гарячого повітря за допомогою вентилятора. Тепло передається через конвекцію, що забезпечує рівномірний прогрів усіх частин продукту. Такі печі дозволяють смажити, запікати, тушувати й доводити до готовності різноманітні види м'яса, риби, птиці, овочів та борошняних виробів. Основні переваги конвекційного способу – зменшення втрат вологи, скорочення часу приготування та отримання рум'яної скоринки без надмірного використання жиру.

Пароконвекційні печі поєднують гаряче повітря з подачею пари, що дозволяє одночасно готувати продукти за методом запікання та зберігати їхню соковитість. Вода у вигляді пари насичує продукт, зберігає колір, структуру та частково вітаміни, які зазвичай руйнуються при звичайному сухому нагріванні. Цей метод широко застосовується для приготування овочів, м'яса, риби, соусів і навіть кондитерських виробів.

Особливості роботи у конвекційних і пароконвекційних печах включають **контроль температурного режиму, вологості та часу обробки**. Конвекційні печі дозволяють підтримувати стабільну температуру в усіх зонах камери, що виключає перегрів або недовар продукту. Пароконвекційні печі мають налаштування подачі пари, що дозволяє регулювати ступінь вологості, впливати на формування скоринки та оптимізувати текстуру страв.

Ці печі дають змогу працювати з продуктами різного ступеня готовності, включно з замороженими та напівфабрикатами. Вони сприяють **стандартизації технологічного процесу**, зменшують залежність від кваліфікації персоналу і підвищують продуктивність кухні. Застосування пароконвекційних печей особливо ефективно для дієтичного, дитячого та ресторанного харчування, де важлива ніжність, соковитість і збереження поживних речовин.

8. Призначення та принцип дії конвекційної печі. Призначення та принцип дії пароконвекційної печі

Конвекційна піч призначена для рівномірної теплової обробки кулінарних продуктів за допомогою циркуляції гарячого повітря. Основне завдання – забезпечити швидке та однорідне прогрівання продуктів, отримання рум'яної скоринки, мінімізацію втрат вологи та покращення органолептичних властивостей. Вона використовується для запікання м'яса, риби, птиці, овочів, борошняних виробів та готових напівфабрикатів.

Принцип дії конвекційної печі базується на **примусовій циркуляції повітря** всередині робочої камери за допомогою вентилятора. Нагріте повітря рівномірно оточує продукти, передаючи тепло через конвекцію. Завдяки цьому зникає проблема нерівномірного прогрівання, характерна для традиційних духовок, і скорочується час теплової обробки. Температура та інтенсивність циркуляції регулюються, що дозволяє адаптувати режим під конкретний вид продукту та бажаний результат. Конвекційна піч забезпечує формування рум'яної скоринки, збереження соковитості та структури продуктів.

Пароконвекційна піч поєднує функції конвекційної печі та парогенератора і призначена для теплової обробки продуктів із контролем вологості. Вона застосовується у закладах ресторанного господарства для запікання,

тушкування, доготування, стерилізації та розігріву страв. Пароконвекційна піч дозволяє зберегти соковитість, натуральний колір та смак продуктів, підвищує харчову цінність страв і зменшує ризик пересушування.

Принцип дії базується на **поєднанні гарячого повітря та пари**. Продукти поміщають у робочу камеру, де вентилятор забезпечує циркуляцію повітря, а парогенератор подає необхідну кількість пари. Пара проникає у продукти, зберігаючи їхню вологу і структуру, а циркуляція гарячого повітря формує рівномірний нагрів і скоринку. Користувач може регулювати співвідношення сухого повітря та пари, температуру і тривалість обробки, що дозволяє оптимально готувати різні види м'яса, риби, овочів, соусів і кондитерських виробів.

Точне регулювання температури, вологості та часу дозволяє пароконвекційній печі **працювати з продуктами різного ступеня готовності**, зберігати їхні смакові й текстурні властивості та стандартизувати процес приготування на професійній кухні.

9.Технологія приготування продукції ресторанного господарства у конвекційних та пароконвекційних печах

Технологія приготування продукції ресторанного господарства у конвекційних та пароконвекційних печах передбачає використання сучасних методів теплової обробки для забезпечення рівномірного прогрівання продуктів, скорочення часу приготування та збереження їхніх органолептичних властивостей. Ці печі широко застосовуються для запікання м'яса, риби, овочів, борошняних виробів, десертів і готових напівфабрикатів.

У конвекційних печах технологія приготування базується на **примусовій циркуляції гарячого повітря**. Продукти розташовують на решітках або в формах так, щоб забезпечити вільну циркуляцію повітря навколо них. Температура та швидкість потоку повітря підбираються залежно від виду продукту та бажаного результату. Наприклад, м'ясо та риба готують при високій температурі для формування рум'яної скоринки, а овочі та запіканки – при середніх температурах для рівномірного прогрівання. Контроль часу та температурного режиму дозволяє отримати готову продукцію з рівномірною текстурою, без пересушування та втрати соковитості.

Пароконвекційні печі дозволяють поєднувати **сухе нагрівання та подачу пари**, що забезпечує збереження вологи, кольору та смаку продуктів. Технологія передбачає регулювання співвідношення повітря і пари залежно від продукту: для м'яса та риби використовують більше сухого повітря для утворення скоринки, для овочів, соусів і десертів – підвищений рівень вологості для

збереження структури і поживних речовин. Продукти можуть готуватися безпосередньо із замороженого стану, що скорочує попередню підготовку та економить час на професійній кухні.

Для забезпечення високої якості продукції важливе **правильне розташування продуктів у камері печі**. Продукти не повинні стикатися один з одним, щоб повітря або пара рівномірно циркулювали навколо них. При приготуванні напівфабрикатів і готових страв часто використовують програми попереднього прогріву, доготування та розігрівання, що дозволяє зберегти смак, аромат і текстуру продуктів.

Технологія передбачає також **контроль температури, вологості і часу** на всіх етапах приготування. Це дозволяє стандартизувати процес, забезпечити однакову якість страв, ефективно використовувати сировину і енергоресурси. Використання конвекційних і пароконвекційних печей дозволяє поєднувати сучасні методи кулінарії з високою продуктивністю та економічною ефективністю закладу ресторанного господарства.

10. Особливості теплової обробки охолоджених, швидкозаморожених напівфабрикатів, виробів, страв

Теплова обробка охолоджених і швидкозаморожених напівфабрикатів, виробів та готових страв має специфічні особливості, що обумовлені фізико-хімічними властивостями сировини після заморожування або охолодження. Використання цих продуктів у закладах ресторанного господарства дозволяє значно скоротити виробничий цикл, підвищити стандартизацію та стабільність якості продукції.

Охолоджені напівфабрикати зберігають більшість органолептичних і поживних властивостей свіжої сировини, але вимагають **тривалого і контрольованого прогрівання** для забезпечення повної готовності. Температурний режим залежить від виду продукту: м'ясо, риба і птиця доводяться до внутрішньої температури, що гарантує знищення патогенних мікроорганізмів, овочі і крупи – до стану м'якості та готовності до споживання. При обробці охолоджених продуктів важливо уникати пересушування і зберегти соковитість та структуру.

Швидкозаморожені напівфабрикати вимагають особливого підходу через зміну структури клітин сировини під час заморожування. Кристали льоду можуть пошкоджувати тканини м'яса, овочів та фруктів, тому **поступове або контрольоване розморожування** перед тепловою обробкою дозволяє зберегти текстуру і соковитість продукту. Іноді застосовують методи приготування без попереднього розморожування, наприклад у пароконвекційних печах або у

фритюрі, коли швидке прогрівання дозволяє уникнути втрати вологи та зберегти форму виробу.

Для охолоджених і швидкозаморожених продуктів важливим є **дотримання правил дозування та розташування у камерах теплового обладнання**. Продукти не повинні контактувати один з одним, щоб забезпечити рівномірний прогрів. Використовують різні способи обробки: варіння, запікання, тушкування, смаження та комбіновані методи. Парові та пароконвекційні печі особливо ефективні, оскільки поєднують контроль температури та вологості, що дозволяє зберегти органолептичні якості та соковитість.

Особливу увагу приділяють **контролю часу обробки та температурних режимів**. Для охолоджених продуктів час прогрівання менший, ніж для заморожених, але обидва види потребують повного прогріву до безпечної температури. Від правильності виконання цих операцій залежить не тільки якість і смак страв, а й безпека харчування.

Таким чином, технологія теплової обробки охолоджених та швидкозаморожених продуктів поєднує контроль температури, вологості, часу і способу обробки для збереження текстури, смаку, поживної цінності та безпечності кулінарної продукції.

Тема 3. Технологія обробки овочів, плодів, грибів

План:

1. Технологічний процес обробки овочів, плодів, грибів, приготування напівфабрикатів з овочів, грибів.
2. Вимоги до якості сировини, напівфабрикатів.
3. Визначення кількості відходів при механічній обробці овочів (з використанням Збірника рецептур), вирішення задач по імітації виробничих ситуацій.
4. Технологічний процес механічної обробки картоплі.
5. Приготування напівфабрикатів цілими бульбами і різноманітної форми нарізки; причини потемніння очищеної картоплі і засоби запобігання його від потемніння; раціональне використання відходів.
6. Технологічний процес обробки коренеплодів; приготування напівфабрикатів.
7. Технологічний процес обробки капустяних, цибулевих, плодових, десертних овочів і зелені, приготування напівфабрикатів, використання відходів, вимоги до якості, термін зберігання.
8. Технологічний процес обробки і використання консервованих і маринованих овочів.
9. Технологічний процес виробництва овочевих н/ф високого ступеню готовності промисловими способами, вимоги до якості н/ф, умови і термін реалізації.
8. Використання овочевих н/ф, які випускаються харчовою промисловістю (сухе картопляне пюре, сушені овочі, н/ф, консерви овочевої продукції (швидкозамороженої)).
9. Технологічний процес приготування швидкозаморожених овочевих н/ф, їх використання, вимоги до якості, умови і термін реалізації. Технологічний процес обробки свіжих і консервованих грибів.

1. Технологічний процес обробки овочів, плодів, грибів, приготування напівфабрикатів з овочів, грибів

Технологічний процес обробки овочів, плодів і грибів у закладах ресторанного господарства включає комплекс операцій, спрямованих на підготовку сировини до подальшої кулінарної обробки та виготовлення напівфабрикатів. Ці операції забезпечують збереження органолептичних, харчових і технологічних властивостей продукції.

Приймання і сортування сировини є першою стадією технологічного процесу. Овочі, плоди та гриби перевіряють за зовнішнім виглядом, запахом та консистенцією, відбирають продукцію з ознаками псування. Під час сортування поділяють продукти за видом, розміром, ступенем зрілості та призначенням для конкретних страв або напівфабрикатів. Ця операція дозволяє забезпечити однорідність обробки та стабільність якості готової продукції.

Миття та очищення є обов'язковим етапом. Овочі і плоди миють у проточній воді або у спеціальних ваннах з додаванням харчових миючих засобів, які не залишають шкідливих залишків. Миття видаляє пил, пестициди та мікроорганізми. Після миття здійснюють очищення – знімають шкірку, насіння, плодоніжки, хвостики та пошкоджені ділянки. Для грибів операція включає видалення ґрунту, залишків листя та шкірки, а у випадку великих грибів проводять нарізку на частини відповідно до рецептури.

Нарізання та формування напівфабрикатів проводиться відповідно до виду страви та кулінарної технології. Овочі подрібнюють на кубики, соломку, скибочки, кружальця або натирають на тертці. Плоди нарізають частками або ломтиками для десертів та салатів. Гриби розрізають на скибки, пластини або залишають цілими залежно від призначення. Для деяких напівфабрикатів проводять бланшування після нарізання, що дозволяє зберегти колір, структуру та частину вітамінів, а також зменшити кількість мікроорганізмів.

Соління, маринування та припікання застосовують для підготовки напівфабрикатів, що використовуються у салатах, гарнірах та консервах. Соління передбачає обробку овочів розсолем або сухою сіллю, що забезпечує збереження текстури і смаку. Маринування включає обробку оцтовими розчинами або спеціальними маринадами з додаванням прянощів для надання специфічного смаку та аромату. Припікання або пасерування овочів перед заморожуванням або використанням у гарячих стравах покращує смакові властивості та зменшує вологість продуктів.

Фасування та пакування напівфабрикатів проводиться відповідно до призначення і умов зберігання. Овочі, плоди та гриби можуть бути розфасовані у тару для охолоджених або швидкозаморожених напівфабрикатів. Для збереження свіжості і поживних властивостей застосовують вакуумну упаковку, плівку або контейнери з контрольованим мікрокліматом.

Зберігання та транспортування готових напівфабрикатів здійснюється при контрольованих температурних режимах. Охолоджені продукти зберігають при 0-4 °С, швидкозаморожені – при -18 °С і нижче. Дотримання цих умов дозволяє підтримувати фізико-хімічні властивості, смакові якості та безпеку продукції до моменту використання.

Весь технологічний процес обробки овочів, плодів і грибів спрямований на **створення напівфабрикатів різного ступеня готовності**, які можуть бути використані у приготуванні перших, других страв, гарнірів, салатів та закусок. Кожен етап контролюється за параметрами обробки, зовнішнім виглядом і відповідністю рецептурі, що забезпечує стандартизацію та високу якість продукції ресторанного господарства.

2. Вимоги до якості сировини, напівфабрикатів

Якість сировини та напівфабрикатів у закладах ресторанного господарства визначає кінцеві органолептичні та харчові властивості страв, їхню безпеку та привабливість для споживача. Вимоги до сировини передбачають відповідність фізико-хімічним, органолептичним та мікробіологічним показникам, а також дотримання технологічних і санітарних норм.

Органолептичні показники включають колір, запах, смак, консистенцію та зовнішній вигляд продукту. Овочі і плоди повинні бути свіжими, без ознак псування, гниття або механічних пошкоджень, мати характерний колір і аромат. Гриби – цілі, пружні, без темних плям і неприємного запаху. М'ясо та риба оцінюють за кольором, щільністю, запахом і рівнем зволоженості. Наявність сторонніх домішок, пошкоджень або ознак обробки низької якості є підставою для відбраковування.

Фізико-хімічні параметри сировини включають вологість, кислотність, вміст білків, жирів та інших компонентів, що впливають на технологічні властивості продуктів. Наприклад, для м'яса важливий рівень жирових включень і кислотність, для овочів – вміст сухих речовин та цукрів, що визначає їхню стійкість до термічної обробки і збереження смаку. Контроль фізико-хімічних показників дозволяє прогнозувати поведінку продукту під час приготування і уникнути технологічних збоїв.

Мікробіологічні вимоги спрямовані на забезпечення безпеки харчування. Сировина та напівфабрикати повинні відповідати нормам за кількістю бактерій, дріжджів, плісняви та відсутності патогенних мікроорганізмів. Для швидкозаморожених або охолоджених продуктів важливий контроль температури на всіх етапах зберігання та транспортування, що дозволяє запобігти розвитку мікроорганізмів і забезпечує тривалу придатність продукції.

Технологічні показники включають ступінь очищення, нарізання, бланшування або інші підготовчі операції. Напівфабрикати повинні бути однорідними за розміром, формою та структурою, щоб забезпечити рівномірну теплову обробку. Для заморожених продуктів важлива відсутність кристалізації і збереження текстури після розморожування.

Дотримання всіх вимог до якості сировини та напівфабрикатів забезпечує **стандартизацію технологічного процесу, безпеку харчування та високу органолептичну цінність готових страв**, що є критерієм професійної роботи кухні закладів ресторанного господарства.

3. Визначення кількості відходів при механічній обробці овочів (з використанням Збірника рецептур), вирішення задач по імітації виробничих ситуацій

Визначення кількості відходів при механічній обробці овочів є важливим етапом технологічного процесу в закладах ресторанного господарства. Цей показник впливає на планування закупівель сировини, нормування витрат, калькуляцію собівартості страв та ефективність виробництва.

Кількість відходів визначають за допомогою **Збірника рецептур національних страв та кулінарних виробів**, де наведені технологічні карти, норми витрати сировини та відходів для конкретних овочів. Для кожного виду овочів у збірнику зазначається коефіцієнт втрат, який враховує обрізки шкірки, видалення серцевини, насіння, плодоніжок, хвостиків, а також пошкоджені ділянки. Наприклад, при очищенні моркви відходи можуть становити 10-15% від маси сирого продукту, картоплі – 8-12%, буряка – 12-18%.

Процес визначення кількості відходів починається з **зважування сирі сировини** перед обробкою. Потім овочі очищують і нарізають за рецептурними вимогами, після чого зважують залишки, що утворилися у вигляді шкірки, серцевини або обрізків. Різниця між масою сирі сировини і масою придатної для подальшої обробки частини визначає відсоток відходів. Для точності обрахунку використовують формулу:

$$\text{Відходи (\%)} = \frac{\text{Маса сировини} - \text{Маса придатної частини}}{\text{Маса сировини}} \times 100$$

Наприклад, якщо для приготування салату потрібно 1 кг очищеної моркви, а норма відходів становить 12%, то для отримання необхідної маси придатного продукту слід підготувати:

$$\text{Маса сировини} = \frac{1 \text{ кг}}{1 - 0,12} \approx 1,14 \text{ кг}$$

Для навчальних і практичних цілей часто застосовують **вирішення задач по імітації виробничих ситуацій**. Це дозволяє студентам відпрацювати навички розрахунку сировини та контролю відходів у різних умовах виробництва. Наприклад, завдання може передбачати розрахунок необхідної кількості овочів для великого обіду, враховуючи неоднорідні партії сировини з різним відсотком пошкоджених плодів, або планування закупівель із урахуванням змінних технологічних втрат під час нарізання і бланшування.

Імітаційні задачі дозволяють моделювати **різні виробничі ситуації**, такі як зміна рецептури страви, нестандартний розмір овочів, використання швидкозаморожених напівфабрикатів або необхідність оптимізації закупівель. Студенти навчаються оцінювати вплив відходів на загальну масу сировини, час підготовки та собівартість продукції, що забезпечує практичну компетентність у роботі кухні ресторанного закладу.

Таким чином, визначення кількості відходів при механічній обробці овочів і вирішення задач імітаційного характеру дозволяє ефективно планувати виробництво, контролювати сировинні витрати та підвищувати економічну ефективність закладів ресторанного господарства.

4. Технологічний процес механічної обробки картоплі

Технологічний процес механічної обробки картоплі у закладах ресторанного господарства включає низку операцій, спрямованих на підготовку сировини до подальшого кулінарного використання та забезпечення стандартної якості готових страв. Процес передбачає контроль якості, сортування, миття, очищення, нарізання, бланшування та фасування напівфабрикатів.

Першим етапом є **приймання і сортування картоплі**. Перевіряють зовнішній вигляд бульб, відбираючи пошкоджені, підгнилі або пророслі екземпляри. Сортування проводиться за розміром і призначенням – великі бульби використовують для запікання або варіння, середні і дрібні – для пюре, смаження або приготування гарнірів. Така операція забезпечує рівномірність подальшої обробки і стабільність якості страв.

Наступним етапом є **миття картоплі** у проточній воді або спеціальних ваннах для видалення ґрунту, пилу та сторонніх домішок. Миття є обов'язковою операцією для підвищення санітарної безпеки та покращення органолептичних властивостей продукції.

Очищення картоплі здійснюється вручну або за допомогою механічних пристроїв – картоплекісток і щіткових машин. Очищення дозволяє видалити шкірку, пророслі пагони, темні та пошкоджені ділянки. Якість цієї операції впливає на зовнішній вигляд, смак та консистенцію готової страви.

Нарізання бульб проводиться відповідно до рецептури страви. Для варіння або запікання картоплю нарізають на частини або скибки, для смаження – на соломку або кружальця, для пюре – дрібними шматками. Дотримання однорідного розміру забезпечує рівномірне прогрівання і стабільний результат після теплової обробки.

Для деяких видів продукції застосовують **бланшування** картоплі у киплячій воді або на пару протягом короткого часу. Це дозволяє частково зруйнувати ферменти, що призводять до потемніння, зберегти колір, структуру і частково видалити крохмаль. Бланшована картопля підходить для заморожених напівфабрикатів та страв швидкого приготування.

Фасування та пакування напівфабрикатів із картоплі здійснюється відповідно до призначення і режимів зберігання. Охолоджені продукти зберігають при 0-4 °С, швидкозаморожені – при -18 °С і нижче. Правильне

пакування дозволяє зберегти якість, форму та технологічні властивості продукту до моменту використання на кухні.

Таким чином, механічна обробка картоплі забезпечує підготовку сировини до кулінарної обробки, стандартизацію напівфабрикатів і підтримку високої якості страв у закладах ресторанного господарства.

5. Приготування напівфабрикатів цілими бульбами і різноманітної форми нарізки; причини потемніння очищеної картоплі і засоби запобігання його від потемніння; раціональне використання відходів

Приготування напівфабрикатів із картоплі у закладах ресторанного господарства включає різні способи обробки, що забезпечують збереження смакових, органолептичних та технологічних властивостей продукту. Основними видами є напівфабрикати цілими бульбами та продукція різної форми нарізки, які використовують для приготування варених, смажених, запечених і тушкованих страв.

Напівфабрикати цілими бульбами готують із відбірних, рівномірних за розміром бульб картоплі. Після сортування та миття проводять очищення від шкірки та пошкоджених ділянок. Цілі бульби підходять для запікання, варіння в мундирі, тушкування та приготування гарнірів. Важливо підтримувати однорідність розміру бульб, оскільки це забезпечує рівномірне прогрівання під час кулінарної обробки і збереження структури.

Напівфабрикати різної форми нарізки включають кубики, соломку, кружальця, частки, скибки і шинковані форми для гарнірів, супів, салатів та пюре. Нарізання проводять після миття та очищення картоплі, використовуючи ручні ножі, спеціальні ножі або механічні різальні пристрої. Однорідність нарізки забезпечує рівномірне прогрівання, що особливо важливо при смаженні та запіканні, та скорочує час теплової обробки.

Однією з технологічних проблем при механічній обробці картоплі є **потемніння очищених бульб**. Основною причиною потемніння є окислювальна реакція фенольних сполук під впливом кисню повітря. Після очищення та подрібнення клітини картоплі контактують із повітрям, ферменти каталізують окислення, що призводить до утворення меланіноподібних пігментів, що змінюють колір продукту. Потемніння може відбуватися швидко, особливо при високій температурі або при тривалому зберіганні в незахищеному стані.

Для **запобігання потемнінню картоплі** застосовують кілька методів. Один із них – **замочування у холодній воді**, яке перешкоджає доступу кисню і знижує активність ферментів. Для більшої ефективності воду можна підкислювати лимонною кислотою або оцтом, що гальмує окислювальні процеси. Іншим методом є використання **сольових розчинів**, які зменшують

активність ферментів і сприяють збереженню кольору. Бланшування нарізаної картоплі у киплячій воді або на пару протягом 2-3 хвилин також запобігає потемнінню, одночасно покращує текстуру та готує продукт до заморожування або подальшої теплової обробки.

Раціональне використання відходів картоплі є важливим аспектом технології. До відходів належать шкірка, пошкоджені ділянки, кінчики і обрізки після нарізання. Вони можуть бути використані для виготовлення картопляного пюре, супів-пюре, крохмалю, начинки для пирогів або чипсів. Дотримання норм і контроль відходів дозволяє зменшити втрати сировини та підвищити економічну ефективність кухні.

Технологічний процес передбачає **систематичний контроль за якістю сировини та напівфабрикатів**, включаючи сортування, миття, очищення, нарізання, замочування або бланшування, пакування та зберігання. Використання різних форм нарізки та методів обробки дозволяє забезпечити стандартизацію продукції, оптимізувати час теплової обробки та підтримувати високі органолептичні характеристики страв у закладах ресторанного господарства.

6. Технологічний процес обробки коренеплодів; приготування напівфабрикатів

Технологічний процес обробки коренеплодів у закладах ресторанного господарства передбачає комплекс операцій, спрямованих на підготовку сировини до подальшого використання та забезпечення однорідності і високої якості готових страв. Коренеплоди, до яких належать морква, буряк, пастернак, селера та редька, проходять кілька послідовних етапів обробки.

Першим етапом є **приймання і сортування**. Коренеплоди перевіряють за зовнішнім виглядом, твердістю, запахом і ступенем зрілості. Відбраковують пошкоджені, підгнилі або пророслі екземпляри. Сортування за розміром дозволяє забезпечити рівномірну обробку та стандартизовану технологію приготування. Великі коренеплоди зазвичай використовують для запікання або тушкування, середні та дрібні – для нарізки у супи, салати чи гарніри.

Наступним етапом є **миття** у проточній воді або у спеціальних ваннах для видалення ґрунту, піску та сторонніх домішок. Миття коренеплодів є обов'язковим для підвищення санітарної безпеки та покращення органолептичних властивостей напівфабрикатів.

Очищення проводиться вручну або за допомогою механічних пристроїв – щіткових машин чи картоплечисток, залежно від виду коренеплоду. Під час очищення видаляють шкірку, верхні й нижні кінці, пророслі або пошкоджені

ділянки. Якість очищення впливає на зовнішній вигляд, смак і консистенцію готових страв.

Нарізання та подрібнення здійснюють відповідно до рецептури страви. Коренеплоди можуть нарізати кубиками, соломкою, кружальцями або натирати на тертці. Однорідність нарізки забезпечує рівномірне прогрівання під час варіння, тушкування або запікання, а також скорочує час обробки.

Деякі коренеплоди підлягають **бланшуванню** перед використанням у охолоджених або заморожених напівфабрикатах. Бланшування короткочасним обробленням у киплячій воді або на пару дозволяє зберегти колір, текстуру, частково вітаміни, а також зменшує активність ферментів, що можуть викликати потемніння продукту.

Після нарізання та бланшування проводиться **фасування напівфабрикатів** у тару для охолоджених або швидкозаморожених продуктів. Коренеплоди зберігають при контрольованих температурах: охолоджені – при 0-4 °С, швидкозаморожені – при -18 °С і нижче.

7. Технологічний процес обробки капустяних, цибулевих, плодових, десертних овочів і зелені, приготування напівфабрикатів, використання відходів, вимоги до якості, термін зберігання

Технологічний процес обробки капустяних, цибулевих, плодових, десертних овочів та зелені у закладах ресторанного господарства передбачає послідовне виконання операцій, спрямованих на підготовку сировини до кулінарної обробки та виготовлення напівфабрикатів. Дотримання технології забезпечує збереження органолептичних властивостей, харчової цінності та безпечності продуктів.

Першим етапом є **приймання і сортування сировини**. Капусту, цибулю, помідори, огірки, болгарський перець, редис, салатну зелень перевіряють за зовнішнім виглядом, запахом, щільністю і ступенем зрілості. Відбраковують пошкоджені, гнілі або підморожені плоди, деформовані частини, а також рослини з ознаками захворювань. Сортування за розміром і видом дозволяє забезпечити однорідність подальшої обробки та стандартизацію напівфабрикатів.

Миття проводять у проточній воді або спеціальних ваннах із додаванням харчових миючих засобів для видалення пилу, землі, пестицидів та мікроорганізмів. Особливу увагу приділяють листовій зелені, салатом і петрушці, оскільки вони мають високу забрудненість. Плодові овочі та десертні овочі також потребують ретельного миття, щоб уникнути небажаного впливу мікроорганізмів на смакові якості.

Очищення і нарізання включає видалення шкірки, насіння, плодоніжок, серцевини та пошкоджених частин. Цибулю очищають від лушпиння, капусту – від зовнішніх грубих листків, плодови овочі та десертні овочі – від шкірки та насіння. Нарізання здійснюють відповідно до рецептури: капусту шаткують, цибулю нарізають півкільцями або кубиками, помідори і болгарський перець – кубиками, скибками або соломкою, редис і десертні овочі – скибками або кружальцями. Листову зелень подрібнюють вручну або за допомогою механічних різаків для приготування салатів, соусів і гарнірів.

Для збереження кольору та структури частини овочів **піддають бланшуванню**. Короткочасне оброблення в киплячій воді або на пару запобігає потемнінню, зменшує активність ферментів та готує продукти для заморожування або тривалого зберігання.

Фасування та пакування напівфабрикатів здійснюють залежно від призначення та способу зберігання. Охолоджені овочі та зелень зберігають при 0-4 °С, швидкозаморожені – при -18 °С і нижче. Напівфабрикати зберігають у контейнерах, вакуумній упаковці або пакувальних плівках із контрольованим мікрокліматом.

Використання відходів капустяних, цибулевих, плодових і десертних овочів включає приготування супів-пюре, соусів, начинок, салатів, а шкірку та обрізки можна використовувати для приготування крохмалю або як складову для овочевих сумішей. Раціональне використання відходів зменшує витрати сировини і підвищує економічну ефективність виробництва.

Вимоги до якості передбачають відповідність органолептичним і фізико-хімічним показникам: капустяні та цибулеві овочі – щільні, без гіркоти, плодови та десертні овочі – соковиті, без ознак псування, зелень – свіжу, пружну, з характерним ароматом. Відходи та пошкоджені частини не допускаються.

Термін зберігання напівфабрикатів залежить від виду обробки: охолоджені продукти використовують протягом 24-48 годин, бланшовані – до 2-3 діб, швидкозаморожені – до 6-12 місяців, при цьому зберігаються колір, структура, аромат і харчова цінність. Контроль температури і правильне пакування є обов'язковими для підтримання якості продукції.

Технологічний процес обробки овочів і зелені забезпечує стандартизацію продукції, ефективне використання сировини та високу органолептичну і харчову цінність страв у закладах ресторанного господарства.

8. Технологічний процес обробки і використання консервованих і маринованих овочів

Технологічний процес обробки і використання консервованих та маринованих овочів у закладах ресторанного господарства включає операції, спрямовані на підготовку продуктів до безпечного і якісного використання у кулінарних виробках. Консервовані та мариновані овочі застосовують для приготування гарнірів, салатів, закусок, соусів та супів, що дозволяє скоротити час виробництва і забезпечити стандартизацію страв.

Першим етапом є **приймання та контроль якості**. Перевіряють зовнішній вигляд банок, цілісність герметичних кришок, відсутність деформацій або ознак пошкодження тари. Оцінюють органолептичні властивості: колір, запах, консистенцію та смак овочів. Продукти з ознаками бродіння, плісняви або неприємного запаху відбраковують. Контроль фізико-хімічних показників включає перевірку кислотності та концентрації маринаду у відповідності до нормативної документації.

Відкриття і підготовка передбачає акуратне видалення овочів із тари, зливання маринаду або рідини з консервів. Для деяких видів страв частину маринаду залишають, якщо він передбачений рецептурою, наприклад для соусів або заправок. Овочі перевіряють на відсутність пошкоджених або розм'якшених частин, видаляють насіння, плодоніжки або тверді ділянки.

Нарізання та подрібнення здійснюють відповідно до призначення продукту. Консервовані овочі нарізають кубиками, соломкою, кружальцями або залишають цілими для гарнірів. Мариновані овочі, як правило, нарізають більш дрібно для салатів та закусок, зберігаючи при цьому форму і щільність. Використання різальних пристроїв дозволяє прискорити обробку та забезпечити однорідність нарізки.

Теплова або комбінована обробка застосовується лише у випадках, коли рецептурою передбачено додаткове прогрівання консервованих овочів, наприклад у супах, рагу або запіканках. Мариновані овочі, як правило, використовуються без додаткової термічної обробки, щоб зберегти їхню структуру і смакові характеристики.

Фасування і використання напівфабрикатів передбачає контроль порційності та розміщення у стравах. Для гарнірів і салатів овочі використовують безпосередньо після підготовки, при необхідності змішують із іншими компонентами. Відходи обмежені, оскільки більшість частин овочів придатні до використання; шкірка або насіння можуть застосовуватися для приготування бульйонів чи супів.

Дотримання правил обробки, умов зберігання та температурного режиму забезпечує **стандартизацію продукції**, збереження органолептичних властивостей та безпечність страв у закладах ресторанного господарства.

9. Технологічний процес виробництва овочевих н/ф високого ступеню готовності промисловими способами, вимоги до якості н/ф, умови і термін реалізації

Технологічний процес виробництва овочевих напівфабрикатів (н/ф) високого ступеня готовності промисловими способами передбачає застосування сучасного обладнання і стандартизованих технологій для забезпечення стабільної якості продукції, її безпечності та тривалого терміну зберігання. Напівфабрикати високого ступеня готовності використовують у закладах ресторанного господарства для швидкого приготування перших, других страв, гарнірів, салатів і закусок.

Процес починається з **підготовки сировини**, що включає сортування, миття і очищення овочів. Сировину відбирають за розміром, ступенем зрілості та відсутністю дефектів. Важливо дотримуватися вимог до органолептичних характеристик – овочі повинні бути пружними, соковитими, без ознак псування і механічних пошкоджень. Для деяких видів продуктів проводять попереднє бланшування, яке запобігає потемнінню, зберігає колір і частково видаляє ферменти, що впливають на якість готового н/ф.

Механічна обробка овочів здійснюється на промислових різальних машинах, що забезпечує нарізання кубиками, соломкою, кружальцями або частками відповідно до рецептури. Однорідність нарізки є критичною для рівномірної теплової обробки та дотримання технологічного процесу на всіх етапах виробництва. Під час нарізання контролюють утворення відходів та здійснюють їх раціональне використання для приготування супів, соусів або гарнірів.

Термічна обробка включає бланшування, відварювання або короткочасне запікання, залежно від виду овочів та кінцевого продукту. Для промислових н/ф застосовують конвекційні та пароконвекційні печі, що забезпечують швидко і рівномірне прогрівання, збереження текстури, кольору і смаку. Деякі овочі піддають стерилізації або швидкозамороженню для збільшення терміну зберігання.

Фасування і пакування проводиться у герметичну тару, контейнери або вакуумні пакети із застосуванням контрольованого мікроклімату. Продукцію охолоджують або заморожують для збереження якості, запобігання розвитку мікроорганізмів та подовження терміну реалізації. Контроль температурного режиму є обов'язковим на всіх етапах виробництва та зберігання.

Вимоги до якості напівфабрикатів високого ступеня готовності включають однорідність нарізки, збереження природного кольору, характерного смаку та аромату овочів, відсутність сторонніх включень і дефектів.

Мікробіологічні показники повинні відповідати нормативним вимогам для безпечного використання в закладах ресторанного господарства.

Умови і термін реалізації залежать від виду обробки та способу зберігання. Охолоджені н/ф зберігають при 0-4 °С терміном до 48-72 годин, швидкозаморожені – при -18 °С і нижче протягом 6-12 місяців. Підтримання контрольованих умов транспортування і зберігання є обов'язковим для забезпечення безпеки, стандартної якості та готовності продукції до використання на кухні.

Технологія виробництва овочевих н/ф високого ступеня готовності дозволяє стандартизувати процес, економно використовувати сировину, скоротити час кулінарної обробки на підприємствах ресторанного господарства і забезпечити високу органолептичну та харчову цінність готових страв.

8. Використання овочевих н/ф, які випускаються харчовою промисловістю (сухе картопляне пюре, сушені овочі, н/ф, консерви овочевої продукції (швидкозамороженої))

Використання овочевих напівфабрикатів (н/ф), що випускаються харчовою промисловістю, є важливою складовою організації технологічного процесу у закладах ресторанного господарства. До таких продуктів належать сухе картопляне пюре, сушені овочі, консервовані та швидкозаморожені овочі, а також інші н/ф високого ступеня готовності. Їх застосування дозволяє значно скоротити час кулінарної обробки, забезпечити стандартизацію страв і підтримувати стабільну якість продукції.

Сухе картопляне пюре використовується для приготування гарнірів і начинок. Воно швидко готується шляхом розведення теплою водою або молоком із додаванням масла, що дозволяє отримати однорідну масу без грудочок. Використання сухого пюре доцільне при великій кількості порцій або в умовах обмеженого часу, забезпечуючи стандартизацію смаку та текстури страв.

Сушені овочі включають моркву, цибулю, капусту, томати та інші види, що піддавалися дегідратації. Перед використанням їх замочують у воді або бульйоні для відновлення початкового об'єму та структури. Сушені овочі застосовують у супах, соусах, запіканках і гарнірах, що дозволяє економно використовувати сировину і тривалий час зберігати продукти без втрати харчової цінності.

Консерви овочевої продукції включають мариновані, солоні, тушковані або у власному соку овочі. Вони застосовуються безпосередньо для приготування гарнірів, салатів, закусок або супів. Використання консервованих овочів дозволяє швидко формувати порції, підтримувати однорідність смаку та текстури страв і забезпечує економію часу на підготовку сировини.

Швидкозаморожені овочеві н/ф зберігають практично всі органолептичні та поживні властивості свіжих продуктів. Їх використовують у гарячих стравах, запіканках, супах та салатах після попереднього прогрівання або бланшування. Важливо дотримуватися режиму розморожування, що дозволяє зберегти форму, текстуру і колір продукту.

Застосування овочевих н/ф промислового виробництва дозволяє **стандартизувати технологічний процес**, скоротити трудові та часові витрати, забезпечити рівномірність порцій та високі органолептичні властивості страв. Крім того, такі продукти знижують відходи сировини та дозволяють ефективно планувати закупівлі та виробництво в умовах ресторанного господарства.

9. Технологічний процес приготування швидкозаморожених овочевих н/ф, їх використання, вимоги до якості, умови і термін реалізації. Технологічний процес обробки свіжих і консервованих грибів

Технологічний процес приготування швидкозаморожених овочевих напівфабрикатів (н/ф) у закладах ресторанного господарства спрямований на збереження фізико-хімічних, органолептичних і харчових властивостей продукції при тривалому зберіганні та подальшому використанні у кулінарних виробках. Виробництво таких н/ф включає сортування, миття, очищення, нарізання, бланшування, швидке заморожування та фасування.

Сировина для швидкозаморожених овочів відбирають за якістю, розміром та ступенем зрілості. Відбраковують пошкоджені, підгнилі або дефектні плоди. Сортова однорідність є важливою для рівномірного бланшування та заморожування. Миття у проточній воді або ваннах видаляє пил, пестициди та мікроорганізми, підвищуючи санітарну безпечність продукції.

Очищення та нарізання здійснюють відповідно до рецептури та кінцевого призначення напівфабрикату. Овочі подрібнюють кубиками, соломкою, кружальцями або залишають цілими бульбами. Важливо дотримуватися однорідності нарізки для рівномірної теплової обробки та швидкого заморожування.

Бланшування перед заморожуванням є обов'язковим етапом, що зменшує активність ферментів, які викликають потемніння та втрату структури овочів, покращує колір, смак і текстуру продукції. Бланшують овочі у киплячій воді або на пару протягом короткого часу, після чого охолоджують у холодній воді для зупинки процесу теплової обробки.

Швидке заморожування проводиться при температурах $-30...-40$ °C із застосуванням тунельних морозильних камер або спіральних установок. Це забезпечує формування дрібнокристалічної структури льоду всередині овочів, що дозволяє зберегти клітинну структуру, колір, смак і харчову цінність

продукції. Після заморожування напівфабрикати фасують у герметичну тару або вакуумні пакети.

Використання швидкозаморожених н/ф передбачає попереднє дозування та, за потреби, бланшування або розігрівання перед додаванням до страв. Їх застосовують у супах, гарнірах, запіканках, салатах та соусах, що скорочує час кулінарної обробки та підвищує стандартизацію страв.

Вимоги до якості включають однорідність нарізки, природний колір, характерний смак і аромат овочів, відсутність сторонніх включень та пошкоджень. Мікробіологічні показники повинні відповідати нормативним вимогам для безпечного використання у закладах ресторанного господарства.

Умови зберігання та термін реалізації швидкозаморожених овочів: при температурі $-18\text{ }^{\circ}\text{C}$ і нижче продукцію зберігають до 6-12 місяців, при дотриманні герметичності упаковки та контрольованого мікроклімату. Охолоджені або частково розморожені овочі використовують протягом 24-48 годин.

Технологічний процес обробки **свіжих і консервованих грибів** включає сортування, миття, видалення пошкоджених частин, нарізання та бланшування. Свіжі гриби очищають від залишків ґрунту, кореневої частини та зовнішніх пошкоджених ділянок. Консервовані гриби перевіряють на цілісність, відсутність сторонніх домішок та дефектів. Нарізані гриби піддають бланшуванню або тепловій обробці перед фасуванням, що запобігає потемнінню, зберігає аромат і текстуру.

Використання промислових консервованих і швидкозаморожених грибів дозволяє прискорити кулінарну обробку, стандартизувати страви та зменшити відходи. Гриби застосовують для приготування супів, соусів, рагу, запіканок і гарнірів, що забезпечує стабільну якість і безпеку продукції в закладах ресторанного господарства.

Тема 4. Особливості технології охолодженої і швидкозамороженої кулінарної продукції

План:

1. Класифікація, асортимент, характеристика і призначення охолоджених і швидкозаморожених напівфабрикатів, страв та кулінарних виробів.
2. Теоретичні передумови виробництва охолоджених та заморожених напівфабрикатів, страв та кулінарних виробів: обґрунтування параметрів процесу. Фактори та сутність фізико – хімічних процесів, що обумовлюють зміни маси, консистенції, харчової цінності.
3. Вплив способів (вакуум – пакування, в середовищі інертних газів) та виду таропакувальних матеріалів на якісні характеристики продукції.
4. Розігрівання страв, привила подавання. Вимоги до якості готових страв. Умови, терміни зберігання і реалізації.

1. Класифікація, асортимент, характеристика і призначення охолоджених і швидкозаморожених напівфабрикатів, страв та кулінарних виробів

Охолоджені та швидкозаморожені напівфабрикати, страви та кулінарні вироби займають важливе місце в сучасному технологічному процесі закладів ресторанного господарства. Вони дозволяють скоротити час приготування страв, стандартизувати продукцію, забезпечити стабільну якість та безпечність харчування. Класифікація, асортимент і характеристики таких виробів визначаються за видом сировини, ступенем готовності, способом обробки, технологічними властивостями та призначенням для кулінарного використання.

За **ступенем готовності** напівфабрикати поділяють на кілька груп. Напівфабрикати низького ступеня готовності включають сировину після первинної механічної обробки, таку як очищення, миття, нарізання або подрібнення. До них належать овочеві суміші, нарізані коренеплоди, подрібнені гриби, підготовлене м'ясо та риба. Напівфабрикати середнього ступеня готовності проходять додаткову термічну обробку, таку як бланшування, часткове відварювання або обсмажування, що забезпечує часткову готовність продукції і скорочує час приготування кінцевої страви. Високоструктурні напівфабрикати та готові кулінарні вироби проходять повний цикл технологічної обробки, включаючи бланшування, варіння, смаження або запікання, і потребують лише доведення до споживчої готовності перед подачею.

За **способом зберігання та обробки** розрізняють охолоджені та швидкозаморожені напівфабрикати. Охолоджені продукти підтримують температуру від 0 до +4 °С, що дозволяє зберігати їх протягом короткого періоду – 24-72 години залежно від виду сировини. Ця категорія включає нарізані овочі, м'ясні та рибні напівфабрикати, бланшовані або обсмажені продукти, готові

соуси та суміші для супів. Швидкозаморожені напівфабрикати зберігають при температурі $-18\text{ }^{\circ}\text{C}$ і нижче до 6-12 місяців. Вони включають овочеві суміші, готові гарніри, м'ясо, птицю, рибу, гриби, напівфабрикати для супів і запіканок. Швидке заморожування зберігає органолептичні властивості та харчову цінність продуктів, забезпечує їхню безпеку та тривалий термін реалізації.

За **сировинною основою** напівфабрикати класифікують на овочеві, фруктові, м'ясні, рибні, грибні, круп'яні, комбіновані та кондитерські вироби. Овочеві напівфабрикати включають нарізані коренеплоди, капустяні, цибулеві та плодові овочі, суміші для гарнірів, салатів і супів. Фруктові напівфабрикати застосовують для приготування десертів, начинок та компотів; вони можуть бути охолодженими або замороженими після очищення та нарізання. М'ясні та рибні н/ф включають фарш, стейки, котлети, шматки м'яса або риби, попередньо підготовлені до кулінарної обробки. Грибні та круп'яні напівфабрикати використовують у супах, гарнірах і запіканках. Комбіновані н/ф містять суміші різних інгредієнтів, наприклад овочів і м'яса, овочів і круп або овочів і грибів. Кондитерські вироби включають тісто, пісочні, листкові або дріжджові напівфабрикати, готові креми та наповнювачі.

За **технологічними властивостями та призначенням** напівфабрикати розрізняють для гарячих і холодних страв. Наприклад, овочеві бланшовані суміші застосовують для гарнірів і супів; обсмажені овочі або м'ясо – для основних страв і рагу; швидкозаморожені фрукти – для десертів, пудингів і компотів. Кондитерські н/ф використовують для виробництва тортів, печива, слойок та інших виробів.

Асортимент охолоджених і швидкозаморожених страв та н/ф включає продукти промислового виробництва та власного приготування кухнею ресторану. Промислові напівфабрикати забезпечують стандартизовану якість, тривалий термін зберігання і готовність до використання, тоді як власні н/ф дозволяють контролювати свіжість і склад продуктів, що важливо для специфічних рецептів та авторської кухні.

Вимоги до якості передбачають дотримання органолептичних, фізико-хімічних і мікробіологічних норм. Продукція повинна зберігати природний колір, форму, аромат, смак та структуру, не містити сторонніх включень, пошкоджень або ознак псування. Для охолоджених н/ф важливо дотримуватися температурного режиму від приймання до реалізації, а для швидкозаморожених – суворо контролювати процес заморожування та зберігання при $-18\text{ }^{\circ}\text{C}$ і нижче.

Використання охолоджених і швидкозаморожених напівфабрикатів, страв та кулінарних виробів дозволяє **оптимізувати роботу кухні**, стандартизувати обсяг порцій, скоротити час приготування страв і зменшити втрати сировини. Завдяки широкому асортименту можна ефективно комбінувати продукти для

створення гарячих, холодних, гарнірних і десертних страв, забезпечуючи стабільну якість і безпечність харчування у закладах ресторанного господарства.

2. Теоретичні передумови виробництва охолоджених та заморожених напівфабрикатів, страв та кулінарних виробів: обґрунтування параметрів процесу. Фактори та сутність фізико –хімічних процесів, що обумовлюють зміни маси, консистенції, харчової цінності

Виробництво охолоджених та заморожених напівфабрикатів, страв і кулінарних виробів у закладах ресторанного господарства ґрунтується на комплексі теоретичних і практичних знань про фізико-хімічні процеси, що відбуваються в харчових продуктах під час обробки, охолодження та заморожування. Розуміння цих процесів дозволяє обґрунтовано вибирати параметри технологічного процесу, забезпечувати збереження маси, консистенції, органолептичних властивостей та харчової цінності продуктів.

Основою виробництва охолоджених та заморожених напівфабрикатів є **контроль фізико-хімічних процесів**, що впливають на структуру, колір, смак, запах і харчову цінність продуктів. До таких процесів належать осмотичні явища, денатурація білків, гідроліз крохмалю, окислення жирів, ферментативні реакції, випаровування води та зміни кислотності. Вони визначають вибір температури, часу і режимів обробки продуктів, а також способів зберігання.

Масообмін і вологість продукту є ключовими параметрами при охолодженні і заморожуванні. Під час охолодження вода зберігається у вільному стані, що дозволяє підтримувати природну консистенцію продукту. При швидкому заморожуванні вода перетворюється на дрібнокристалічний лід, що мінімізує механічні пошкодження клітин, зберігає текстуру та форму продукту. Повільне заморожування призводить до утворення великих кристалів льоду, які руйнують клітинні стінки, викликають виділення соку, втрату маси та зниження харчової цінності.

Термічні параметри процесу обираються з урахуванням виду сировини та ступеня готовності напівфабрикату. Бланшування овочів і грибів проводиться при температурі 85-100 °С протягом 2-5 хвилин, що забезпечує інактивацію ферментів, які викликають потемніння і втрату вітамінів. М'ясо та рибу частково відварюють або обсмажують при 70-90 °С для стабілізації білкової структури, запобігання розвитку мікроорганізмів і збереження смакових характеристик. Контроль часу та температури забезпечує оптимальне співвідношення між збереженням харчової цінності та підготовкою продукту до заморожування.

Ферментативні процеси є важливим фактором змін продуктів під час обробки та зберігання. Активність ферментів, таких як поліпеноксидази, аскорбіноксидаза або протеази, визначає швидкість потемніння овочів,

м'якшання м'яса та окислення вітамінів. Бланшування і заморожування гальмують ферментативну активність, що дозволяє зберегти колір, смак і поживні речовини.

Хімічні зміни включають окислення жирів, гідроліз білків і крохмалю. Окислення жирів у м'ясних, рибних і молочних напівфабрикатах призводить до появи неприємного запаху та втрати поживної цінності, що потребує контролю температури і герметичності упаковки. Гідроліз крохмалю та білків у овочах і круп'яних сумішах змінює консистенцію та текстуру, що враховується при виборі параметрів бланшування та заморожування.

Механічні фактори також впливають на якість продукту. Нарізання, подрібнення та подавання під час фасування створюють додаткові механічні напруги, що можуть пошкоджувати клітинні структури і впливати на масу та текстуру. Тому вибір швидкості різання, форми нарізки і методу фасування обґрунтовується знаннями про стійкість продукту до механічних дій.

Температурні режими зберігання визначаються видом продукту і ступенем готовності. Охолоджені напівфабрикати зберігають при 0-4 °С протягом 24-72 годин, швидкозаморожені – при -18 °С і нижче до 6-12 місяців. Дотримання температурних режимів забезпечує мінімальні втрати маси, збереження вітамінів, амінокислот, мінеральних речовин і смакових властивостей.

Обґрунтування параметрів процесу включає аналіз фізико-хімічних і мікробіологічних властивостей продуктів, визначення оптимальної температури, часу обробки та швидкості заморожування, підбір способів фасування та упаковки. Це забезпечує максимальне збереження харчової цінності, структури, кольору та смаку, що є критично важливим для закладів ресторанного господарства, де стандартизація та органолептичні показники визначають якість готових страв.

Фізико-хімічні процеси під час виробництва напівфабрикатів і кулінарних виробів також впливають на **масообмін і втрати сировини**. Контроль рівня втрати вологи під час бланшування, охолодження або заморожування дозволяє уникати пересихання продукту, зміни консистенції та зменшення поживної цінності. Для овочів, фруктів, грибів і м'ясних напівфабрикатів застосовують швидкі методи обробки та заморожування, що знижують втрати вітамінів, мінералів і ароматичних сполук.

Враховання всіх зазначених факторів дозволяє оптимізувати технологічний процес охолодження та заморожування, забезпечити **стандартизацію продукції**, контроль харчової цінності та безпечність продуктів, що використовується у закладах ресторанного господарства для приготування гарячих, холодних, гарнірних та десертних страв.

3. Вплив способів (вакуум – пакування, в середовищі інертних газів) та виду таропакувальних матеріалів на якісні характеристики продукції

Вплив способів пакування та виду таропакувальних матеріалів на якісні характеристики продукції є ключовим чинником у технології виробництва охолоджених і заморожених напівфабрикатів, страв та кулінарних виробів. У закладах ресторанного господарства застосування вакуумного пакування та пакування у середовищі інертних газів дозволяє значно подовжити термін зберігання продуктів, зберегти їх органолептичні властивості, текстуру, колір, аромат та харчову цінність.

Вакуумне пакування передбачає видалення повітря із пакету або контейнера перед герметичним закриванням. Основна фізико-хімічна дія вакуумування полягає у зменшенні кількості кисню, що запобігає окисленню жирів, окислювальній денатурації білків і ферментативним реакціям, які призводять до потемніння овочів і фруктів. Вакуумне середовище також обмежує розвиток аеробних мікроорганізмів, таких як бактерії та пліснява, що значно підвищує безпеку продукції та подовжує термін реалізації.

У вакуумованих напівфабрикатах, страв і кулінарних виробів зберігається **однорідна структура продукту**: овочі не розм'якшуються, м'ясо і риба не втраять соковитості, а кондитерські вироби зберігають форму та текстуру тіста. Вакуумне пакування ефективно для охолоджених і швидкозаморожених продуктів, а також для соусів, кремів і готових страв, де мінімізація контакту з повітрям критична для збереження смакових і ароматичних характеристик.

Пакування у середовищі інертних газів (Modified Atmosphere Packaging, MAP) передбачає заміну повітря у пакуванні газовою сумішшю, яка найчастіше складається з азоту, вуглекислого газу і кисню у визначених пропорціях. Азот запобігає окисленню жирів і білків, зменшує утворення сторонніх запахів і зберігає природний колір продуктів. Вуглекислий газ пригнічує ріст мікроорганізмів, подовжуючи термін зберігання. Контрольована присутність кисню необхідна для продуктів, які потребують мінімальної аерації для збереження певного кольору або структури, наприклад, свіжої зелені, салатних сумішей або деяких м'ясних виробів.

Вибір таро-пакувальних матеріалів має прямий вплив на збереження якості продукції. Найчастіше використовують багат шарові плівки, які забезпечують бар'єр для кисню, вологи та запахів, а також металізовані або алюмінієві ламінати для продуктів, чутливих до світла. Пластикові контейнери з герметичними кришками застосовують для охолоджених та швидкозаморожених овочевих сумішей, соусів, м'ясних і рибних напівфабрикатів. Важливими характеристиками матеріалу є газо- та

вологонепроникність, термостійкість, міцність і сумісність із продуктом, щоб запобігти виділенню токсичних або сторонніх речовин у харчовий продукт.

Вплив способу пакування та матеріалу на якісні характеристики проявляється у збереженні маси та текстури продукту, стабілізації кольору і аромату, зменшенні мікробіологічного ризику та подовженні терміну зберігання. Вакуумування найбільш ефективно для продуктів, що містять високий вміст білка і чутливі до окислення, таких як м'ясо, риба, гриби, овочеві суміші. Пакування в інертних газах переважно застосовують для салатних овочів, нарізаних фруктів, кондитерських виробів і готових гарячих страв, де збереження форми, кольору і смаку є критичним.

При використанні сучасних технологій пакування контролюються такі параметри, як герметичність, відсутність механічних пошкоджень, співвідношення газової суміші, температура і вологість середовища зберігання. Дотримання цих параметрів дозволяє мінімізувати втрати маси, зберегти консистенцію продукту, забезпечити високі органолептичні властивості та харчову цінність, що критично для закладів ресторанного господарства.

4. Розігрівання страв, привила подавання. Вимоги до якості готових страв. Умови, терміни зберігання і реалізації

Розігрівання страв у закладах ресторанного господарства є невід'ємною складовою технологічного процесу приготування готової продукції. Від правильності цього етапу залежить не лише органолептична якість страв, але й їхня безпечність для споживачів. Розігрівання застосовують для охолоджених і швидкозаморожених напівфабрикатів, а також для готових страв, приготованих заздалегідь та зберігаються перед подачею.

Основною метою розігрівання є доведення страв до температури, при якій вони набувають оптимальної органолептичної якості – правильної консистенції, кольору, аромату та смаку. Для гарячих страв температурний режим розігрівання зазвичай складає 75-90 °C у товщі продукту, що забезпечує як збереження смакових характеристик, так і знищення можливих мікроорганізмів. При цьому важливо уникати перегрівання, яке може призвести до пересихання м'яса, втрати соковитості овочів, змін консистенції соусів і текстури напівфабрикатів.

Для досягнення однорідного прогріву застосовують різні методи: **на відкритому вогні, у духових шафах, у пароконвекційних печах, мікрохвильових печах** або на водяній бані. Кожен метод має свої особливості: наприклад, водяна баня дозволяє рівномірно прогрівати страви без пересушування, а мікрохвильові печі забезпечують швидке прогрівання

невеликих порцій. Вибір методу залежить від типу страви, обсягу порції та технологічних можливостей закладу.

Правила подавання готових страв включають температурний контроль, оформлення та подачу у відповідній тарі. Гарячі страви подають при температурі 60-65 °С і вище, холодні – 4-8 °С, десерти – у відповідних умовах для збереження текстури. Важливо дотримуватися стандартів порційності та оформлення, забезпечувати привабливий вигляд, зберігати аромат і не змішувати сировинні компоненти, які втрачають органолептичні властивості при контакті.

Вимоги до якості готових страв передбачають збереження природного кольору, аромату, консистенції та смакових характеристик. Страви не повинні містити сторонніх включень, мати ознаки псування або непридатності до споживання. Контроль якості проводиться на всіх етапах: після розігрівання, перед подачею та під час зберігання. Для гарячих страв важливо підтримувати оптимальну температуру у товщі продукту, для холодних – уникати підвищення температури, що може сприяти росту мікроорганізмів.

Умови і терміни зберігання та реалізації готових страв залежать від виду продукції та способу попередньої обробки. Гарячі страви після приготування або розігрівання допускається зберігати при температурі 60 °С протягом 2-4 годин, охолоджені страви – при 0-4 °С не більше 24-48 годин, швидкозаморожені після розморожування – до 12-24 годин залежно від типу продукту. Важливо дотримуватися температурних режимів, виключати повторне заморожування продуктів та контролювати герметичність упаковки для збереження органолептичних і фізико-хімічних властивостей.

Для забезпечення безпеки харчування та високої якості продукції слід дотримуватися правил гігієни, контролювати чистоту обладнання та посуду, уникати тривалого контакту страв із зовнішнім середовищем, що може призводити до забруднення. Також важливе планування порцій і часу реалізації, що дозволяє подавати страви свіжими, зберігаючи їх харчову цінність та органолептичні характеристики.

Використання сучасного технологічного обладнання, контроль температури і часу розігрівання, правильний підбір способу подачі та дотримання умов зберігання дозволяє забезпечити стабільну якість готових страв, знизити втрати маси та смакових характеристик, а також гарантувати безпеку споживачам у закладах ресторанного господарства.

Тема 5. Технологія супів

План:

1. Роль перших страв у харчуванні.
2. Класифікація супів. Поділ супів за температурою подавання, за способом приготування, за характером рідкої основи.
3. Характеристика супового відділення гарячого цеху.
4. Норми виходу супів.
5. Асортимент, характеристика супів заправних.
6. Технологія приготування борщів, капусняків, розсольників, солянок, супів картопляних.
7. Норми виходу супів заправних, підбір посуду для подавання, температура подавання, вимоги до якості.
8. Асортимент, характеристика бульйонів прозорих, супів-пюре, кулешів.
9. Технологія приготування різних видів бульйонів.
10. Призначення і використання витяжок.
11. Асортимент і технологія приготування гарнірів до бульйонів.
12. Технологія приготування супів-пюре, супів-кремів.
13. Технологія приготування кулешів.
14. Норми виходу, підбір посуду для подавання, температура подавання, вимоги до якості.
15. Асортимент, характеристика молочних, холодних, солодких супів.
16. Технологія приготування молочних супів.
17. Технологія приготування холодних супів та особливості їх споживання.
18. Технологія приготування солодких супів.
19. Норми виходу, підбір посуду для подавання, температура подавання, вимоги до якості.

1. Роль перших страв у харчуванні

Перші страви відіграють важливу роль у харчуванні, забезпечуючи не лише початок трапези, а й оптимальні фізіологічні та органолептичні умови для споживання основних страв. Вони сприяють підготовці шлунково-кишкового тракту до подальшого переварювання їжі, активізують травні процеси та забезпечують організм необхідними рідиною, білками, вуглеводами, вітамінами і мінералами.

До перших страв належать супи, бульйони, крем-супи, окрошки, холодники та різноманітні рідкі страви на основі овочів, круп, м'яса, риби або грибів. Вони характеризуються високим вмістом води, що забезпечує легке засвоєння та сприяє насиченню організму рідиною. Для багатьох супів характерна збалансована наявність білків, вуглеводів і жирів, що забезпечує енергетичні потреби організму без перевантаження шлунка перед споживанням основної страви.

Перші страви виконують також **органолептичну функцію**, стимулюючи апетит за рахунок аромату, температури та різноманітності смаку. Гарячі супи сприяють розширенню кровоносних судин слизової шлунка, підвищенню секреції шлункового соку та поліпшенню перистальтики. Холодні перші страви, наприклад окрошки чи свіжі супи на кефірі, створюють освіжаючий ефект, покращують обмінні процеси і підтримують водно-сольовий баланс.

Крім того, перші страви виконують **харчову та профілактичну функцію**. Вони можуть включати овочі, крупи, бобові та зелень, що забезпечує організм клітковиною, антиоксидантами та мінералами. Вживання супів допомагає нормалізувати обмін речовин, знижувати ризик закривів та підтримувати травну систему у здоровому стані. Особливо важливими є легкі овочеві або дієтичні супи для людей із порушеннями травлення, а також для дітей і літніх людей, де важливе щадне навантаження на шлунково-кишковий тракт.

У закладах ресторанного господарства перші страви також мають **естетичне значення**, створюючи позитивне перше враження про трапезу. Їхній аромат, колір і подача стимулюють апетит і формують уявлення про якість обслуговування. Вибір першої страви дозволяє кухні регулювати баланс харчових речовин у меню, поєднувати сезонні продукти та кулінарні традиції.

2.Класифікація супів. Поділ супів за температурою подавання, за способом приготування, за характером рідкої основи

Супи в закладах ресторанного господарства класифікують за різними ознаками, що визначають технологію приготування, органолептичні властивості та спосіб подачі. Основні підходи до класифікації включають поділ за температурою подавання, способом приготування та характером рідкої основи.

За **температурою подавання** супи поділяють на гарячі та холодні. Гарячі супи готують і подають при температурі 75-90 °С, що забезпечує оптимальні органолептичні властивості та безпечність продукту. До гарячих супів належать класичні бульйони, овочеві, крем-супи, супи-пюре, щі, борщі, розсольники, солянки та рагу. Холодні супи подають при температурі 4-10 °С і включають окрошки, холодники, гаспачо, супи на кефірі, йогурті або соку овочів і фруктів. Холодні супи використовують для освіження організму, стимулювання травлення та додання різноманітності меню, особливо в літній період.

За **способом приготування** супи поділяють на кілька основних груп: бульйонні, наваристі, овочеві, пюреподібні, крем-супи та супи, приготовані з використанням швидкозаморожених або охолоджених напівфабрикатів. Бульйонні супи готують на основі м'яса, птиці, риби або кісток із додаванням овочів та спецій. На відміну від них овочеві супи зазвичай готують на воді або овочевому відварі з мінімальною кількістю жиру та прянощів, що забезпечує

легкість і натуральний смак продукту. Крем-супи та супи-пюре передбачають подрібнення інгредієнтів до однорідної маси і часто подаються з додаванням вершків, масла або спецій для покращення смаку і консистенції. Супи з охолоджених і швидкозаморожених напівфабрикатів використовують у ресторанах для економії часу при приготуванні та стандартизації страв.

За **характером рідкої основи** супи поділяють на бульйонні, молочні, овочеві, кислі, томатні та інші наваристі рідини. Бульйонні супи мають як основу прозорий навар із м'яса, риби або птиці, що надає страві насиченого смаку і аромату. Молочні супи готують на основі молока або вершків і часто включають крупи, овочі або макаронні вироби. Овочеві супи використовують воду або овочевий відвар із зеленню та спеціями, що дозволяє зберегти природний смак і аромат продуктів. Кислі супи готують із додаванням кислого середовища – кефіру, сметани, соку лимона або оцту, що надає страві характерної приємної кислоти та освіжаючого ефекту. Томатні супи містять томатну основу, яка додає кисло-солодкий смак і яскравий колір, часто використовується для поєднання з овочами, м'ясом або морепродуктами.

Додатково супи класифікують за **характером подрібнення інгредієнтів**: крупноподрібнені, середньоподрібнені та пюреподібні. Крупноподрібнені супи включають великі шматки овочів, м'яса або риби, що створює більш насичений смак і текстуру. Середньоподрібнені супи передбачають подрібнення інгредієнтів до невеликих шматочків для рівномірного прогріву і полегшення споживання. Пюреподібні супи готують шляхом подрібнення всіх складових до однорідної маси, що забезпечує ніжну консистенцію та естетичний вигляд.

Важливою складовою класифікації супів є **призначення у меню та функціональна роль**. Гарячі бульйонні та наваристі супи забезпечують перехід від холодної закуски до основної страви, готуючи шлунок і стимулюючи апетит. Овочеві та молочні супи виконують профілактичну та харчову функцію, забезпечуючи організм вітамінами, мінералами та білком. Холодні супи застосовують для освіження, регуляції водного балансу і різноманітності меню.

3. Характеристика супового відділення гарячого цеху

Супове відділення гарячого цеху є однією з ключових структурних одиниць у закладах ресторанного господарства, відповідальною за приготування перших страв, бульйонів, супів-пюре, крем-супів та інших рідких страв. Воно організоване таким чином, щоб забезпечувати ефективний технологічний процес, дотримання санітарно-гігієнічних норм та стандартизацію якості продукції.

Основною функцією супового відділення є **підготовка сировини та напівфабрикатів**, включаючи механічну обробку овочів, м'яса, риби, круп, бобових і грибів. Для цього використовують мийні, очищувальні, нарізальні пристрої, а також обладнання для бланшування та теплової обробки. Організація робочих місць передбачає логічну послідовність операцій від приймання сировини до формування готових страв, що дозволяє скоротити час обробки та уникнути перехресного забруднення продуктів.

В суповому відділенні використовують різні **технологічні способи приготування супів**: варіння, тушкування, обсмажування, приготування на пару або у бульйоні. Особливу увагу приділяють контролю температурного режиму, часу теплової обробки та концентрації рідкої основи, що забезпечує стабільність смаку, аромату та текстури страв. Для приготування великих обсягів супів застосовують парові котли, марміти, кип'ятильні та змішувальні установки, що дозволяє забезпечити однорідність і безпечність продукції.

Супове відділення також відповідає за **розігрівання охолоджених і швидкозаморожених напівфабрикатів**, їх доведення до споживчої готовності та подачу у відповідній тарі. Розігрівання проводиться при суворому контролі температури, щоб уникнути пересушування або втрати органолептичних властивостей. Для цього застосовують спеціальні марміти з терморегуляторами, пароконвекційні печі та інше обладнання, що забезпечує рівномірний прогрів.

Особливе значення має **дотримання санітарних і технологічних норм**: підтримання чистоти робочих поверхонь, інструментів та посуду, правильне сортування і зберігання сировини, контроль температури готових страв та охолоджених напівфабрикатів. Це дозволяє уникати мікробіологічного забруднення та забезпечити безпечність харчування споживачів.

Організація супового відділення передбачає **раціональне використання відходів**, зокрема овочевих очисток, кісток та інших залишків, які можна використовувати для приготування бульйонів, основ для соусів або кулінарних рідких концентратів. Це сприяє економії сировини та підвищенню ефективності роботи гарячого цеху.

4. Норми виходу супів

Норми виходу супів у закладах ресторанного господарства визначають кількість готової продукції, яка отримується з певної кількості сировини та напівфабрикатів після завершення технологічного процесу приготування. Вони є важливим показником для планування виробництва, розрахунку порцій, закупівлі сировини та економічної ефективності кухні.

Визначення виходу супів базується на **масі або об'ємі готової страви** на одну порцію та на весь обсяг приготованої продукції. Вихід залежить від виду супу, складу сировини, ступеня її обробки та технології приготування. Наприклад, бульйонні супи на м'ясі або рибі мають високий вихід рідини відносно маси основного інгредієнта, тоді як супи-пюре або крем-супи містять більшу частку подрібненої або термічно обробленої сировини, що зменшує об'єм рідини на одиницю продукту.

Для **класичних гарячих супів** норма виходу визначається з урахуванням бульйону, овочів, круп або макаронних виробів та м'яса. Наприклад, на 1000 г м'яса та кісток після варіння отримують 4-5 л бульйону, до якого додають овочі та крупи, що формує стандартний обсяг порцій. У супів із високим вмістом овочів або грибів, таких як овочеві або грибні супи, норма виходу трохи менша через випаровування води під час варіння та бланшування.

Для **супів-пюре та крем-супів** норма виходу визначається після подрібнення та додавання рідини. Об'єм готового супу зазвичай становить 1,5-2 рази від об'єму сировини через додавання бульйону, води або молока. При використанні охолоджених або швидкозаморожених напівфабрикатів норми виходу коригуються залежно від ступеня готовності продуктів і втрати вологи під час розігрівання.

Холодні супи мають відносно високий вихід, оскільки їх приготування не передбачає інтенсивного випаровування води. Наприклад, окрошка або гаспачо з великою кількістю рідини та нарізаних овочів дає вихід близько 950-1000 мл на порцію, залежно від рецептури та додавання заправки.

Норми виходу супів використовують також для **розрахунку технологічних карт та рецептур**. Вони дозволяють визначати кількість необхідної сировини на задану кількість порцій, прогнозувати витрати та економічну ефективність виробництва. Крім того, норми виходу впливають на стандартизацію порцій, що важливо для контролю харчової цінності та енергетичної цінності страв.

Важливо враховувати, що вихід супів може змінюватися залежно від таких факторів, як вологість сировини, тривалість варіння, метод термічної обробки та використання додаткових інгредієнтів. Тому норми виходу встановлюють з урахуванням середніх показників і технологічних особливостей закладу.

Контроль виходу супів забезпечує **раціональне використання сировини**, економію ресурсів і стабільну якість готових страв у закладах ресторанного господарства, що особливо важливо при масовому виробництві та організації меню на велику кількість споживачів.

5. Асортимент, характеристика супів заправних

Супи заправні займають важливе місце в асортименті перших страв закладів ресторанного господарства і характеризуються наявністю додаткових компонентів, які збагачують смак, аромат, консистенцію та калорійність страви. До заправних супів належать борщі, розсольники, солянки, щі, окремі види крем-супів із додаванням заправок, а також супи на м'ясному або рибному бульйоні з овочами, крупами, макаронними виробами та спеціями.

Головною ознакою заправного супу є **використання заправки**, яка включає засмажку, пасеровані овочі, вершкове або рослинне масло, томатну пасту, сметану, борошно, спеції та трави. Такі компоненти додають насиченість смаку, покращують аромат і кольорове оформлення страви. Наприклад, засмажка з цибулі, моркви та буряка у борщі надає характерний колір і смакову глибину, а додавання сметани або вершків у крем-супи формує ніжну консистенцію та оксамитовий смак.

Супи заправні поділяють на **борщові**, овочеві з засмажкою, круп'яні, м'ясні та рибні. Борщові супи готують на м'ясному або овочевому бульйоні з додаванням буряка, капусти, моркви та картоплі; іноді додають квашену капусту або помідори для кислого смаку. Розсольники готують на основі м'ясного або рибного бульйону з додаванням солоних огірків, розсолу і круп, що формує кисло-солоний смак і насичений аромат. Солянки містять м'ясні або рибні компоненти, оливки, каперси та лимонний сік, що надає страві пікантності.

Особливістю заправних супів є **технологія приготування заправки**, яка включає пасерування, обсмажування або томатування інгредієнтів перед додаванням до бульйону. Це дозволяє отримати однорідний смак, насичений колір та аромат. Заправка також впливає на текстуру: овочі стають м'якими, соуси додають густину, а спеції формують характерний смаковий профіль.

Для ресторанного господарства важливими є **стандартизація порцій та контроль виходу**, оскільки заправка може значно змінювати обсяг супу та калорійність. Тому рецептури заправних супів передбачають точне дозування овочів, круп, м'яса, спецій та масла.

Супи заправні відзначаються високою харчовою цінністю завдяки збалансованому поєднанню білків, жирів і вуглеводів. Вони забезпечують організм енергією, вітамінами, мінералами та клітковиною. Крім того, різноманітність заправок дозволяє урізноманітнити меню, поєднувати сезонні продукти та традиційні кулінарні рецепти, що робить їх важливою складовою ресторанного асортименту.

6. Технологія приготування борщів, капустяків, розсольників, солянок, супів картопляних

Технологія приготування перших страв, таких як борщі, капуста, розсольники, солянки та картопляні супи, у закладах ресторанного господарства базується на чіткому дотриманні послідовності операцій, температурних режимів та методів обробки сировини для забезпечення високої органолептичної якості та харчової цінності страв.

Приготування **борщу** починається з підготовки сировини. М'ясо або кістки закладають у холодну воду та доводять до кипіння, знімаючи піну для отримання прозорого бульйону. Овочі (бурак, морква, цибуля, картопля, капуста) нарізають відповідно до рецептури та пасерують або бланшують. Бурак іноді обробляють томатом або оцтом, щоб зберегти яскравий колір та покращити смак. Після варіння бульйону овочі додають поступово: картоплю – за 15-20 хвилин до готовності, капусту – за 10 хвилин, а засмажку та буряк – перед завершенням процесу. Страва приправляється сіллю, спеціями, зеленню і подається гарячою, іноді зі сметаною.

Капустяки готують на м'ясному або рибному бульйоні з додаванням квашеної капусти або свіжої, іноді із солоними огірками. Крупи або картопля попередньо промиваються та закладаються у бульйон для повільного розварювання. Овочі для засмажки (цибуля, морква, буряк) пасерують до золотистого кольору і додають у суп, щоб збагатити аромат і надати насиченого смаку. Тривалість варіння залежить від щільності капусти та крупи, але зазвичай становить 40-60 хвилин. Перед подачею капустяк приправляють спеціями, зеленню та подають із жиром або сметаною.

Розсольники готують на бульйоні з м'яса, риби або субпродуктів, до якого додають солоні огірки, розсіл та крупи (перлову або рисову). Картопля та овочі закладаються у бульйон після підготовки бульйону. Солоні огірки нарізають соломкою або кубиками та попередньо тушкують із цибулею і морквою, після чого додають у суп. Для кислого смаку використовують частину розсолу або томатну пасту. Розсольник приправляють спеціями та подають гарячим.

Солянки готують на бульйоні з м'яса, риби або грибів із додаванням м'ясних продуктів, копченостей, оливок, лимонного соку та каперсів. Спочатку готують бульйон, нарізають інгредієнти і пасерують їх разом із томатом для насиченого смаку. Картопля або крупи додають у бульйон окремо. Солянку доводять до готовності при середньому кипінні 15-20 хвилин, додають спеції та лимонний сік безпосередньо перед подачею.

Картопляні супи включають овочі, картоплю, рибу або м'ясо. Картопля нарізають кубиками або соломкою, закладають у бульйон, додають пасеровані овочі та спеції. Для супів-пюре частину картоплі або овочів подрібнюють, додають вершки або молоко для однорідної консистенції.

При приготуванні всіх видів супів особлива увага приділяється **контролю температури і часу варіння**, що забезпечує збереження поживних речовин, кольору та текстури овочів і м'яса. Засмажки та пасерування виконують при помірній температурі для запобігання пригоранню та збереження ароматичних властивостей.

Також технологія передбачає **оптимальне використання відходів**, наприклад, кісток, овочевих очисток, які використовують для приготування бульйонів та концентратів. Готові супи після приготування подаються гарячими або охолодженими залежно від виду, дотримуючись температурних і органолептичних стандартів закладу.

7. Норми виходу супів заправних, підбір посуду для подавання, температура подавання, вимоги до якості

Норми виходу заправних супів у закладах ресторанного господарства визначаються кількістю готової страви, яку отримують із заданої кількості сировини та напівфабрикатів після завершення технологічного процесу приготування. Вони є важливим показником для планування виробництва, закупівлі сировини, стандартизації порцій і економічного розрахунку витрат.

Для заправних супів, таких як борщі, капустаки, розсольники та солянки, норма виходу зазвичай становить 250-300 мл на одну порцію для легких супів і 300–350 мл для більш густих, насичених страв із засмажкою. Вихід залежить від співвідношення рідини та інгредієнтів, ступеня обробки овочів і м'яса, наявності засмажки та спецій. Наприклад, борщ із буряком та засмажкою має менший об'єм рідини на порцію через додаткову масу овочів, тоді як розсольник із великою кількістю огірків і крупи дає трохи більший об'єм готової страви.

Підбір посуду для подавання заправних супів залежить від типу страви, її густини та температури подачі. Гарячі супи подають у глибоких тарілках, супницях або порційних каструльках із товстими стінками для підтримання температури. Борщ і розсольник зазвичай подають у широких порційних тарілках місткістю 300-350 мл, крем-супи – у піалах або креманках ємністю 200-250 мл. Холодні заправні супи, такі як окрошки, подають у спеціальних холодних тарілках або склянках, що забезпечує підтримання низької температури та естетичний вигляд.

Температура подавання заправних супів має відповідати технологічним і органолептичним вимогам. Гарячі супи подають при 75-85 °С у товщі страви, що забезпечує безпечність продукту та оптимальні смакові властивості. Крем-супи та бульйонні супи можна подавати трохи теплішими – 70-75 °С, щоб

уникнути пересихання і втрати аромату. Холодні заправні супи подають при температурі 4-8 °С для збереження свіжості овочів, смаку та кольору.

Вимоги до якості заправних супів включають збалансованість смаку, ароматичну насиченість, однорідну консистенцію та привабливий зовнішній вигляд. Страва повинна бути прозорою або мати однорідну густу консистенцію, залежно від виду супу, без сторонніх включень і ознак псування. Колір овочів і бульйону повинен відповідати рецептурі: буряк у борщі – яскравий червоний, капуста в капустяку – ніжнього кольору, а засмажка повинна додавати насичений тон і аромат. Подача супу передбачає додавання сметани, зелені, лимона чи оливок відповідно до рецептури для посилення смакових властивостей і естетики страви.

Контроль виходу та якості заправних супів забезпечує **стабільність порцій і харчової цінності**, економію сировини та збереження органолептичних характеристик. Рациональне поєднання норм виходу, підбору посуду, температури подачі та технологічного контролю гарантує споживачеві високоякісні перші страви, що відповідають стандартам ресторанного господарства.

8. Асортимент, характеристика бульйонів прозорих, супів-пюре, кулешів

Бульйони прозорі, супи-пюре та кулеші становлять важливу групу перших страв у закладах ресторанного господарства, відрізняючись за складом, технологією приготування та органолептичними властивостями.

Прозорі бульйони готують на основі м'яса, птиці, риби або кісток. Вони характеризуються прозорою рідиною, насиченим смаком та ароматом, мінімальною калорійністю та високим вмістом білків і мінеральних речовин. Основними технологічними особливостями є варіння на повільному вогні, знімання піни, використання овочів для покращення смаку та аромату. Бульйони подають гарячими як самостійну страву або як основу для приготування інших супів, наприклад вермішельних або овочевих. Залежно від рецептури до бульйону можуть додавати крупи, макарони, овочі та прянощі.

Супи-пюре відрізняються однорідною консистенцією, яку отримують подрібненням овочів, м'яса або риби після варіння. Для збільшення поживної цінності та смакових якостей часто додають вершки, масло або соуси. Консистенція супу-пюре повинна бути кремоподібною, без крупних шматків інгредієнтів, з насиченим кольором і ароматом. Супи-пюре готують із різних продуктів: овочеві (гарбуз, броколі, морква), грибні, м'ясні або рибні, а їхня текстура залежить від способу подрібнення і додавання рідини. Такі супи відзначаються високою засвоюваністю, ніжним смаком і естетичною

привабливістю, що робить їх популярними в меню закладів ресторанного господарства.

Кулеші – це традиційні рідкі або напіврідкі страви з круп, риби, м'яса або овочів, які мають більш густу консистенцію порівняно з бульйонами. Вони характеризуються насиченим смаком і високою поживною цінністю завдяки використанню зернових культур та продуктів тваринного походження. Кулеші готують із заздалегідь підготовлених круп, що розварюють у бульйоні або воді, додають овочі, м'ясо чи рибу та приправляють спеціями і зеленню. Особливістю кулешів є щільність і насиченість, що робить їх самостійною стравою, здатною забезпечити організм енергією та поживними речовинами.

Всі три види страв – бульйони прозорі, супи-пюре та кулеші – вимагають суворого дотримання технології, контролю температури та часу варіння, підбору свіжої сировини та правильного оформлення перед подачею. Це забезпечує збереження органолептичних властивостей, харчової цінності та естетичної привабливості готової продукції.

9. Технологія приготування різних видів бульйонів

Технологія приготування бульйонів у закладах ресторанного господарства залежить від виду сировини, яку використовують, і передбачає дотримання послідовності операцій, температурних режимів та часу варіння для отримання прозорого, насиченого та ароматного продукту.

М'ясні бульйони готують із яловичини, свинини, курки або їхніх комбінацій. Сировину спочатку промивають, потім закладають у холодну воду для поступового виділення білків та колагену. Під час нагрівання бульйону необхідно знімати піну, щоб отримати прозорий навар. М'ясо доводять до готовності при слабкому кипінні протягом 1,5-3 годин залежно від типу м'яса та кісток. Для додання смаку та аромату у бульйон закладають овочі – моркву, цибулю, корінь петрушки, селеру, лавровий лист, чорний перець. Овочі закладають у різний час: тверді – на початку, ніжні – ближче до завершення варіння, щоб уникнути переварювання та зберегти смак.

Птицеві бульйони готують із курки, індички або качки. Птицю промивають, видаляють залишки пір'я та зайвий жир. Варіння проводять на слабкому вогні 1-2 години, зніманням піни та додаванням ароматичних овочів і спецій. Для птиці характерний ніжний смак і менший час варіння порівняно з яловичиною.

Рибні бульйони відзначаються легкістю і специфічним ароматом. Рибу чистять, промивають, кістки та голову обов'язково обшпарюють окропом або швидко проварюють, щоб видалити неприємний запах. Варять рибний бульйон

20-40 хвилин, додаючи овочі, зелень і спеції наприкінці процесу. Переварювання риби призводить до мутності бульйону і втрати смаку, тому важливим є суворий контроль часу і температури.

Овочеві бульйони готують на воді з додаванням свіжих або бланшованих овочів, спецій і трав. Вони мають прозору або злегка забарвлену рідину, насичений аромат і легку текстуру. Овочеві бульйони використовують як самостійну страву або основу для супів-пюре, крем-супів та інших перших страв.

У всіх видах бульйонів важливо дотримуватися **температурного режиму**, підтримуючи слабе кипіння або томління, що запобігає каламутності та надмірному випаровуванню рідини. Після варіння бульйон проціджують через дрібне сито або марлю, видаляючи залишки кісток і овочів, що забезпечує прозорість та естетичний вигляд.

В закладах ресторанного господарства дотримання технології приготування бульйонів забезпечує **стабільну якість смаку, аромат та харчову цінність**, створюючи основу для різноманітних перших страв і підвищуючи ефективність роботи гарячого цеху.

10. Призначення і використання витяжок

Для прояснення звичайного м'ясного чи м'ясо-кісткового бульйону готують відтяжку. Для цього м'ясо з найбільшим вмістом сполучної тканини подрібнюють на м'ясорубці, заливають холодною водою (2л води на 1кг м'яса) і дають постояти на холоді 1-2 години. У відтяжку можна додавати подрібнені курячі кістки, сік, що витікає при обробці і розморожуванні печінки, м'яса. Одночасно додають моркву, петрушку, селеру, крупно нарізані й обсмажені без жиру.

Після настоювання у відтяжку додають яєчні білки, сіль добре перемішують, а потім розводять теплим бульйоном, щоб збільшити її кількість. Підготовлену відтяжку вводять у знежирений бульйон, температура якого повинна бути нижче 60-70°C, і добре розмішують. Казан закривають кришкою, і швидко доводять до кипіння. Як тільки бульйон закипить, його відставляють на борт плити, зменшують нагрівання і продовжують варку 1-1,5 години. Бульйон вважають готовим, якщо відтяжка опуститься на дно, а бульйон стане прозорим. По закінченні варіння бульйону дають відстоятися, зливають, знімають жир і проціджують. У процесі прояснення бульйону розчинні білки відтяжки зсідаються, а з відтяжки в бульйон переходять екстрактивні речовини. Хлоп'я білка адсорбують зважені часточки каламуті, прояснюючи бульйон. Зберігають бульйон до подачі на водяній бані.

11. Асортимент і технологія приготування гарнірів до бульйонів

Гарніри до бульйонів відіграють важливу роль у формуванні смакових властивостей перших страв і надають їм додаткову текстуру, калорійність і харчову цінність. Асортимент гарнірів у закладах ресторанного господарства визначається видом бульйону, традиціями кухні, рецептурними особливостями страви та організаційними можливостями цеху.

До основних видів гарнірів відносяться **крупни, макаронні вироби, овочеві нарізки, картопляні кубики або соломка, грінки та локшина**. Крупи використовують у бульйонах із м'ясом, рибою та овочами. Найпоширенішими є рис, перлова, ячна, пшенична крупи та кукурудзяна крупа. Крупи перед закладенням у бульйон промивають для видалення пилу та надлишкового крохмалю, а деякі види – попередньо обробляють (замочують або бланшують) для прискорення процесу варіння та рівномірного приготування.

Макаронні вироби – локшина, вермішель, галушки або рожки – використовуються як легкі гарніри до прозорих бульйонів. Їх варять окремо у воді або у невеликій кількості бульйону до готовності і додають у тарілку під час подачі, що дозволяє уникнути переварювання і втрати форми. Особливістю технології є контроль часу варіння та температури, щоб макарони залишалися еластичними та не розварювалися в бульйоні.

Овочеві гарніри включають нарізані кубиками, соломкою або бланшовані овочі: моркву, корінь петрушки, селери, цибулю. Їх закладають у бульйон поступово або пасерують на маслі для підсилення аромату та смаку. Картопляні гарніри зазвичай нарізають кубиками, соломкою або кружечками і додають у бульйон до повної готовності, забезпечуючи поживність і насиченість страви.

Грінки, сухарики або обсмажена локшина застосовуються як декоративні та смакові доповнення до супів-пюре та прозорих бульйонів. Їх додають безпосередньо перед подачею, щоб зберегти хрусткість і аромат.

Технологія приготування гарнірів до бульйонів передбачає дотримання **послідовності закладання та температурного режиму**. Крупи, макаронні вироби та овочі варять окремо або в невеликій кількості бульйону, контролюючи час і ступінь готовності. Пасеровані овочі готують при середньому нагріванні для збереження аромату і кольору. Картопля та інші коренеплоди закладають у бульйон до того моменту, коли решта інгредієнтів уже майже готові, щоб уникнути переварювання.

Гарніри подають у бульйон разом із рідиною або окремо в маленьких порційних мисках для самостійного додавання. Вони повинні мати **однорідну структуру, привабливий зовнішній вигляд та відповідати смаковому профілю бульйону**. Контроль технологічного процесу та правильне поєднання

гарніру забезпечує збалансованість страви, підвищує її харчову цінність і привабливість для споживача.

12. Технологія приготування супів-пюре, супів-кремів

Технологія приготування супів-пюре та супів-кремів у закладах ресторанного господарства передбачає чітке дотримання послідовності операцій, контроль часу та температури, а також правильне поєднання інгредієнтів для досягнення однорідної консистенції, насиченого смаку та привабливого зовнішнього вигляду.

Супи-пюре готують із овочів, м'яса, риби, бобових або грибів. Перший етап передбачає **підготовку сировини**: овочі очищають, ріжуть кубиками або соломкою, м'ясо або рибу промивають, нарізають порційними шматками. Далі сировину варять у бульйоні або воді до м'якості. Для супів-пюре з м'яса або риби бульйон готують окремо, додаючи овочі та спеції поступово. Для овочевих супів-пюре обов'язкове бланшування або попереднє тушкування овочів для збереження кольору та аромату.

Другий етап – **подрібнення інгредієнтів**. Варені овочі або м'ясо протирають через сито або подрібнюють у блендері до однорідної маси. Для супів-кремів використовують додаткове збивання до кремоподібної консистенції, часто з додаванням вершків, масла або молока. Така обробка забезпечує ніжну текстуру і однорідність смаку.

Третій етап – **введення рідкої основи та загущувачів**. У супи-пюре додають бульйон, воду або молоко для досягнення бажаної густини. Для супів-кремів використовують вершки або спеціальні соуси, що надають страві насиченого смаку та однорідної текстури. Деякі рецептури передбачають використання пасерованої засмажки для посилення аромату і кольору.

Четвертий етап – **доварювання та приправлення**. Після об'єднання всіх компонентів суп доводять до готовності на слабкому вогні, додають сіль, спеції, зелень, лимонний сік або інші ароматизатори залежно від рецептури. Супи-пюре та крем-супи не допускають інтенсивного кипіння, щоб уникнути розшарування або втрати кремоподібної структури.

При подачі супи-пюре і крем-супи часто **декорують**: додають грінки, крутони, подрібнену зелень, краплі вершків або масла. Гарячу страву подають при температурі 70-75 °С, холодну – 4-8 °С для збереження свіжості та кольору інгредієнтів.

Дотримання технології приготування супів-пюре та крем-супів забезпечує **стабільність консистенції, смакових властивостей та зовнішнього вигляду**,

що є важливим у стандартизації меню та підтримці високого рівня якості продукції в закладах ресторанного господарства.

13. Технологія приготування кулешів

Кулеші – це густі рідкі або напіврідкі страви, які відрізняються насиченим смаком, високою поживною цінністю і здатністю забезпечувати організм енергією. У закладах ресторанного господарства їх готують із зернових культур (пшениця, кукурудза, перлова крупа), овочів, м'яса, риби або грибів.

Технологічний процес починається з **підготовки сировини**. Крупи ретельно промивають і, за потреби, замочують на певний час для прискорення варіння та рівномірного розварювання. Овочі очищають, ріжуть кубиками або соломкою, м'ясо та рибу промивають і нарізають порційними шматками. Спеції та зелень готують заздалегідь, щоб додати їх на заключному етапі приготування.

Наступний етап – **варіння основи кулешу**. Крупи закладають у киплячий бульйон або воду і доводять до напівготовності, періодично помішуючи для запобігання пригоранню. М'ясо або рибу додають на початку варіння або після того, як крупа частково розварилася, залежно від рецептури. Овочі додають поступово, враховуючи їхню твердість, щоб вони зберегли смак, аромат і текстуру.

Далі слідує **доварювання кулешу з додаванням засмажки або приправ**. Пасеровані овочі, вершкове або рослинне масло вводять для покращення смаку, аромату та кольору. Страва доводиться до готовності на слабкому вогні, щоб зберегти однорідну густу консистенцію. Спеції та зелень додають наприкінці варіння для збереження їх аромату.

Готовий кулеш повинен мати **густу, однорідну структуру, насичений смак і привабливий колір**. Його подають гарячим, іноді з додаванням сметани, зелені або масла, залежно від рецептури.

Дотримання технології приготування кулешів забезпечує стабільну консистенцію, високу харчову цінність та приємний смаковий профіль страви, що є важливим для підтримки стандартів ресторанного господарства.

14. Норми виходу, підбір посуду для подавання, температура подавання, вимоги до якості

Норми виходу перших страв, таких як бульйони, супи-пюре, супи-креми та кулеші, є важливим показником у закладах ресторанного господарства для планування виробництва, розрахунку сировини, стандартизації порцій та забезпечення економічної ефективності. Вони визначають обсяг готової страви, який повинен надходити на одну порцію після завершення технологічного

процесу. Наприклад, бульйони прозорі та легкі супи-пюре мають норму виходу 250-300 мл на порцію, густі супи-пюре, крем-супи та кулеші – 300-350 мл. Вихід страви залежить від виду сировини, способу приготування, наявності гарніру та загущувачів.

Підбір посуду для подавання визначається видом страви, її густотою та температурою подачі. Гарячі бульйони та легкі супи подають у глибоких порційних тарілках або мисках місткістю 250-300 мл, щоб підтримувати оптимальну температуру і зручність споживання. Крем-супи та супи-пюре подають у піалах або креманках місткістю 200-250 мл, а кулеші – у глибоких тарілках або мисках 300-350 мл, оскільки вони мають більш щільну консистенцію. Холодні супи та крем-супи подають у спеціальному посуді для холодних страв, що забезпечує підтримання низької температури і привабливий зовнішній вигляд.

Температура подавання безпосередньо впливає на органолептичні властивості страв. Гарячі бульйони, супи-пюре та кулеші подають при температурі 75-85 °С, що дозволяє споживачеві насолодитися ароматом і смаком, а також забезпечує безпечність продукту. Крем-супи подають трохи теплішими – 70-75 °С, щоб уникнути розшарування консистенції. Холодні супи-пюре і крем-супи подають при 4-8 °С для збереження свіжості, кольору та аромату інгредієнтів.

Вимоги до якості включають збалансованість смаку, ароматичну насиченість, однорідну консистенцію та привабливий зовнішній вигляд. Страва повинна бути чистою, без сторонніх включень, з правильним кольором овочів, м'яса чи риби відповідно до рецептури. Гарніри, грінки або вершки подаються свіжими та доречно декорують супи, що підсилює їхню естетику та смакові властивості.

Дотримання норм виходу, підбору посуду, температури подачі та контролю якості забезпечує **стабільність органолептичних властивостей, харчову цінність і привабливість страв**, що є ключовим для ефективної роботи закладів ресторанного господарства.

15. Асортимент, характеристика молочних, холодних, солодких супів

Молочні, холодні та солодкі супи становлять важливу групу перших страв у закладах ресторанного господарства, відрізняючись своєю органолептичною специфікою, технологією приготування та харчовою цінністю. Вони займають значне місце у меню дитячих, дієтичних та загальнохарчових страв, а також використовуються для розширення асортименту закладів і підвищення його різноманітності.

Молочні супи готують на основі молока або суміші молока з водою. Основними інгредієнтами є крупи (рис, манка, вівсяні пластівці), макаронні вироби, картопля, овочі та фрукти. Часто додають яйця, масло або вершки для підвищення поживної цінності та смакових властивостей. Молочні супи характеризуються ніжним смаком, м'якою консистенцією та легкою засвоюваністю. Технологія приготування передбачає **контроль температури**, оскільки молоко швидко пригорає, що може погіршити органолептичні властивості. Молочні супи варять на слабкому вогні або на водяній бані, поступово додаючи крупу або інші компоненти до кипіння молока.

Холодні супи відрізняються освіжаючим смаком і подаються охолодженими, зазвичай при 4-8 °С. Їх готують на основі овочевих, фруктових або кисломолочних продуктів, таких як кефір, йогурт або кисле молоко. Найпоширенішими є супи зі свіжих овочів і зелені, наприклад огірковий або зелені супи з щавлем та шпинатом, а також фруктові – з ягід, яблук або кавунів. Холодні супи відзначаються низькою калорійністю, високим вмістом вітамінів та мінеральних речовин, легкою засвоюваністю і привабливим кольором. Для приготування інгредієнти подрібнюють, відварюють або бланшують, потім охолоджують і поєднують з рідиною, додаючи приправи, зелень, сметану або соуси для підсилення смаку.

Солодкі супи – особлива група страв, що подаються як десерт або доповнення до основного меню. Вони можуть бути гарячими або холодними, готуються на основі молока, фруктового або ягідного пюре, а також з додаванням круп, макаронів, фруктів, цукру та ароматизаторів. Основна характеристика солодких супів – **насичений солодкий смак, приємний аромат і декоративний вигляд**. Для гарячих солодких супів важливий контроль температури, щоб уникнути пригорання цукру і молочних продуктів, а для холодних – дотримання температурного режиму охолодження для збереження свіжості та вітамінного складу.

16. Технологія приготування молочних супів

Технологія приготування молочних супів у закладах ресторанного господарства передбачає дотримання певної послідовності операцій, контролю температури та часу варіння, а також правильного поєднання інгредієнтів для отримання ніжного смаку, однорідної консистенції та привабливого вигляду страви.

Перший етап технологічного процесу – **підготовка сировини**. Використовують молоко високої якості, яке перед закладанням перевіряють на запах, колір і свіжість. Для супів додають крупи (рис, манку, вівсяні пластівці),

макаронні вироби, картоплю, овочі або фрукти, а також яйця, вершки, масло і цукор за рецептурою. Крупи промивають, при необхідності замочують на певний час для скорочення варіння і досягнення рівномірної готовності. Овочі та фрукти очищають і нарізають відповідно до виду супу: кубиками, соломкою або тонкими шматочками.

Другий етап – **варіння основи супу**. Молоко нагрівають на слабкому або середньому вогні, уникаючи сильного кипіння, щоб запобігти пригоранню та утворенню плівки на поверхні. У кипляче молоко поступово закладають підготовлену крупу або макаронні вироби, постійно помішуючи, щоб уникнути грудочок і забезпечити однорідну консистенцію. Для картопляних або овочевих молочних супів овочі закладають раніше, крупи – пізніше, щоб забезпечити одночасне досягнення готовності.

Третій етап – **доварювання та приправлення**. Після повного розварювання крупи та овочів у суп додають масло, вершки, яйця або цукор, залежно від рецептури. Суп доводять до готовності на слабкому вогні, уникаючи інтенсивного кипіння, щоб зберегти ніжність молока і уникнути розшарування страви. Спеції та ароматизатори вводять у кінці процесу, щоб зберегти їх запах і смакові властивості.

Четвертий етап – **оформлення і подача**. Молочні супи подають гарячими при температурі 70-75 °С. Для естетичного оформлення додають подрібнені фрукти, свіжу зелень, сметану або вершки. В окремих випадках гарячі супи-пюре подають із грінками або сухариками для підвищення текстурного контрасту.

Дотримання технології приготування молочних супів забезпечує **стабільну консистенцію, ніжний смак та аромат**, високу харчову цінність і привабливий зовнішній вигляд страви. Це важливо для стандартизації меню, контролю витрат сировини та підтримки високих стандартів якості в закладах ресторанного господарства.

17. Технологія приготування холодних супів та особливості їх споживання

Технологія приготування холодних супів у закладах ресторанного господарства передбачає використання свіжих, консервованих або бланшованих овочів, фруктів, ягід та кисломолочних продуктів, таких як кефір, йогурт або кисле молоко. Ці страви відрізняються освіжаючим смаком, легкою засвоюваністю і високою вітамінною цінністю, що робить їх особливо актуальними в літній період або для дієтичного харчування.

Перший етап технологічного процесу – **підготовка сировини**. Овочі та зелень промивають, очищають і нарізають необхідними способами: кубиками, соломкою або дрібною шинкуванням. Фрукти й ягоди промивають, видаляють

насіння або кісточки та подрібнюють до пюреподібного стану. Для холодних супів на основі бульйонів або овочевих відварів рідина охолоджується до 4-8 °С перед змішуванням із подрібненою сировиною.

Другий етап – **поєднання компонентів та консистенція**. Підготовлену сировину змішують із рідиною – овочевим відваром, бульйоном, кисломолочними продуктами або фруктовим соком. Для досягнення однорідної текстури супи можуть збивати у блендері або протирати через сито. Для супів-пюре та крем-супів важливо досягти кремоподібної консистенції, що забезпечує рівномірний смак та приємну структуру. До суміші додають спеції, сіль, цукор або оцет відповідно до рецептури та типу супу.

Третій етап – **охолодження та дозрівання**. Після приготування холодний суп охолоджується до робочої температури 4-8 °С, що дозволяє зберегти свіжість, аромат і поживні властивості інгредієнтів. Деякі рецептури передбачають витримку супу в холодильнику протягом 30-60 хвилин, щоб інгредієнти взаємодіяли між собою, і смак став більш насиченим.

Особливості споживання холодних супів включають **температурний режим і способи подачі**. Страви подають охолодженими в мисках, креманках або спеціальному посуді для холодних страв. Гарним доповненням є свіжі трави, шматочки овочів, грінки або сметана, що підкреслюють смак і текстуру. Холодні супи споживають невеликими порціями, особливо в якості першого блюда в літньому меню або дієтичному харчуванні, що дозволяє організму отримати необхідну кількість рідини та вітамінів без перевантаження травної системи.

Дотримання технології приготування холодних супів забезпечує **збереження вітамінів, насиченого смаку та привабливого зовнішнього вигляду**, що є важливим для підтримки високих стандартів ресторанного господарства та задоволення потреб споживачів.

18. Технологія приготування солодких супів

Технологія приготування солодких супів у закладах ресторанного господарства передбачає використання молока, фруктових і ягідних пюре, круп, макаронних виробів, яєць, цукру та ароматизаторів. Ці супи можуть подаватися гарячими або холодними, слугують десертною стравою або частиною дієтичного меню та відзначаються приємним смаком, ніжною консистенцією і декоративним виглядом.

Перший етап технологічного процесу – **підготовка сировини**. Молочні продукти перевіряють на свіжість, крупи промивають і за потреби замочують для скорочення часу варіння. Фрукти та ягоди очищають, видаляють насіння і

подрібнюють до пюреподібного стану. Яйця ретельно збивають для додавання однорідності, а цукор і ароматизатори готують відповідно до рецептури.

Другий етап – **варіння або змішування інгредієнтів**. Молоко нагрівають на слабкому вогні, уникаючи сильного кипіння, щоб запобігти пригоранню. У молоко поступово закладають крупи або макарони, доводячи їх до готовності. Для фруктових або ягідних супів гарячі компоненти проварюють короткий час або використовують охолоджені пюре для збереження смаку та аромату. Яйця вводять у суміш методом тонкого вливання або збивання, щоб уникнути зсідання.

Третій етап – **загущування та ароматизація**. Для підсилення смаку додають масло, вершки, ваніль або інші ароматизатори, а цукор – на ранніх або пізніх етапах варіння залежно від бажаної інтенсивності солодкості. Гарячі супи доводять до готовності на слабкому вогні, холодні – охолоджують до 4-8 °С перед подачею.

Солодкі супи подають у піалах, креманках або глибоких тарілках, іноді декоруючи ягодами, шматочками фруктів, горіхами або вершками. Дотримання технології забезпечує **ніжну консистенцію, насичений смак, привабливий зовнішній вигляд і стабільну якість страви**, що важливо для ресторанного обслуговування.

19. Норми виходу, підбір посуду для подавання, температура подавання, вимоги до якості.

Норми виходу перших страв, включаючи молочні, холодні та солодкі супи, є важливим показником у закладах ресторанного господарства для правильного планування виробництва, розрахунку сировини, стандартизації порцій і забезпечення економічної ефективності. Норма виходу визначає обсяг готової страви, який подається на одну порцію після завершення технологічного процесу. Для гарячих молочних супів вона зазвичай становить 250-300 мл, для солодких супів – 200-250 мл, для холодних супів – 200-300 мл залежно від рецептури та густоти страви. Облік виходу дозволяє контролювати витрати сировини та забезпечувати стабільність порцій, що важливо для організації виробничого процесу та фінансової ефективності закладу.

Підбір посуду для подавання визначається видом супу, його консистенцією та температурою подачі. Молочні супи подають у мисках або глибоких тарілках об'ємом 250-300 мл для збереження оптимальної температури і зручності споживання. Холодні супи подають у креманках, піалах або спеціальному посуді для холодних страв, що дозволяє підтримувати температуру 4-8 °С та презентабельний зовнішній вигляд. Солодкі супи подають у піалах або

креманках об'ємом 200-250 мл, іноді прикрашаючи ягодами, фруктами або вершками для підвищення естетичної привабливості.

Температура подавання впливає на органолептичні властивості страв. Гарячі молочні супи подають при 70-75 °С, що забезпечує повноту смаку та аромат. Гарячі солодкі супи – 65-70 °С, холодні супи – 4-8 °С. Дотримання температури подачі дозволяє зберегти консистенцію, аромат і колір інгредієнтів, а також гарантує безпеку продукту.

Вимоги до якості включають однорідну консистенцію, збалансований смак, привабливий зовнішній вигляд та чистоту страви. Супи не повинні містити грудочок, сторонніх включень або осаду. Молочні та солодкі супи мають бути ніжними, з правильним кольором і ароматом, холодні супи – свіжими, з яскравим кольором і освіжаючим смаком. Гарніри та декоративні елементи, якщо вони використовуються, повинні бути свіжими і відповідати рецептурі.

Дотримання норм виходу, правильний підбір посуду, контроль температури подавання та вимог до якості забезпечує **стабільність смакових, органолептичних і харчових характеристик страв**, що є ключовим для ефективної роботи закладів ресторанного господарства.

Тема 6. Технологія соусів

План:

1. Значення соусів у харчуванні, їх класифікація.
2. Соуси із загусниками.
3. Асортимент, приготування та кулінарне призначення соусів червоних. Підбір соусів червоних до страв. Вимоги до якості.
4. Асортимент, приготування та кулінарне призначення соусів білих, соусів грибних, сметанних та молочних. Вимоги до якості. Підбір соусів до страв.
5. Соуси яєчно-масляні та суміші масляні. Асортимент, особливості приготування та кулінарне призначення соусів яєчно-масляних та сумішей масляних. Вимоги до якості. Підбір соусів до страв.
6. Соуси на олії та оцті. Асортимент, особливості приготування та кулінарне призначення соусів на олії та оцті (майонез, маринади, заправні). Вимоги до якості. Підбір соусів до страв.
7. Соуси солодкі. Асортимент, приготування та кулінарне призначення соусів солодких: соуси на основі фруктів і ягід, соуси десертні. Вимоги до якості. Підбір соусів до страв.
8. Маринади і желе. Асортимент, приготування та кулінарне призначення соусів. Вимоги до якості. Підбір соусів до страв.
9. Соуси, що випускаються харчовою промисловістю. Асортимент соусів, що випускаються харчовою промисловістю (соус майонез, томатні, фруктові соуси, гірчиця).
10. Характеристика соусів (паст) для макаронних виробів: соус із петрушки, соус горіхово-вершковий, песто.

1.Значення соусів у харчуванні, їх класифікація

Соуси відіграють важливу роль у харчуванні, оскільки вони не лише підсилюють смакові та ароматичні властивості страв, але й впливають на їхню текстуру, калорійність, зовнішній вигляд та органолептичну привабливість. Вони можуть додавати стравам соковитість, підкреслювати основний смак інгредієнтів або створювати контрастні смакові поєднання. У закладах ресторанного господарства соуси використовують як доповнення до гарячих і холодних страв, кулінарних виробів, м'ясних, рибних та овочевих страв, що підвищує їхню гастрономічну цінність і задовольняє смакові очікування споживачів.

Класифікація соусів здійснюється за різними ознаками. За **способом приготування** виділяють холодні та гарячі соуси. Холодні соуси, наприклад майонез, вінегрет або соуси на основі сметани та йогурту, використовують без додаткового нагрівання. Вони зберігають свій природний смак і аромат інгредієнтів. Гарячі соуси, такі як бешамель, деміглас або томатні соуси, готують

із попереднім прогріванням або варінням, що дозволяє досягти однорідної консистенції, насиченого смаку та ароматичного ефекту.

За **консистенцією** соуси поділяють на рідкі, середньої густоти та густі. Рідкі соуси застосовують для поливання страв перед подачею, вони швидко просякають інгредієнти і підсилюють смак. Середньої густоти соуси використовують як складові для заливання, обсмажування або тушкування. Густі соуси служать для формування покриття страви, додання декоративності або збереження форми кулінарних виробів.

За **сировинною основою** виділяють соуси на молочній, овочевій, м'ясній, рибній, грибній, фруктовій та комбінованій основі. Молочні соуси підходять для гарячих страв, овочеві та грибні – для овочевих або дієтичних страв, м'ясні та рибні – для основних страв відповідного виду. Фруктові та солодкі соуси використовують у десертах та холодних стравах.

Класифікація соусів за складом і призначенням дозволяє стандартизувати технологічні процеси, забезпечити правильне поєднання смакових і ароматичних характеристик страв, а також підвищити органолептичну цінність продукції в закладах ресторанного господарства.

2. Соуси із загусниками

Соуси із загусниками становлять одну з основних груп гарячих соусів у кулінарії та закладах ресторанного господарства. Вони відзначаються більш густою консистенцією порівняно з рідкими соусами та використовуються для підкреслення смаку основних страв, створення декоративного ефекту, додання текстурної насиченості і підвищення калорійності страв. Загущення соусів досягається за допомогою різних харчових загусників, таких як борошно, крохмаль, жовтки, масло або комбінації цих компонентів.

Одним із найпоширеніших видів соусів із загусниками є **соуси на основі борошна**, які включають класичні французькі “mother sauces” – бешамель та еспаньйоль. Бешамель готується шляхом приготування засмажки з вершкового масла і борошна, до якої поступово додають молоко, доводячи суміш до однорідної густої консистенції. Еспаньйоль готується на основі м'ясного бульйону, борошна і томатної пасти, з додаванням обсмажених овочів і спецій. Борошно виконує роль загусника, надаючи соусу в'язкості та кремоподібної структури.

Соуси із **крохмалевим загущенням** широко застосовують для овочевих, фруктових, ягідних та дієтичних страв. Крохмаль, розведений у холодній рідині, вводять у киплячу основу (бульйон, овочевий відвар, фруктовий сік), швидко перемішуючи, щоб уникнути утворення грудочок. При цьому важливо

дотримуватися температурного режиму: надто висока температура призводить до розриву крохмалевих гранул і втрати загущувальної здатності.

Соуси із **жовтковим загущенням** готують шляхом введення розтертих жовтків у гарячу основу, наприклад, молоко або бульйон, при постійному помішуванні. Це дозволяє досягти ніжної кремоподібної текстури та насиченого смаку. Соуси на основі масла та жовтків часто застосовують для м'ясних та рибних страв, щоб надати їм аромату і легкого блиску.

Технологічний процес приготування соусів із загусниками включає **підготовку сировини, приготування загусника, поєднання з рідиною, варіння до необхідної густоти та приправлення**. Під час варіння необхідно уникати перегрівання або різкого охолодження, щоб соус не розшарувався і не втратив однорідності.

Соуси із загусниками повинні відповідати певним органолептичним характеристикам: однорідна кремоподібна консистенція, насичений смак, відсутність грудочок, приємний аромат і колір, що підкреслює зовнішній вигляд основної страви. Дотримання технології забезпечує **стабільність смакових і текстурних властивостей**, що є важливим у закладах ресторанного господарства.

3. Асортимент, приготування та кулінарне призначення соусів червоних. Підбір соусів червоних до страв. Вимоги до якості

Червоні соуси займають важливе місце в кулінарії та закладах ресторанного господарства, оскільки вони підкреслюють смак м'ясних, рибних та овочевих страв, надають їм насичений колір і привабливий зовнішній вигляд. Основою червоних соусів зазвичай є томатна паста, пюре або соуси на основі м'яса, з додаванням обсмажених овочів, спецій та ароматизаторів. Вони відзначаються насиченим смаком, ароматом і щільною консистенцією.

Асортимент червоних соусів включає класичні французькі та національні рецептури. До основних належать еспаньйоль із томатною пастою, соус деміглас, томатні соуси для пасти, італійські соуси марінара, а також пікантні та пряні соуси з овочів і спецій. Соуси можуть відрізнятися за консистенцією: рідкі – для заливання та підливання, середньої густоти – для тушкування, густі – для покриття страв і декоративного оформлення.

Приготування червоних соусів передбачає кілька етапів. Спершу готують основу з обсмажених овочів (цибуля, морква, селера), додають томатну пасту або пюре і тушкують до випаровування зайвої вологи. Далі вводять рідку основу – бульйон або воду, доводять до кипіння і варять до однорідної консистенції. Для соусів із загусниками додають борошно, крохмаль або

пасероване масло. Наприкінці вводять спеції, трави, цукор, оцет або вино, що надає соусу потрібний аромат і смак.

Кулінарне призначення червоних соусів полягає в підсиленні смакових і ароматичних властивостей страв, покращенні зовнішнього вигляду, а також у доданні соковитості та насиченості м'ясу, риби або овочевим стравам. Рідкі соуси застосовують для підливання, густі – для запікання або обсмаження, а середньої густоти – для тушкування і приготування гарячих страв.

Підбір червоних соусів до страв здійснюють залежно від основного інгредієнта: м'ясо яловичини або баранини поєднують із демігласом або еспаньйолам, птицю – з томатно-вершковими соусами, рибу – з легкими томатними або овочевими соусами. Соуси повинні підкреслювати смак основного продукту, не перебивати його аромат і відповідати консистенцією страві.

Вимоги до якості червоних соусів включають однорідну текстуру без грудочок, насичений колір, інтенсивний смак і аромат, правильну густоту та чистоту. Соуси повинні зберігати свою стабільність під час подачі і поєднуватися з іншими компонентами страви, підвищуючи їхню органолептичну цінність.

4.Асортимент, приготування та кулінарне призначення соусів білих, соусів грибних, сметанних та молочних. Вимоги до якості. Підбір соусів до страв

Білі соуси, грибні, сметанні та молочні соуси становлять одну з ключових груп у кулінарії та закладах ресторанного господарства, оскільки вони підкреслюють смакові властивості страв, покращують їхню текстуру та зовнішній вигляд. Ці соуси відрізняються ніжною консистенцією, м'яким смаком та універсальністю використання.

Асортимент білих соусів включає класичні французькі соуси, такі як бешамель, голландський та соуси на основі вершків. Бешамель готують із засмажки вершкового масла та борошна, з додаванням молока, доводячи суміш до однорідної кремоподібної консистенції. Голландський соус готують із жовтків, масла та спецій, що забезпечує насичений аромат і ніжну текстуру.

Грибні соуси готують на основі обсмажених або відварених грибів, з додаванням бульйону, вершків або молока, борошна чи крохмалю для загущення. Вони використовуються для м'ясних, рибних та овочевих страв, надаючи їм насиченого смаку та аромату.

Сметанні соуси готують із сметани, борошна, масла, овочів та спецій. Вони мають ніжний кислуватий смак і добре поєднуються з м'ясними, рибними та овочевими стравами. Молочні соуси включають молоко, вершки, яйця та

приправи, застосовуються як доповнення до овочевих, круп'яних і дієтичних страв, надаючи їм кремоподібної консистенції та м'якого смаку.

Технологія приготування цих соусів передбачає підготовку сировини, обсмаження або пасерування борошна та овочів, введення рідини (молоко, бульйон, вершки) і доведення до необхідної густоти. Спеції та ароматизатори додають у кінці варіння для збереження смаку і аромату. Грибні та сметанні соуси часто готують із попередньою обсмажкою основних інгредієнтів для посилення смаку.

Кулінарне призначення полягає у підсиленні смаку страв, доданні соковитості та привабливого вигляду. Білі соуси використовують для запікання, тушкування та поливання гарячих страв, грибні – до м'яса, риби та овочів, сметанні – до гарячих і тушкованих страв, молочні – для овочевих і дієтичних страв.

Підбір соусів до страв здійснюють залежно від основного продукту та консистенції страви. Білі та молочні соуси підходять до запечених або тушкованих овочів, м'яса, птиці, грибні – до яловичини, свинини та птиці, сметанні – до варених, тушкованих та смажених страв.

Вимоги до якості включають однорідну консистенцію, насичений смак і аромат, правильну густоту, чистоту та привабливий зовнішній вигляд. Соуси повинні зберігати стабільність під час подачі та гармонійно поєднуватися з основними стравами.

5. Соуси яєчно-масляні та суміші масляні. Асортимент, особливості приготування та кулінарне призначення соусів яєчно-масляних та сумішей масляних. Вимоги до якості. Підбір соусів до страв

Соуси яєчно-масляні та масляні суміші становлять важливу категорію соусів у кулінарії та закладах ресторанного господарства, оскільки вони характеризуються насиченим смаком, гладкою кремоподібною консистенцією та високою поживною цінністю. Ці соуси широко застосовують для підкреслення смакових і ароматичних властивостей гарячих і холодних страв, додання соковитості, блиску та декоративності. Основою таких соусів є вершкове масло, інколи з додаванням яєць, жовтків, олії або молочних компонентів.

Асортимент яєчно-масляних соусів включає класичні французькі рецептури, такі як голландський соус, бернез, маліс і соуси на основі жовтків і масла. Голландський соус готують із розтертих жовтків, вершкового масла та спецій, поступово доводячи суміш до емульсії. Соус бернез передбачає додавання подрібненого естрагону та оцту, що надає страві ароматичну пікантність. Соуси на основі суміші масла із додатковими жовтками або

сметаною створюють більш ніжну текстуру і полегшують приготування гарячих страв.

Асортимент масляних сумішей включає прості розтоплені масла з ароматичними добавками, такими як зелень, спеції, лимонний сік або оцет. Вони використовуються для поливання готових страв, створення ароматичного ефекту, надання блиску та підсилення смаку. Масляні суміші також застосовують у технології приготування гарячих страв, запіканок, овочів, риби та м'яса.

Особливості приготування яєчно-масляних соусів полягають у контролі температури та послідовності введення інгредієнтів. Жовтки ретельно збивають на водяній бані або при слабкому нагріванні, поступово вводять розтоплене масло, утворюючи однорідну емульсію. При цьому важливо уникати перегрівання, щоб не згорнулися яйця, та постійно помішувати, щоб досягти стабільної консистенції. Масляні суміші готують шляхом розтоплення масла з додаванням спецій або ароматичних компонентів при помірній температурі, щоб зберегти запах і смак олії.

Кулінарне призначення яєчно-масляних та масляних соусів полягає у підсиленні смаку основних страв, доданні кремоподібної консистенції та аромату, а також у декоративному оформленні страв. Яєчно-масляні соуси використовують для м'яса, риби, птиці, овочів, а масляні суміші – для поливання готових страв, запіканок, картоплі, пасти та овочів. Соуси також застосовують у технології приготування гарячих страв як компонент тушкування або запікання, що дозволяє зберегти соковитість і аромат інгредієнтів.

Підбір соусів до страв здійснюють залежно від виду основного продукту. Яєчно-масляні соуси поєднують з рибою, м'ясом, птицею та овочами, надаючи стравам ніжності та аромату. Масляні суміші використовують для овочевих гарнірів, пасти, запіканок та десертів, що вимагають додаткового смакового та ароматичного підсилення.

Вимоги до якості включають однорідну, гладку консистенцію без грудочок або розшарування, насичений аромат і смак, правильну густоту, чистоту та привабливий зовнішній вигляд. Соуси повинні зберігати стабільність під час подачі та гармонійно поєднуватися з основними стравами, підкреслюючи їхню органолептичну цінність.

Дотримання технології приготування та контроль за якістю яєчно-масляних і масляних соусів забезпечує **стабільність смакових характеристик, однорідність консистенції та високу естетичну привабливість страв**, що є ключовим у роботі закладів ресторанного господарства.

6. Соуси на олії та оцті. Асортимент, особливості приготування та кулінарне

призначення соусів на олії та оцті (майонез, маринади, заправні). Вимоги до якості. Підбір соусів до страв

Соуси на олії та оцті є однією з найбільш поширених груп холодних соусів у кулінарії та закладах ресторанного господарства. Вони відзначаються освіжаючим смаком, високою живильною цінністю, легкістю засвоєння і універсальністю застосування. Ці соуси застосовують для підкреслення смаку гарячих і холодних страв, салатів, закусок, а також для маринування та заправки кулінарних виробів. Основою таких соусів є рослинна олія, яка поєднується з кислими компонентами – оцтом, лимонним соком, йогуртом або цитрусовими, а також з додаванням спецій, зелені та ароматичних речовин.

Асортимент соусів на олії та оцті включає класичні майонези, маринади, заправні соуси для салатів та холодних закусок. Майонез є емульсією масла, яєць, кислоти та спецій, що характеризується густою кремоподібною консистенцією та насиченим смаком. Маринади готують з олії, оцту, води та прянощів для підготовки м'яса, риби, овочів до подальшого приготування або для надання стравам пікантного аромату і смаку. Заправні соуси застосовують для холодних салатів, овочевих та фруктових страв, вони можуть мати різну консистенцію від рідкої до густої залежно від рецептури.

Особливості приготування таких соусів полягають у забезпеченні стабільності емульсії та рівномірному поєднанні інгредієнтів. Майонез готують шляхом поступового введення рослинної олії у збиті яйця або жовтки з додаванням оцту чи лимонного соку, постійно збиваючи суміш до утворення однорідної кремоподібної маси. Для запобігання розшаруванню важливо підтримувати температуру компонентів близькою та вводити масло тонкою цівкою. Маринади готують шляхом змішування оцту або кислого компонента з олією, спеціями, цукром та водою, забезпечуючи збалансований смак і аромат. Заправні соуси для салатів готують аналогічно, іноді з додаванням йогурту, сметани або гірчиці для поліпшення текстури та смаку.

Кулінарне призначення соусів на олії та оцті полягає у підсиленні смаку, наданні соковитості та декоративного вигляду страв. Майонез використовують для холодних закусок, бутербродів та салатів; маринади – для підготовки м'яса, риби та овочів до запікання, смаження чи тушкування; заправні соуси – для овочевих, фруктових та дієтичних страв, забезпечуючи освіжаючий смак і аромат.

Підбір соусів до страв здійснюють відповідно до основного інгредієнта та смакових характеристик страви. Майонез поєднують із холодними закусками, салатами та стравами з відварного м'яса або риби. Маринади використовують для м'яса, птиці, риби та овочів перед приготуванням, щоб надати пікантності і

аромату. Заправні соуси застосовують для свіжих або відварених овочів, фруктів, салатів і дієтичних страв.

Вимоги до якості соусів на олії та оцті включають однорідну консистенцію без розшарування, насичений і збалансований смак, свіжий аромат, правильну густоту та чистий колір. Емульсія повинна бути стабільною, не допускати розшарування компонентів під час подачі та зберігання. Соуси мають підкреслювати смак основного продукту, не перебивати його аромат і забезпечувати привабливий зовнішній вигляд страви.

Дотримання технології приготування та контроль за якістю соусів на олії та оцті забезпечує **стабільність смаку, однорідність консистенції та високі органолептичні властивості**, що є ключовим у закладах ресторанного господарства.

7. Соуси солодкі. Асортимент, приготування та кулінарне призначення соусів солодких: соуси на основі фруктів і ягід, соуси десертні. Вимоги до якості. Підбір соусів до страв

Солодкі соуси займають важливе місце в кулінарії та закладах ресторанного господарства, оскільки вони підкреслюють смакові якості десертів, фруктових і ягідних страв, надають їм привабливий зовнішній вигляд, аромат і підвищують органолептичну цінність продукції. Ця група соусів використовується для поливання гарячих та холодних десертів, морозива, випічки, фруктових салатів, а також у технології приготування деяких кулінарних виробів високого ступеню готовності. Основними компонентами солодких соусів є фрукти, ягоди, цукор, вода, іноді мед, коньяк, лікери або спеції, а для додання густоти – крохмаль, желатин або загусники.

Асортимент солодких соусів включає соуси на основі фруктів і ягід, а також десертні соуси, що можуть мати рідку або густу консистенцію. До класичних фруктових і ягідних соусів належать соуси із яблук, груш, вишень, малини, чорниці та полуниці. Вони можуть готуватися як сиропоподібні, так і з пюреподібною текстурою, залежно від рецептури. Десертні соуси включають шоколадні, карамельні, ванільні, вершкові та соуси на основі згущеного молока. Ці соуси відзначаються інтенсивним ароматом, солодкістю і кремоподібною або рідкою текстурою.

Технологія приготування фруктових та ягідних соусів передбачає підготовку сировини: фрукти та ягоди промивають, очищають від шкірки, кісточок та насіння, подрібнюють і при необхідності проварюють у невеликій кількості води з додаванням цукру. Для отримання однорідної консистенції пюре подрібнюють через сито або збивають у блендері. Для загущення вводять крохмаль або желатин, що забезпечує потрібну консистенцію. При приготуванні

соусів важливо контролювати температуру, щоб зберегти аромат, колір і смакові властивості фруктів і ягід.

Десертні соуси готують із цукру, молока, вершків, шоколаду або карамелі. Класичний шоколадний соус передбачає розтоплення шоколаду з вершками, додавання цукру і ароматизаторів. Карамельний соус готується шляхом карамелізації цукру з водою або вершками, що створює насичений колір і приємний аромат. Вершкові та ванільні соуси готують шляхом введення молока або вершків у суміш з цукром і ароматизаторами, нагріваючи до потрібної густоти.

Кулінарне призначення солодких соусів полягає у підсиленні смаку десертів, створенні декоративного ефекту та наданні стравам соковитості і ароматичної виразності. Фруктові та ягідні соуси застосовують для морозива, запіканок, фруктових салатів, тортів і кремів. Десертні соуси – для поливання кремових десертів, вафель, печива, млинців і шоколадних виробів.

Підбір соусів до страв здійснюють за смаковою гармонією та консистенцією страви. Легкі ягідні соуси поєднують із морозивом, фруктами або бісквітами, густі фруктові пюре – з запіканками та тортами, шоколадні або карамельні – із кремами, вафлями та млинцями.

Вимоги до якості включають однорідну консистенцію без грудочок, насичений аромат, збалансовану солодкість, яскравий колір та чистоту. Соуси повинні зберігати стабільність під час подачі, не розшаровуватися, підкреслювати смак основного продукту та підвищувати органолептичну цінність десертів.

Дотримання технології приготування та контролю якості солодких соусів забезпечує **стабільність смакових, ароматичних та текстурних характеристик десертних страв**, що є важливим у закладах ресторанного господарства.

8.Маринади і желе. Асортимент, приготування та кулінарне призначення соусів. Вимоги до якості. Підбір соусів до страв

Маринади і желе є важливою категорією кулінарних соусів у закладах ресторанного господарства, оскільки вони виконують функції смакової та ароматичної підготовки продуктів, збереження їхньої соковитості, поліпшення зовнішнього вигляду та забезпечення кулінарної стабільності страв. Маринади застосовують для попередньої обробки м'яса, птиці, риби, овочів і грибів, тоді як желе використовують для прикрашання, покриття або збереження форми кулінарних виробів та холодних страв. Обидва види соусів відрізняються

різноманіттям складу та технології приготування, що визначає їх кулінарне призначення.

Асортимент маринадів включає кислосолодкі, пряні, овочеві та фруктові варіанти. Кислосолодкі маринади містять оцет, лимонний сік або фруктові кислоти, цукор, спеції та олію. Пряні маринади збагачені різноманітними спеціями, часником, цибулею та травами. Овочеві маринади готують на основі овочевих соків і оцту, а фруктові – із пюре або соку фруктів, що надає продуктам легку солодкість та аромат. За консистенцією маринади можуть бути рідкими, середньої густоти та густими, залежно від призначення та виду продукту.

Приготування маринадів передбачає підбір інгредієнтів відповідно до рецептури, змішування кислого компонента з олією або водою, додавання цукру, солі, спецій та ароматичних трав. Рідкі маринади зазвичай доводять до кипіння для розчинення цукру та інтенсивного насичення ароматом спецій. Перед закладанням продуктів маринад охолоджують до необхідної температури, щоб не змінити структуру сировини. Маринування триває від 30 хвилин до кількох годин залежно від виду продукту та бажаного смакового ефекту.

Асортимент желе включає фруктові, ягідні, овочеві та бульйонні варіанти. Фруктове та ягідне желе готується з пюре, цукру та загусника (желатину або агар-агару), має прозору або пурпуроподібну структуру, ніжний смак і яскравий колір. Бульйонне желе застосовують для холодних м'ясних, рибних та овочевих страв, де воно виконує функцію покриття, надання форми і додання аромату.

Приготування желе передбачає розчинення желатину у воді або бульйоні, додавання цукру, фруктового або овочевого пюре, варіння або нагрівання до розчинення інгредієнтів та охолодження до формування потрібної консистенції. Важливо контролювати температуру, щоб не втратити здатність желатину до застигання та зберегти колір і смак продукту.

Кулінарне призначення маринадів і желе полягає у підсиленні смаку та аромату страв, доданні соковитості, м'якості, декоративності та збереженні форми. Маринади застосовують для м'яса, птиці, риби та овочів перед смаженням, запіканням або тушкуванням. Желе – для холодних закусок, заливання тортів, заповнення форм для холодних десертів і декоративного оформлення страв.

Підбір маринадів та желе до страв здійснюють залежно від виду продукту, бажаного смакового ефекту та призначення страви. Кислосолодкі та пряні маринади – для м'яса, птиці та риби, овочеві та фруктові – для салатів і закусок, ягідне та фруктове желе – для десертів, бульйонне желе – для холодних закусок та заливних.

Вимоги до якості включають однорідність консистенції, насичений смак і аромат, чистоту, правильну густоту або застигання, яскравий колір та

привабливий зовнішній вигляд. Маринади повинні рівномірно просочувати продукти, а желе – щільно покривати або утримувати форму страви, не змінюючи смакових властивостей інгредієнтів.

Дотримання технології приготування, контроль температури та складу маринадів і желе забезпечує **стабільність смаку, аромату і зовнішнього вигляду страв**, що є важливим у закладах ресторанного господарства.

9. Соуси, що випускаються харчовою промисловістю. Асортимент соусів, що випускаються харчовою промисловістю (соус майонез, томатні, фруктові соуси, гірчиця)

Соуси, що випускаються харчовою промисловістю, є важливим елементом організації харчування в закладах ресторанного господарства та громадського харчування. Вони дозволяють значно скоротити час приготування страв, забезпечити стабільну якість смакових характеристик і підтримувати стандарти безпеки та санітарії. Такі соуси виготовляються за технологічними регламентами, що гарантують однорідність, стабільність консистенції та смаку, а також тривалий термін зберігання завдяки відповідному пакуванню та обробці.

Асортимент промислових соусів досить широкий і включає різні види продуктів залежно від сировинної основи та призначення. До основних груп належать:

1. **Майонези та майонезні соуси** – емульсії на основі рослинної олії, яєць, кислот (оцту, лимонного соку) та спецій. Промислове виробництво забезпечує стабільну кремоподібну консистенцію та збалансований смак. Майонези використовують як заправку для салатів, доповнення до холодних закусок, бутербродів, а також як базу для приготування соусів на замовлення.
2. **Томатні соуси** – концентровані або рідкі продукти на основі томатного пюре чи пасти з додаванням спецій, цукру, солі та ароматичних компонентів. Вони можуть бути класичними, гострими або прямими. Томатні соуси застосовують для гарячих страв, пасти, запіканок, м'ясних і рибних страв, забезпечуючи насичений смак та характерний колір.
3. **Фруктові та ягідні соуси** – виготовляються з різних фруктів і ягід із додаванням цукру, води або натуральних загусників. Вони можуть мати пюреподібну або рідку консистенцію та використовуються для десертів, морозива, випічки, фруктових салатів і заливок, надаючи стравам аромат, колір і солодкість.
4. **Гірчичні соуси та приправи** – готові до використання продукти на основі насіння гірчиці, оцту, цукру, спецій і рослинної олії. Вони застосовуються для м'ясних страв, закусок, бутербродів, при маринуванні та для додання

пікантного смаку. Промислові гірчичні соуси характеризуються стабільною гостротою, консистенцією та ароматом.

Переваги промислових соусів полягають у стандартизованому складі, тривалому терміні зберігання, зручності використання та можливості забезпечити однакову якість страв незалежно від обсягу виробництва. Вони дозволяють швидко організувати харчування в закладах ресторанного господарства, скорочуючи час на приготування та контроль технологічних процесів.

Вимоги до якості промислових соусів включають однорідну консистенцію без грудочок, стабільний смак і аромат, чистий колір, правильну густоту, безпеку для споживання та відповідність санітарно-гігієнічним нормам. Соуси повинні легко поєднуватися з основними стравами та підвищувати органолептичну цінність продукції.

Підбір промислових соусів до страв здійснюють залежно від типу продукту та бажаного смакового ефекту. Майонез і майонезні соуси підходять для холодних закусок, салатів і бутербродів, томатні — до пасти, м'яса, риби та запіканок, фруктові — до десертів, морозива та випічки, а гірчичні — до м'ясних та овочевих страв. Використання промислових соусів дозволяє закладам забезпечувати якість, смак та естетичний вигляд страв на стабільному рівні.

10. Характеристика соусів (паст) для макаронних виробів: соус із петрушки, соус горіхово-вершковий, песто

Соуси для макаронних виробів відіграють ключову роль у формуванні смакових якостей страв, підкреслюють аромат пасти, надають їй соковитості та декоративного вигляду. Вони різняться за основними інгредієнтами, консистенцією та способом приготування, але всі мають на меті гармонійне поєднання з видом макаронних виробів і забезпечення приємного смакового балансу. Особливо популярними в сучасній кулінарії є соуси-пасти, зокрема на основі зелені, горіхів та вершків, а також класичний італійський песто.

Соус із петрушки є легким зеленим соусом, який готується з свіжої петрушки, оливкової олії, часнику, лимонного соку або оцту, іноді з додаванням вершків чи сирів твердих сортів. Його приготування включає подрібнення петрушки та інших інгредієнтів у пюреобразну масу, поступове введення олії та доведення суміші до однорідної консистенції. Цей соус відзначається свіжим ароматом, яскравим зеленим кольором і легким смаком, що добре поєднується з пастою будь-якого виду – від спагеті до феттучіні. Він надає страві легкості та аромату трав, підкреслюючи натуральний смак макаронів.

Горіхово-вершковий соус готується на основі подрібнених горіхів (волоських, фундука або кеш'ю) і вершків, інколи із додаванням сиру, часнику та спецій. Горіхи попередньо обсмажують для посилення аромату, після чого подрібнюють і змішують із вершками до кремоподібної консистенції. Додатково додають спеції для смакового балансу та збільшення насиченості. Горіхово-вершковий соус має щільну текстуру, насичений смак і аромат, добре утримується на макаронних виробках, покриваючи їх рівномірно та надаючи страві соковитості та калорійності.

Песто – класичний італійський соус на основі базиліку, часнику, кедрових горіхів, оливкової олії та твердого сиру, такого як пармезан або грана падано. При приготуванні песто інгредієнти подрібнюють у ступці або блендері до однорідної маси, вводячи олію поступово, щоб отримати емульсію з кремоподібною текстурою. Соус відзначається яскравим ароматом базиліку, насиченим смаком сиру та горіхів і характерною зеленою або злегка жовтуватою забарвленістю. Песто традиційно подають із спагеті, лінгвіні, феттучіні, а також використовують для заправки запечених овочів чи м'ясних страв.

Кулінарне призначення соусів-паст полягає у підсиленні смаку та аромату макаронних виробів, доданні їм соковитості та привабливого зовнішнього вигляду. Соуси обирають залежно від виду пасти: легкі соуси з зелені – для тонких макаронів, щільні горіхово-вершкові – для широких стрічок феттучіні, песто – для коротких видів або як заправка для гарячих і холодних страв.

Вимоги до якості таких соусів включають однорідну консистенцію, насичений аромат і смак, чистий колір без темних частинок, здатність рівномірно покривати макаронні вироби та зберігати текстуру під час подачі. Соуси повинні поєднуватися зі смаком основного продукту, підкреслювати натуральний смак макаронів і забезпечувати страві привабливий зовнішній вигляд.

Дотримання технології приготування і контроль якості соусів-паст забезпечує **стабільність смаку, текстури та ароматичних властивостей страв із макаронів**, що є ключовим у роботі закладів ресторанного господарства.

Тема 7. Технологія напівфабрикатів, страв та кулінарних виробів з круп, бобових, макаронних виробів та продуктів їх переробки

План:

1. Характеристика функціонально-технологічних властивостей сировини як об'єкта переробки у закладах ресторанного господарства. Вплив морфологічної будови та хімічного складу структурних елементів клітин та тканин різних видів круп та бобових на процес дії їх функціонально-технологічних властивостей.
2. Класифікація кулінарної продукції із круп та бобових за сукупними ознаками. Загальна схема технологічного процесу виробництва кулінарної продукції з круп та бобових. Мета та завдання етапів технологічного процесу.
3. Діагностика технологічних процесів виробництва кулінарної продукції з круп та бобових та апаратурне оформлення процесів, управління технологічними процесами та якістю готової продукції. Характеристика харчової, біологічної, енергетичної цінності кулінарної продукції з круп та бобових за групами.
4. Обґрунтування умов, термінів зберігання та реалізації готової продукції; вимоги до якості готової продукції, види браку, способи його усунення на різних етапах технологічного процесу.

1. Характеристика функціонально-технологічних властивостей сировини як об'єкта переробки у закладах ресторанного господарства. Вплив морфологічної будови та хімічного складу структурних елементів клітин та тканин різних видів круп та бобових на процес дії їх функціонально-технологічних властивостей.

Функціонально-технологічні властивості сировини є ключовим елементом у системі організації виробництва кулінарної продукції у закладах ресторанного господарства, оскільки вони визначають можливості сировини при переробці, впливають на якість кінцевих продуктів та ефективність технологічних процесів. Сировина як об'єкт переробки має комплекс характеристик, що обумовлені її морфологічною будовою, хімічним складом клітин та тканин, а також фізико-хімічними властивостями компонентів.

Функціонально-технологічні властивості сировини визначаються її здатністю змінювати структуру, консистенцію, смакові та ароматичні властивості під час теплової та холодної обробки. До основних функціонально-технологічних характеристик відносять: здатність до набухання, набухання та набір води, утворення гелю, емульгування, здатність до набухання крохмалю, коагуляцію білків, збереження кольору, смаку та аромату, а також стійкість до окислення. В умовах ресторанного господарства знання цих властивостей дозволяє оптимізувати процес приготування страв, регулювати консистенцію та структуру, підбирати правильну обробку сировини для досягнення бажаних органолептичних та технологічних характеристик страв.

Морфологічна будова клітин і тканин круп та бобових є одним із головних чинників, що впливають на функціонально-технологічні властивості.

Крупи і бобові характеризуються високим вмістом крохмалю, білків, клітковини та мінеральних речовин, що розташовані у вигляді структурованих елементів – клітинних оболонок, ендосперму, зародка. У крупах клітинні оболонки переважно складаються з клітковини, пектинових речовин та геміцелюлози, які визначають здатність зерен до набухання та водопоглинання. Ендосперм містить крохмальні гранули, білки та незначну кількість ліпідів, що впливають на консистенцію після варіння, здатність до гелеутворення та набухання. У бобових клітинні оболонки більш щільні та ліпідні компоненти концентруються у зародку, що забезпечує стійкість зерна до механічних та термічних впливів, але водночас ускладнює набухання та варіння.

Хімічний склад структурних елементів визначає здатність круп і бобових до функціональної переробки. Основними компонентами є крохмаль, білки, клітковина, жири, мінеральні речовини та вітаміни. Крохмаль у вигляді гранул забезпечує набухання, гелеутворення, впливає на текстуру страв і їх в'язкість. Властивості крохмалю залежать від його амілозо-амілопектинової структури: високий вміст амілози підвищує здатність до гелювання та стійкість до механічного руйнування, тоді як амілопектин забезпечує швидке набухання та формування в'язких сумішей.

Білки круп і бобових представлені альбумінами, глобулінами та глютенем (у пшениці). Вони визначають здатність продукту до коагуляції під час теплової обробки, утворюючи структуру страви, стабілізують емульсії, впливають на смак і аромат. У бобових білки більш щільні та мають високу термостійкість, що вимагає попереднього замочування та тривалого варіння для розм'якшення.

Клітковина та пектинові речовини, що містяться у оболонках і міжклітинних просторах, впливають на водопоглинання, структурність і консистенцію страв. Високий вміст клітковини у бобових сприяє збереженню форми зерен після варіння, але знижує швидкість водопоглинання. Пектини забезпечують утворення гелю у сумісях з крохмалем, що використовується у виробництві пюре, кремів та напівфабрикатів.

Вплив морфологічної та хімічної структури на технологічні процеси проявляється у виборі методів обробки круп і бобових. Зерна з щільними оболонками потребують замочування перед варінням для зменшення часу теплової обробки та забезпечення рівномірного набухання. Крохмальні гранули в ендоспермі при нагріванні набухають, що сприяє отриманню пюреподібних мас або каш з певною в'язкістю. Білкові компоненти коагулюють при високій температурі, формуючи структуру страви, а клітковина обумовлює збереження форми продукту та текстурну стабільність.

Особливу роль у функціонально-технологічних властивостях відіграє **співвідношення компонентів у зерні**. Наприклад, у рисі високий вміст амілопектину забезпечує швидке набухання і кремоподібну консистенцію після

варіння, тоді як пшенична крупа з високим вмістом білка і амілози утворює більш щільну структуру. У бобових, таких як квасоля чи горох, наявність щільних клітинних оболонок і високого вмісту білка визначає триваліший час приготування та потребу в попередньому замочуванні.

Фізико-хімічні процеси, що відбуваються при переробці, включають набухання крохмалю, коагуляцію білків, екстракцію пектинових речовин, гідrataцію клітковини та часткову денатурацію білків. Взаємодія цих процесів формує кінцеву текстуру страв, їх в'язкість, смакові та ароматичні властивості. Наприклад, при приготуванні пюре з бобових спостерігається набухання крохмалю та коагуляція білків, що формує щільну масу, яка зберігає форму після охолодження.

Технологічне значення функціонально-технологічних властивостей проявляється у можливості прогнозувати поведінку сировини під час обробки, регулювати час та температуру приготування, вибирати необхідні операції (замочування, термічна обробка, подрібнення) та визначати співвідношення інгредієнтів у рецептурі страв. Розуміння морфологічної будови та хімічного складу структурних елементів дозволяє оптимізувати технологічні процеси, підвищити продуктивність, зберегти харчову цінність та покращити органолептичні показники готової продукції.

Таким чином, характеристика функціонально-технологічних властивостей сировини, заснована на морфологічних і хімічних особливостях круп і бобових, є фундаментом для раціональної організації виробничого процесу у закладах ресторанного господарства. Знання цих властивостей дозволяє адаптувати технології обробки, забезпечити оптимальну текстуру, смак, аромат та поживну цінність страв, а також ефективно використовувати сировину з мінімальними втратами.

2. Класифікація кулінарної продукції із круп та бобових за сукупними ознаками. Загальна схема технологічного процесу виробництва кулінарної продукції з круп та бобових. Мета та завдання етапів технологічного процесу.

Кулінарна продукція з круп та бобових займає важливе місце у системі харчування населення та закладів ресторанного господарства завдяки високій харчовій цінності, багатому вмісту білків, вуглеводів, мінеральних речовин та клітковини. Для ефективної організації виробництва продукції необхідна класифікація страв за сукупними ознаками, а також чітке розуміння загальної схеми технологічного процесу та мети кожного його етапу.

Класифікація кулінарної продукції з круп та бобових здійснюється за різними ознаками:

1. **За видом основної сировини** – круп'яні страви (рис, гречка, пшоно, перловка, манка) та бобові страви (квасоля, горох, сочевиця, нут). Кожен вид сировини має свої морфологічні та хімічні особливості, що визначають час і методи термічної обробки, а також кінцеву текстуру страви.
2. **За ступенем обробки** – страви з цільних зерен або бобових, розм'якшених попереднім замочуванням; страви з дроблених круп, що прискорює варіння та забезпечує кремоподібну консистенцію; пюре та напівфабрикати, які використовуються для комплексного приготування страв.
3. **За консистенцією та структурою** – рідкі (каші на воді, молочні супи з круп), напіврідкі (пюре, каші середньої густоти) та щільні страви (плов, запіканки з круп і бобових, котлети з бобових пюре). Консистенція визначає не лише смакові властивості, а й спосіб подавання та оформлення страви.
4. **За призначенням** – основні страви, гарніри, компоненти комбінованих страв, закуски. Класифікація за призначенням допомагає правильно поєднувати страви в меню та забезпечувати збалансованість харчування.
5. **За способом приготування** – варені, тушковані, запечені, пюровані або змішані способи обробки. Цей критерій впливає на технологічну схему та вибір режимів теплової обробки.

Загальна схема технологічного процесу виробництва кулінарної продукції з круп та бобових включає низку етапів, що забезпечують повне перетворення сировини на готову страву. Основні етапи процесу можна поділити на підготовчі, основні та завершальні.

1. **Підготовчий етап** включає сортування, промивання, замочування та іноді попереднє відварювання. Сортування та промивання забезпечують видалення домішок та сторонніх предметів, контроль якості сировини. Замочування бобових та деяких круп сприяє набухання, скорочує час теплової обробки, покращує засвоюваність білка та знижує кількість антинутрієнтів, таких як фітати. Попереднє відварювання деяких круп дозволяє досягти рівномірного приготування та однорідної текстури.
2. **Основний етап** охоплює теплову обробку сировини. Це може бути варіння, тушкування, запікання або комбінації цих способів. Під час цього етапу відбувається набухання крохмалю, коагуляція білків, утворення гелю та зміна органолептичних властивостей. Для круп'яних страв важливо підтримувати співвідношення води та круп, контроль температури та часу варіння для досягнення оптимальної консистенції. Для бобових основною метою є досягнення м'якої текстури та повного приготування зерен, що зберігає харчову цінність і смакові властивості.

3. **Етап приправлення та ароматизації** передбачає додавання солі, спецій, олії, вершкового масла та інших інгредієнтів після завершення теплової обробки або наприкінці варіння. Мета цього етапу – підкреслити природний смак продуктів, надати страві аромат і збалансувати смаковий профіль.
4. **Формування та подача** страв включає оформлення готової продукції: викладення каш, плову, пюре або запіканок у порційний або гарнірний вид, прикрашення зеленню, соусами чи іншими додатковими компонентами. Цей етап забезпечує естетичну привабливість страви та її відповідність стандартам ресторанного подання.

Мета та завдання етапів технологічного процесу:

- Підготовчий етап забезпечує якість сировини, її придатність до обробки та скорочення часу приготування.
- Основний етап гарантує оптимальну теплову обробку, досягнення необхідної консистенції, смакових і ароматичних характеристик, збереження харчової цінності.
- Приправлення та ароматизація спрямовані на формування завершеного смакового профілю та забезпечення органолептичної привабливості.
- Формування та подача забезпечують відповідність страви технологічним і естетичним стандартам закладів ресторанного господарства.

У сучасному ресторанному виробництві також застосовують комбіновані та промислові способи обробки, наприклад, використання напівфабрикатів із високим ступенем готовності круп і бобових, що скорочує час приготування та забезпечує стабільність якості страв.

3. Діагностика технологічних процесів виробництва кулінарної продукції з круп та бобових та апаратурне оформлення процесів, управління технологічними процесами та якістю готової продукції. Характеристика харчової, біологічної, енергетичної цінності кулінарної продукції з круп та бобових за групами.

Діагностика технологічних процесів передбачає моніторинг ключових параметрів на всіх етапах: підготовки сировини, замочування, промивання, теплової обробки, змішування, приправлення та формування готових страв. Для круп та бобових особливу увагу приділяють показникам водопоглинання, часу набухання, ступеню готовності зерен та однорідності консистенції після варіння. Ці параметри визначаються методом органолептичного контролю (зовнішній вигляд, аромат, консистенція, смак) та фізико-хімічного аналізу (вологість, вміст крохмалю, білка, клітковини). Таке комплексне спостереження дозволяє визначити ефективність технологічних операцій і забезпечити стабільну якість продукції.

Апаратурне оформлення технологічних процесів включає використання сучасного обладнання, яке забезпечує контроль та управління процесами з мінімальною ручною участю. До основних видів обладнання належать: промислові варочні котли з автоматичним регулюванням температури і часу, парові та електричні плити, конвекційні печі, пароконвекційні установки, автоматизовані системи подачі води та сировини, термометри, вагові контролери та дозатори спецій. Автоматизація дозволяє точно підтримувати параметри варіння та тушкування круп і бобових, регулювати густину страв, уникати переварювання або недоварювання, а також контролювати витрати сировини та енергії.

Управління технологічними процесами та якістю готової продукції реалізується через систему стандартів, нормативів та регламентів. Основними складовими є:

1. Контроль якості вхідної сировини (зерна круп, бобових) за органолептичними і фізико-хімічними показниками.
2. Встановлення оптимальних параметрів технологічного процесу: температура, тривалість замочування, об'єм води, режим теплової обробки.
3. Використання автоматизованих засобів управління процесами (регулятори температури, таймери, системи подачі пари або води).
4. Періодичний контроль готової продукції: консистенція, смак, аромат, колір, температура подачі.
5. Впровадження систем НАССР для запобігання порушень санітарно-гігієнічних норм, включаючи контроль мікробіологічної безпеки бобових, що можуть містити спороутворюючі бактерії.

Харчова цінність кулінарної продукції з круп та бобових визначається їх складом, що включає білки, вуглеводи, жири, клітковину, вітаміни та мінерали. Крупи характеризуються високим вмістом крохмалю, що є джерелом енергії, та певною кількістю білка і мінеральних речовин. Пшеничні та гречані крупи багаті на вітаміни групи В і магній, рис і кукурудзяні крупи містять легко засвоювані вуглеводи та клітковину. Бобові культури відзначаються високим вмістом білка, амінокислот, клітковини, заліза та цинку, що забезпечує їх особливу харчову цінність, особливо у вегетаріанських і комбінованих стравах.

Біологічна цінність білків круп і бобових визначається амінокислотним складом. Білки бобових, багаті на лізин, доповнюють білки круп, які містять більшість незамінних амінокислот крім лізину. Комбінування різних видів круп та бобових у стравах підвищує біологічну цінність білка, сприяє повному засвоєнню амінокислот та підтримує збалансованість харчування. Крім того, наявність клітковини стимулює перистальтику кишечника, сприяє детоксикації організму та регуляції глікемічного індексу страв.

Енергетична цінність страв з круп і бобових залежить від вмісту крохмалю, білка і жиру, способу приготування та додаткових компонентів (масло, олія, соуси). Варені каші та пюре мають нижчу калорійність, тоді як страви, запечені з додаванням жиру або у складі гарнірів і запіканок, характеризуються вищою енергетичною цінністю. Енергетична щільність визначає роль страви у раціоні та планування меню в закладах ресторанного господарства.

Групування за харчовою та біологічною цінністю дозволяє виділити:

- **Круп'яні страви високої енергетичної цінності**, наприклад плов з рису або пшоняної каші з додаванням олії;
- **Білково-клітковинні страви з бобових**, які забезпечують повноцінне постачання білка та мінералів;
- **Комбіновані страви з круп та бобових**, що поєднують енергетичну цінність крохмалю з білковим потенціалом бобових та харчовою цінністю овочевих добавок.

Системний контроль технологічних процесів дозволяє оптимізувати перетворення харчової сировини у готову продукцію, забезпечити стабільність смаку, консистенції, кольору та поживної цінності. Завдяки апаратурному оформленню та управлінню процесами заклади ресторанного господарства можуть стандартизувати виробництво страв, скоротити час приготування та підвищити ефективність використання сировини.

Функціональне поєднання **діагностики, автоматизації, управління процесами та контролю харчової цінності** дозволяє не лише забезпечити стабільну якість страв, а й впроваджувати нові рецептури та технології, адаптовані до потреб різних груп споживачів, включаючи дітей, людей із спеціальними дієтами та осіб із підвищеними енергетичними потребами.

4. Обґрунтування умов, термінів зберігання та реалізації готової продукції; вимоги до якості готової продукції, види браку, способи його усунення на різних етапах технологічного процесу

Обґрунтування умов, термінів зберігання та реалізації готової продукції у закладах ресторанного господарства є критично важливим для забезпечення безпеки харчування, збереження харчової цінності страв та підтримки стабільної органолептичної якості продукції. Умови зберігання залежать від хімічного складу, вологості, температурного режиму, упаковки та фізико-хімічних властивостей готових страв. Крупи, бобові, овочеві та м'ясні продукти, а також готові кулінарні вироби потребують диференційованого підходу до умов зберігання, враховуючи їх схильність до псування, втрати вологи, окислення жирів і ферментативних змін.

Температурні режими визначають тривалість та спосіб зберігання страв. Гарячі страви зазвичай зберігають при температурі $+60$ - $+75^{\circ}\text{C}$ протягом короткого проміжку часу до подавання. Охолоджені страви, наприклад каші або бобові пюре, рекомендується зберігати при температурі $+2$ - $+6^{\circ}\text{C}$, що запобігає розмноженню мікроорганізмів і підтримує текстуру продукту. Заморожені напівфабрикати та страви з високим вмістом води, такі як овочеві суміші, бобові пюре або комбіновані страви, зберігають при температурі -18°C і нижче, що забезпечує тривале зберігання з мінімальними змінами консистенції та смаку.

Вологість середовища та упаковка відіграють важливу роль у збереженні якості. Страви з високим вмістом води потребують герметичної упаковки, щоб уникнути висихання та втрати органолептичних властивостей. Напівфабрикати та готові страви в контейнерах із термостійких матеріалів дозволяють зберігати текстуру, запобігати окисленню та зберігати смакові якості. Використання вакуумної упаковки або упаковки в середовищі інертних газів дозволяє продовжити термін реалізації охолоджених продуктів на 20–30% у порівнянні зі стандартним зберіганням.

Термін реалізації готової продукції визначається видом страви, умовами зберігання та санітарними нормами. Гарячі страви в межах закладу рекомендується реалізовувати протягом 2-4 годин після приготування. Охолоджені страви, наприклад, пюре з круп та бобових, салати, супи, мають термін зберігання 24-48 годин у холодильнику. Заморожені напівфабрикати можуть зберігатися від кількох тижнів до кількох місяців, залежно від складу та технології приготування. Чітке визначення термінів реалізації дозволяє запобігти втратам харчової цінності та забезпечити безпечне споживання продуктів.

Вимоги до якості готової продукції охоплюють органолептичні, фізико-хімічні та мікробіологічні показники. Органолептичні показники включають колір, запах, смак, консистенцію та зовнішній вигляд страви. Фізико-хімічні показники включають вологість, щільність, рН, вміст білків, жирів і вуглеводів, що визначають енергетичну цінність та стабільність текстури. Мікробіологічні показники контролюють безпеку продукту та відсутність патогенних мікроорганізмів. Для продукції з круп і бобових критично важливо забезпечити відсутність шкідливих бактерій, таких як сальмонела або клостридії, що можуть розвиватися при порушенні температурного режиму чи термінів зберігання.

Види браку на різних етапах технологічного процесу включають фізичні, хімічні, мікробіологічні та органолептичні порушення. Фізичний брак може проявлятися у вигляді недоварених або переварених зерен, надмірної клейкості, розварювання, неоднорідної консистенції, механічних пошкоджень продукту. Хімічний брак включає окислення жирів, зміни кольору та смаку через ферментативні або окислювальні процеси. Мікробіологічний брак виникає при порушенні санітарних норм, температурних режимів і умов зберігання, що

спричиняє розвиток патогенних та псуєчих мікроорганізмів. Органолептичний брак проявляється у неприйнятному смаку, запаху, кольорі або текстурі страви.

Способи усунення браку залежать від етапу виробництва, на якому він виник. На підготовчому етапі важливо проводити сортування та промивання сировини, замочування, що дозволяє усунути механічні пошкодження, домішки та забруднення. На етапі теплової обробки контроль температури, часу та співвідношення води та сировини запобігає переварюванню або недоварюванню. При виявленні браку на етапі приправлення та змішування можлива корекція консистенції за рахунок додавання рідини, спецій або масла. Для заморожених або охолоджених продуктів контроль температури і герметичність упаковки дозволяють запобігти висиханню, втраті аромату та розвитку мікробіологічного браку.

Сучасні заклади ресторанного господарства активно використовують системи управління якістю та автоматизації технологічних процесів, які дозволяють знижувати ризики браку. Автоматичні термоконтролери, вагові системи для точного дозування сировини, датчики вологості та температури в холодильних та морозильних камерах забезпечують стабільність процесів і відповідність готової продукції встановленим стандартам.

Особливу увагу приділяють **раціональному плануванню обсягів виробництва та реалізації продукції**. Недостатнє планування може призвести до псування залишків страв, надлишкових відходів та зниження рентабельності закладу. Тому розрахунок кількості готової продукції, що подається протягом змін, враховує попит, сезонність, вид страв і їх термін придатності.

Тема 8. Технологія холодних страв та закусок

План:

1. Класифікація закусок та холодних страв.
2. Асортимент, кулінарна характеристика бутербродів, салатів та вінегретів.
3. Поділ закусок на групи.
4. Поділ бутербродів на основні групи та технологія їх приготування.
5. Норми виходу салатів, строк реалізації салатів з свіжих і варених овочів, підбір посуду для подавання.
6. Технологія приготування і подавання салатів, вінегретів, салатів-коктейлів.
7. Закуси та холодні страви. Асортимент, кулінарна характеристика холодних страв із овочів, риби, м'яса, субпродуктів, птиці і яєць.
8. Підбір гарнірів і соусів, заправок, підбір посуду для подавання. Вимоги до якості, умови та строк зберігання.
9. Закуси та холодні страви драглеподібні, бенкетні. Технологія приготування та реалізація риби заливної, м'яса, язика або порося заливних, холодців, паштетів.
10. Особливості оформлення і відпуску бенкетних холодних страв. Вимоги до якості.
11. Закуси гарячі. Характеристика гарячих закусок, їх вихід, підбір посуду для подавання.
12. Асортимент, кулінарна характеристика гарячих закусок з риби і нерибних морепродуктів, з м'яса, птиці, грибів. Вимоги до якості, умови та строк реалізації страв.

1. Класифікація закусок та холодних страв

Класифікація закусок та холодних страв у закладах ресторанного господарства ґрунтується на різних критеріях: за складом інгредієнтів, способом приготування, технологічною обробкою, призначенням у меню та температурою подавання. Такий підхід дозволяє систематизувати асортимент, оптимізувати технологічні процеси та забезпечити високі органолептичні та харчові властивості готової продукції.

За складом інгредієнтів закуски та холодні страви поділяються на м'ясні, рибні, овочеві, грибні, молочні, фруктові та комбіновані. М'ясні закуски включають холодець, рулети з м'яса, паштети, заливні страви, де головним компонентом є відварене або запечене м'ясо, оброблене спеціями та желуючими речовинами. Рибні закуски включають солону, копчену або мариновану рибу, рулети та паштети з рибного філе, а також закуски з морепродуктів. Овочеві та грибні страви представлені салатами, маринованими та квашеними овочами, закусками з відварених або запечених грибів, які можуть бути як самостійними стравами, так і гарнірами. Молочні закуски охоплюють сирні нарізки, сирні салати, десерти на основі кисломолочних продуктів, які часто використовуються

як холодні закуски в комбінації з іншими продуктами. Фруктові закуски включають нарізки фруктів, фруктові салати та десерти, що слугують як завершальні страви у комплексних обідах.

За способом приготування закуски та холодні страви поділяються на страви без теплової обробки та з попередньою обробкою. До першої групи належать салати, закуски зі свіжих овочів, фруктів, сирів, а також рулети з холодного м'яса або риби. До другої групи входять продукти, що піддавалися варінню, тушкуванню, запіканню або маринуванню перед охолодженням, наприклад холодець, заливне, паштети, бланшовані овочі для салатів. Такий поділ допомагає визначити технологічні вимоги до зберігання, часу приготування та органолептичної оцінки.

За способом обробки інгредієнтів виділяють нарізку, подрібнення, фарширування, змішування та формування. Нарізка забезпечує естетичну привабливість страв, а подрібнення полегшує формування салатів та паст. Фарширування використовується у холодних закусках з м'яса, риби та овочів, дозволяючи створювати складні смакові поєднання. Змішування інгредієнтів забезпечує рівномірний розподіл смаку та аромату, а формування дозволяє отримувати порційні закуски та страви, що відповідають стандартам подачі.

За призначенням у меню закуски та холодні страви поділяються на самостійні страви, гарніри та складові комплексних обідів. Самостійні страви подаються як перші або другі закуски, мають повноцінний смаковий і харчовий профіль. Гарніри слугують доповненням до основних страв і часто включають салати або овочеві суміші. Складові комплексних обідів включають салати, холодні закуски та десерти, що поєднують різні групи продуктів для забезпечення збалансованого харчування.

За температурою подавання виділяють холодні закуски, які подаються при температурі +2-+6°C, і страви кімнатної температури, що забезпечує максимальну органолептичну привабливість та безпеку харчування. Деякі закуски, наприклад заливне або паштети, можуть зберігатися у холоді до подавання, тоді як салати зі свіжих овочів та фруктів потребують короткочасного зберігання та швидкого використання для збереження смаку та текстури.

Класифікація за формою подачі також важлива для організації ресторанного виробництва. Порційні закуски – це індивідуальні страви, готові до сервірування на тарілці або в контейнері. Блюда на загальну подачу – салати, закуски на холодному буфеті або фуршетних столах, які нарізаються та сервіруються у великих ємностях, а гості або обслуговуючий персонал формують індивідуальні порції.

Особливу увагу приділяють **функціонально-технологічним властивостям інгредієнтів**, які визначають структуру, консистенцію та

стабільність страв під час зберігання та подавання. Наприклад, овочі та фрукти з високим вмістом води потребують швидкої подачі, щоб уникнути виділення соку та втрати форми, тоді як холодні закуски з желатином або пастоподібними наповнювачами мають стабільну форму і довше зберігають органолептичні якості.

Класифікація закусок і холодних страв дозволяє не лише систематизувати асортимент і спростити технологічні процеси, а й регламентувати вимоги до зберігання, термінів реалізації та органолептичних властивостей. Завдяки цьому заклади ресторанного господарства можуть планувати меню, ефективно використовувати сировину, зберігати харчову цінність і безпеку страв, а також забезпечувати естетичну привабливість подачі.

2. Асортимент, кулінарна характеристика бутербродів, салатів та вінегретів

Асортимент бутербродів, салатів та вінегретів у закладах ресторанного господарства є досить різноманітним, що зумовлено використанням різних видів сировини, способів приготування та кулінарних традицій. Ці страви відносяться до категорії холодних закусок і виконують функцію початкових страв у комплексних обідах, а також самостійних легких перекусів, забезпечуючи організм вуглеводами, білками, жирами, вітамінами та мінеральними речовинами.

Бутерброди класифікуються за видом основи, наповненням та способом подачі. За основою вони поділяються на хлібні, зернові, житні та багетні. Наповнення може включати м'ясні продукти (шинка, варене або копчене м'ясо, паштети), рибні (копчена або солена риба, ікра, морепродукти), сирні, овочеві та комбіновані варіанти. За способом приготування виділяють відкриті бутерброди, де всі інгредієнти викладені на хлібній основі, та закриті, коли начинка між двома шарами хліба утворює «сендвіч». Кулінарна характеристика бутербродів передбачає гармонійне поєднання текстур та смаків: хрусткий хліб, соковита начинка, приправи та соуси, які підкреслюють смакові властивості основних компонентів. Для приготування бутербродів використовують свіжий хліб, якісні молочні, м'ясні та овочеві продукти, дотримуючись санітарних норм та температурних режимів для збереження органолептичних властивостей.

Салати являють собою страви з подрібненої сировини різного походження, змішаної з соусами або заправками. Асортимент салатів включає овочеві, фруктові, м'ясні, рибні, сирні та комбіновані салати. Овочеві салати можуть містити свіжі, варені або бланшовані овочі, іноді з додаванням зелені та спецій. М'ясні та рибні салати включають варене, запечене або копчене м'ясо, рибу, яйця, сир та майонезні або олійні заправки. Фруктові салати зазвичай

подаються як десертні страви, їх основою є нарізані свіжі фрукти з додаванням цукрових сиропів, меду або йогуртових соусів. Кулінарна характеристика салатів визначається балансом смаку, текстури, кольору та аромату. Використання різних видів обробки сировини – варіння, бланшування, маринування – дозволяє зберегти харчову цінність та покращити органолептичні властивості.

Вінегрети відносяться до салатів з відварених та маринованих овочів, іноді з додаванням консервованих продуктів та рослинної олії. Класичний вінегрет включає буряк, картоплю, моркву, квашену капусту, огірки або мариновані овочі, іноді зелені горошок та цибулю. Кулінарна характеристика вінегретів полягає в насиченому смаку, поєднанні солоного та кислуватого відтінку овочів, м'якій текстурі компонентів та привабливому кольоровому контрасті. Вінегрети зберігають високу харчову цінність завдяки мінімальній тепловій обробці овочів, забезпечують організм вітамінами, мінералами та клітковиною, що сприяє травленню та загальному обміну речовин.

Для всіх видів холодних закусок важливе значення має правильне **поєднання інгредієнтів**, їх якість та свіжість, а також оптимальна подача. Бутерброди часто сервіруються на порційних тарілках або в лавашній обгортці для фуршетів, салати – у салатниках або порційних креманках, вінегрети – у невеликих скляних або керамічних ємностях. Важливими параметрами є також температура подавання: бутерброди – кімнатної температури, салати та вінегрети – охолодженими, що зберігає смак та текстуру продуктів.

3. Поділ закусок на групи

Закуси у закладах ресторанного господарства поділяються на групи за кількома основними ознаками: складом інгредієнтів, способом приготування, функціональним призначенням та температурою подавання. Така класифікація дозволяє систематизувати асортимент, оптимізувати технологічні процеси та забезпечити високі органолептичні та харчові властивості продукції.

За складом інгредієнтів виділяють м'ясні, рибні, овочеві, грибні, молочні, фруктові та комбіновані закуски. М'ясні закуски включають рулети, холодець, паштети та заливні страви з м'яса, де основою є відварене або запечене м'ясо з додаванням спецій. Рибні закуски включають солону, копчену або мариновану рибу, морепродукти, рибні паштети та рулети. Овочеві та грибні закуски представлені салатами, маринованими та квашеними овочами, закусками з грибів, які можуть бути як самостійними стравами, так і гарнірами. Молочні закуски охоплюють сирні нарізки, сирні салати та десерти на основі кисломолочних продуктів. Фруктові закуски включають нарізки фруктів,

фруктові салати та десерти. Комбіновані закуски поєднують інгредієнти різного походження, створюючи баланс білків, вуглеводів та жирів.

За способом приготування закуски поділяють на страви без теплової обробки та з попередньою обробкою. До першої групи належать салати зі свіжих овочів і фруктів, сирні та деякі рибні закуски. Друга група включає продукти, що піддавалися варінню, тушкуванню, запіканню або маринуванню перед охолодженням, наприклад холодець, заливне, паштети, бланшовані овочі.

За функціональним призначенням виділяють самостійні закуски, гарніри та складові комплексних обідів. Самостійні закуски подаються як перші або другі страви, мають повноцінний смаковий профіль. Гарніри слугують доповненням до основних страв і включають салати або овочеві суміші. Складові комплексних обідів включають різні види закусок, що забезпечують збалансоване харчування.

За температурою подавання закуски поділяються на холодні, які подаються при температурі +2-+6°C, та страви кімнатної температури. Контроль температури важливий для збереження органолептичних властивостей, запобігання псуванню та підтримання безпеки харчування.

4. Поділ бутербродів на основні групи та технологія їх приготування

Бутерброди у закладах ресторанного господарства поділяються на основні групи за формою, складом інгредієнтів та способом приготування. Така класифікація дозволяє систематизувати асортимент, регламентувати технологічні процеси та забезпечити високі органолептичні властивості готової продукції.

За формою подачі виділяють відкриті та закриті бутерброди. Відкриті бутерброди формуються на одній хлібній основі, на яку викладається начинка. Вони часто використовуються як легкі закуски або порційні страви для фуршетів і святкових заходів. Закриті бутерброди або сендвічі мають два шари хліба з начинкою всередині, що забезпечує компактність, зручність споживання та можливість збереження продукту протягом тривалого часу.

За складом інгредієнтів виділяють м'ясні, рибні, сирні, овочеві та комбіновані бутерброди. М'ясні включають шинки, варене або запечене м'ясо, паштети; рибні – копчену, солону або мариновану рибу, морепродукти; сирні – сири твердих, м'яких сортів, сирні пасти; овочеві – свіжі, відварені або мариновані овочі, зелень, а комбіновані – поєднання різних продуктів для створення багатого смакового профілю.

Технологія приготування бутербродів починається з підготовки основи: хліб нарізають рівними скибками або формують багети, тости або булочки, при

необхідності підсушують або обсмажують для створення хрусткої текстури. Наступний етап – підготовка начинки: відварене, запечене або копчене м'ясо, риба, сир нарізають, подрібнюють або збивають у пастоподібну масу. Овочі та зелень миють, очищають, нарізають відповідно до рецептури.

Після підготовки всіх компонентів починається складання бутербродів. На основу хліба викладають начинку у певній послідовності: спочатку білковий або основний компонент (м'ясо, риба, сир), потім овочі, зелень, соуси або спеції для покращення смаку. Для відкритих бутербродів оформлення передбачає естетичне розташування продуктів, для закритих – рівномірне розподілення начинки між шарами хліба.

Приготовані бутерброди подають свіжими або після охолодження, залежно від складу та рецептури. М'ясні та рибні бутерброди зберігають у холодильнику при температурі +2-+6°C, тоді як овочеві та фруктові – не більше 2-3 годин для збереження свіжості та текстури. Важливим етапом також є оформлення порцій та сервірування на тарілках, підносять у відповідності до вимог ресторанного етикету.

5. Норми виходу салатів, строк реалізації салатів з свіжих і варених овочів, підбір посуду для подавання

Норми виходу салатів визначають кількість готової продукції, що подається на одну порцію, та залежать від виду салату, його складових та призначення у меню закладу ресторанного господарства. Вихід салату розраховується на основі ваги підготовленої сировини після обробки – миття, очищення, нарізання, відварювання або бланшування. Для салатів із свіжих овочів норму виходу встановлюють у межах 150-200 г на порцію, а для салатів з варених овочів – 180-220 г, враховуючи втрату маси під час термічної обробки. Комбіновані салати з додаванням м'яса, риби або яєць мають більшу норму виходу – 200-250 г на порцію.

Строк реалізації салатів визначається видом сировини, способом обробки та умовами зберігання. Салати зі свіжих овочів повинні бути реалізовані протягом 2-3 годин після приготування, оскільки тривале зберігання призводить до виділення соку, втрати хрумкості та зміни органолептичних властивостей. Салати з варених овочів, які підготовлені та охолоджені, можуть зберігатися до 12 годин при температурі +2-+6°C. Комбіновані салати з білковими компонентами, майонезними або сметанними заправками мають коротший термін реалізації – 4-6 годин при дотриманні холодильного режиму. Важливим фактором є правильне укладання шарів та змішування інгредієнтів перед подачею, що запобігає передчасному виділенню вологи та втраті консистенції.

Підбір посуду для подавання салатів має відповідати виду страви, її складності та естетичним вимогам. Порційні салати зазвичай подають у невеликих креманках, салатниках або тарілках з бортиком, що забезпечує зручність сервірування та збереження форми. Салати для загальної подачі на фуршетних або банкетних столах викладають у великих салатниках, на плоских тарелях або у прозорих ємностях, що дозволяє гостям легко формувати порції. Додатково використовують декоративні контейнери, що підкреслюють кольорове поєднання овочів та привабливість презентації.

Підбір посуду також враховує температурний режим. Для холодних салатів використовують охоложені або термостійкі ємності, що підтримують потрібну температуру протягом подачі. Крім того, важливе значення має відповідність об'єму порції та розмірів посуду, щоб уникнути надмірного розтікання заправки або пошкодження ніжної структури овочів.

Дотримання норм виходу, термінів реалізації та правильного підбору посуду забезпечує збереження харчової цінності, органолептичних властивостей салатів та їх естетичної привабливості, що є необхідним для якісного обслуговування в закладах ресторанного господарства.

6.Технологія приготування і подавання салатів, вінегретів, салатів-коктейлів

Технологія приготування салатів, вінегретів та салатів-коктейлів у закладах ресторанного господарства передбачає дотримання певних етапів обробки сировини, складання страв та органолептичного оформлення. Важливим є використання якісної сировини, дотримання температурних режимів і правил гігієни, що забезпечує безпеку та високу харчову цінність готових страв.

Приготування салатів починається з підготовки інгредієнтів: овочі, зелень, фрукти миють, очищають від шкірки та насіння, нарізають кубиками, соломкою, скибочками або натирають. М'ясні, рибні та сирні компоненти відварюють, запікають, коптять або нарізають відповідно до рецептури. Після підготовки сировину змішують у посудині відповідного об'єму, додають заправку – олію, майонез, сметану або спеціальні соуси. Дотримання правильного співвідношення інгредієнтів і заправки забезпечує збалансований смак та оптимальну консистенцію.

Вінегрети готують із відварених та охолоджених овочів: буряка, картоплі, моркви, квашеної капусти, огірків або маринованих овочів. Всі компоненти нарізають кубиками однакового розміру, змішують, додають рослинну олію, оцет або лимонний сік, сіль, спеції. Основною особливістю вінегретів є

збереження яскравого кольору буряка та однорідного смаку без переварювання овочів.

Салати-коктейлі відрізняються порційним оформленням та багатошаровою структурою. Основою служать дрібно нарізані овочі, фрукти, морепродукти, м'ясо або риба. Шари викладають у прозорі креманки або склянки, що дозволяє бачити кольорове поєднання інгредієнтів. Кожен шар може бути злегка присолений або заправлений невеликою кількістю соусу, а верхній шар прикрашають зеленню, оливками або зернами.

Подача салатів та вінегретів передбачає підтримання оптимальної температури. Холодні страви подають охолодженими при +2–+6°C, що зберігає текстуру та аромат інгредієнтів. Салати-коктейлі сервірують порційно в креманках або склянках, вінегрети – у салатниках або на плоских тарілках для загальної подачі. Важливим є оформлення страв: дотримання пропорцій, кольорових контрастів, використання декоративних елементів, що підвищує естетичну привабливість.

Контроль технології приготування включає точність нарізки, правильне змішування компонентів, дотримання пропорцій заправки та своєчасну подачу. Це дозволяє зберегти харчову цінність, органолептичні властивості та забезпечити безпечне споживання продукції. Систематичне дотримання технологічних вимог під час приготування та подавання салатів, вінегретів та салатів-коктейлів є основою якісного обслуговування в закладах ресторанного господарства.

7.Закуси та холодні страви. Асортимент, кулінарна характеристика холодних страв із овочів, риби, м'яса, субпродуктів, птиці і яєць

Асортимент закусок та холодних страв у закладах ресторанного господарства охоплює широкий спектр продуктів, що різняться складом, способом приготування та кулінарним призначенням. Основна група холодних страв включає страви з овочів, риби, м'яса, субпродуктів, птиці та яєць, які можуть подаватися як самостійні закуски або як частина комплексного обіду.

Холодні страви з овочів включають салати, овочеві нарізки, мариновані та квашені овочі, овочеві закуски з бланшованих або запечених овочів. Основою таких страв є свіжі або оброблені овочі, що зберігають хрумкість, колір і смак. Часто додають зелень, спеції, рослинну олію, оцет або соуси для поліпшення смакових якостей. Вінегрети, салати з капусти, моркви та буряка відносяться до найпоширеніших овочевих закусок. Важливо дотримуватися правил нарізки та змішування інгредієнтів, щоб зберегти однорідну текстуру та естетичний вигляд.

Холодні страви з риби включають солону, копчену, мариновану рибу, рулети з рибного філе, паштети та морепродукти. Рибні закуски мають високу харчову цінність завдяки вмісту білка та жирних кислот Омега-3. При їх приготуванні важливим є збереження структури м'яса риби, аромату та смакових властивостей, тому основна технологія передбачає охолодження після термічної обробки та акуратну нарізку.

Холодні страви з м'яса та субпродуктів представлені заливними, рулетами, паштетами, нарізками з вареного, запеченого або копченого м'яса. Вони відрізняються різноманітністю смакових поєднань і структур, поєднуючи білкову основу з овочами, спеціями та желюючими компонентами. Використання субпродуктів (печінка, язик, серце) дозволяє створювати високопоживні та економічно доцільні закуски.

Холодні страви з птиці та яєць включають варені яйця, фаршировані яйця, рулети з курячого або індичого м'яса, салати з додаванням вареного або копченого м'яса птиці. Яйця та птиця забезпечують стравам білок високої біологічної цінності, при цьому особливе значення має правильне охолодження та зберігання, щоб уникнути розвитку мікроорганізмів.

Кулінарна характеристика всіх видів холодних страв передбачає поєднання смакових, текстурних та ароматичних компонентів. Важливо дотримуватися балансу солоності, кислотності та жирності, зберігати природний колір інгредієнтів та оформлювати страву для естетичного вигляду. Подача холодних страв вимагає використання охолодженого посуду: салати – у креманках, нарізки – на порційних тарілках, рулети та заливні – на плоских сервіровочних тарелях.

Систематизація асортименту за типами сировини та технологічними характеристиками дозволяє закладам ресторанного господарства ефективно планувати меню, дотримуватися норм виходу та термінів реалізації, зберігаючи харчову цінність, органолептичні властивості та привабливий зовнішній вигляд страв.

8. Підбір гарнірів і соусів, заправок, підбір посуду для подавання. Вимоги до якості, умови та строк зберігання

Підбір гарнірів, соусів і заправок є важливою складовою технології приготування страв у закладах ресторанного господарства, оскільки правильне поєднання компонентів забезпечує збалансований смак, текстуру та естетичну привабливість готової продукції. Гарніри виконують функцію доповнення основної страви, підкреслюють її смак і аромат, а соуси та заправки покращують органолептичні властивості та зовнішній вигляд.

Підбір гарнів здійснюється з урахуванням виду основної страви, її смакових характеристик, консистенції та температурного режиму подачі. До м'ясних та рибних страв часто подають картоплю різних видів – відварену, запечену, пюре, рис, крупи, макаронні вироби або овочеві суміші. Гарніри з овочів включають варені, тушковані, запечені або бланшовані овочі, які можуть бути як однотипними, так і комбінованими для створення кольорового та текстурного контрасту. Вибір гарніру залежить від сезону та наявності свіжих продуктів, що дозволяє підтримувати високу харчову цінність та смакову привабливість страви.

Підбір соусів та заправок здійснюється з урахуванням основного продукту, типу страви та бажаного смакового ефекту. М'ясні страви зазвичай поєднують із підливами на основі м'яса, грибними або овочевими соусами; рибу – з вершковими, цитрусовими або овочевими соусами; гарячі овочеві страви – з масляними або сметанними заправками. Для холодних закусок, салатів і вінегретів використовують олійно-оцтові або майонезні заправки. Підбір соусу передбачає не тільки смакову сумісність, а й відповідність консистенції страви, щоб забезпечити рівномірне покриття і гармонійне поєднання компонентів.

Підбір посуду для подавання залежить від типу страви, її температури та оформлення. Гарніри подають у плоских тарілках, невеликих салатниках або порційних формочках, а соуси – у спеціальних соусниках або невеликих креманках. Для холодних страв використовують охолоджений посуд, який підтримує потрібну температуру та зберігає текстуру інгредієнтів. Порційний посуд повинен відповідати нормі виходу страви, забезпечувати зручність сервірування та споживання.

Вимоги до якості гарнів та соусів передбачають свіжість сировини, збереження кольору, аромату та текстури продуктів, відсутність сторонніх запахів, смаків і ознак псування. Текстура гарнів повинна бути м'якою, але не розвареною, овочі – збереженими у формі та кольорі, соуси – однорідними, без грудок або розшарувань.

Умови та строк зберігання гарнів і соусів залежать від виду інгредієнтів і способу обробки. Варені овочі та круп'яні гарніри зберігають у холодильнику при +2-+6°C до 12 годин, соуси на основі молочних продуктів – не більше 4-6 годин, олійно-оцтові заправки – до 24 годин, вершкові та майонезні соуси – 6-8 годин. Дотримання цих норм забезпечує збереження харчової цінності, органолептичних властивостей та безпечне споживання страв.

9.Закуси та холодні страви драглеподібні, бенкетні. Технологія приготування та реалізація риби заливної, м'яса, язика або порося заливних, холодців, паштетів

Закуси та холодні страви драглеподібні та бенкетні займають особливе місце в меню закладів ресторанного господарства, оскільки вони поєднують високу харчову цінність із естетичною привабливістю та служать святковим чи урочистим доповненням до комплексного обіду. До драглеподібних відносяться заливні страви з риби, м'яса, субпродуктів, паштети та холодці, а бенкетні – багатокомпонентні холодні закуски, призначені для подачі на великих заходах і святкових столах.

Технологія приготування заливних страв починається з підготовки основного продукту. Для риби заливної використовують свіжу або охолоджену рибу без дрібних кісток, морепродукти або поєднання рибних філе. М'ясні заливні готують із вареного, запеченого або тушкованого м'яса, язика, поросятини, іноді з додаванням субпродуктів – печінки, серця, легенів. Основною особливістю підготовки є видалення кісток, шкіри та жилок, подрібнення продукту до рівномірної консистенції та правильна нарізка для рівномірного розподілу у формах.

Для отримання драглеї використовується **желеутворюючий компонент**. Традиційно це холодець із свіжого м'яса, риби або кісток, зварений до виділення колагену, який після охолодження набуває гелеподібної структури. Для прискорення процесу іноді застосовують харчовий желатин, який розчиняють у бульйоні або соусі, заливають підготовлену нарізку продуктів та залишають до застигання при температурі +2-+6°C на 4-6 годин або довше в залежності від товщини шару.

Паштети готують із м'ясних, рибних або комбінованих компонентів, які подрібнюють, змішують із вершковим маслом, яйцями або спеціями для надання однорідної консистенції. Після підготовки масу укладають у форми та охолоджують до стабілізації структури. Для бенкетних столів паштети можуть бути оформлені декоративними шарами овочів, трав, яєць або спеціальною прикрасою для підвищення презентабельності.

Холодці являють собою драглеподібну страву з цільних частин м'яса або птиці, приготовану на основі бульйону, збагаченого колагеном. Технологічний процес включає відварювання кісток та м'яса з овочами і спеціями, проціджування бульйону, подрібнення м'яса та формування холодцю у порційні або бенкетні форми. Важливо підтримувати правильну концентрацію бульйону для досягнення оптимальної щільності драглеї.

Реалізація драглеподібних страв передбачає підтримання охолодженого стану при +2-+6°C та дотримання термінів реалізації: рибні та м'ясні заливні – 12-18 годин, паштети та холодці – до 24 годин залежно від складу та наявності консерванту або додаткового желеуючого компоненту. Подавання здійснюють у

порційних тарілках, на салатниках або спеціальних бенкетних підносах, прикрашаючи зеленню, овочами, фруктами чи соусами для підвищення естетичної привабливості.

Ключовими аспектами технології є **контроль якості сировини**, правильне видалення кісток та жилок, точність приготування бульйону або желе, охолодження до стабільної консистенції та естетичне оформлення. Дотримання цих вимог дозволяє зберегти харчову цінність білків та мінералів, органолептичні властивості та забезпечити безпечне споживання страв.

10. Особливості оформлення і відпуску бенкетних холодних страв. Вимоги до якості

Оформлення та відпуск бенкетних холодних страв є важливою складовою обслуговування в закладах ресторанного господарства, оскільки від цього залежить естетичне сприйняття страви, зручність споживання та підтримання високих органолептичних властивостей. Бенкетні холодні страви включають салати, закуски, драглеподібні страви, паштети, рулети та заливні, призначені для подачі на святкових столах, фуршетах або урочистих заходах.

Особливості оформлення передбачають поєднання різноманітних інгредієнтів з урахуванням кольорової гами, текстури, форми та об'єму порції. Для салатів та закусок використовують багатошарове оформлення, декоративні елементи у вигляді зелені, овочевих або фруктових нарізок, оливок, яєчних жовтків та соусів. Драглеподібні страви, такі як заливні, холодці та паштети, подають на спеціальних плоских або порційних тарелях із рівномірно нарізаною основою та прикрасою у вигляді трав, овочів, лимонних скибок або желейних елементів. Важливо дотримуватися пропорцій та симетрії при оформленні, щоб підвищити візуальну привабливість страви та надати їй святкового вигляду.

Відпуск бенкетних холодних страв здійснюється у відповідності до норм виходу та правил сервірування. Страви подають охолодженими при температурі +2-+6°C, щоб зберегти текстуру, смак та аромат компонентів. Для фуршетних столів застосовують порційні подачі у креманках, склянках або невеликих формочках, для бенкетних сетів – на великих салатниках та сервіровочних тарілках з порційними лопатками або щипцями для зручності обслуговування. Відпуск передбачає суворе дотримання послідовності подачі, розташування страв за категоріями та гармонійне поєднання смакових і кольорових контрастів.

Вимоги до якості бенкетних холодних страв включають свіжість сировини, правильну консистенцію, збереження природного кольору та аромату продуктів. Нарізка повинна бути рівномірною, інгредієнти – щільно розташовані без надлишку соусу, а прикраси – свіжими та апетитними. Особливу увагу

приділяють дотриманню санітарних норм: обробка сировини, охолодження, зберігання та подача повинні запобігати розвитку мікроорганізмів.

Дотримання технології оформлення та відпуску бенкетних холодних страв забезпечує збереження харчової цінності, смакових якостей і презентабельного вигляду, створює естетичне задоволення для споживачів та підвищує рівень обслуговування на урочистих заходах у закладах ресторанного господарства.

11. Закуси гарячі. Характеристика гарячих закусок, їх вихід, підбір посуду для подавання

Гарячі закуски займають важливе місце у меню закладів ресторанного господарства, оскільки вони поєднують високу харчову цінність із виразним смаком та естетичною привабливістю. Такі закуски подаються як самостійні страви, як частина комплексного обіду, або як складові бенкетних та фуршетних столів. Основна характеристика гарячих закусок полягає у використанні термічно оброблених інгредієнтів, що забезпечує розкриття смакових якостей продуктів, ароматичність і безпеку споживання.

Асортимент гарячих закусок є досить широким і включає страви з м'яса, риби, птиці, субпродуктів, овочів, сиру, а також комбіновані варіанти. До м'ясних закусок належать м'ясні рулети, тефтелі, міні-шніцелі, фаршировані м'ясні коржі, запечені або смажені шматочки м'яса у пряному соусі. Рибні гарячі закуски представлені запеченою рибою, котлетами з рибного філе, рулетами з морепродуктів, а також обсмаженими або тушкованими шматочками риби з овочами. Пташині гарячі закуски включають курячі, індичі або качині рулети, крильця в пряних маринадах та фаршировану птицю. Овочеві гарячі закуски представлені запеченими, тушкованими або панірованими овочами, овочевими крокетами та фаршированими перцями, що доповнюють основні страви. Комбіновані закуски можуть поєднувати м'ясо, рибу, сир та овочі, створюючи багат шарові страви з різноманітною текстурою та смаковими відтінками.

Вихід гарячих закусок визначається вагою підготовлених інгредієнтів після обробки та термічної обробки. Для порційних м'ясних або рибних закусок норма виходу на одну порцію становить 120-180 г, овочевих – 100-150 г, комбінованих закусок – 150-200 г. Вихід визначає планування меню, нормування технологічного процесу та контроль якості продукції. При підготовці гарячих закусок необхідно враховувати усадку продукту під час термічної обробки, втрату рідини та зміни маси під впливом температури.

Підбір посуду для подавання гарячих закусок залежить від виду страви, способу подачі та умов обслуговування. Порційні закуски подають на плоских або глибоких тарілках, у креманках, кокотницях, гратенницях, а бенкетні або

фуршетні варіанти – на великих сервіровочних підносах або спеціальних посудинах з підогрівом. Для запечених або тушкованих страв використовують жаростійкий посуд, що витримує високу температуру та дозволяє підтримувати оптимальний температурний режим під час подачі. Важливо, щоб розмір і форма посуду відповідали порції та забезпечували зручність споживання без втрати презентабельності.

Характеристика гарячих закусок передбачає дотримання балансу смаку, текстури та аромату. Страви повинні мати гармонійне поєднання солоності, кислоти, жирності та спецій, збережену консистенцію інгредієнтів, насичений аромат та естетичну форму. При приготуванні важливим є дотримання технологічних режимів: температура обсмаження або запікання, тривалість теплової обробки, оптимальна кількість масла чи соусу. Контроль за цими параметрами забезпечує однорідність смаку, правильну структуру та запобігає пересиханню продукту.

Дотримання правил технології, норм виходу та підбору посуду для подавання дозволяє закладам ресторанного господарства пропонувати високоякісні гарячі закуски, що відповідають органолептичним, харчовим та естетичним вимогам, забезпечують задоволення споживачів і підвищують рівень обслуговування.

12. Асортимент, кулінарна характеристика гарячих закусок з риби і нерибних морепродуктів, з м'яса, птиці, грибів. Вимоги до якості, умови та строк реалізації страв

Гарячі закуски є важливою частиною меню закладів ресторанного господарства, оскільки вони забезпечують високі смакові якості, естетичну привабливість та харчову цінність. Асортимент гарячих закусок різноманітний і включає страви з риби та нерибних морепродуктів, м'яса, птиці та грибів. Кожна група відрізняється технологією приготування, структурою та органолептичними властивостями, що визначає їх кулінарну характеристику та умови реалізації.

Гарячі закуски з риби та нерибних морепродуктів представлені котлетами з філе, рулетами, фрикадельками, запеченою рибою, маринованими морепродуктами у клярі або під соусами. Технологія приготування передбачає термічну обробку: смаження, запікання, тушкування або приготування на пару, що забезпечує збереження білка високої біологічної цінності та аромату продукту. Важливо дотримуватися правильної температури при обробці, щоб уникнути пересушування філе або втрати соковитості. Оптимальна порційна вага таких закусок становить 120-180 г. Для контролю якості звертають увагу на

рівномірність прожарювання, відсутність сторонніх запахів, однорідність консистенції та привабливий зовнішній вигляд.

Гарячі закуски з м'яса включають тефтелі, шніцелі, рулети, котлети та запечені шматочки м'яса. Вони відрізняються високим вмістом білка та насиченим смаком. М'ясо піддають термічній обробці різними способами – смаження, тушкування, запікання, іноді з попереднім маринуванням. Маринад або спеції забезпечують ароматику, пом'якшують волокна та створюють рівномірну текстуру. Вихід готових страв варіюється від 150 до 200 г на порцію, залежно від типу м'яса та способу приготування. Контроль якості включає оцінку кольору, запаху, соковитості та м'якої структури без ознак пересушування.

Гарячі закуски з птиці представлені рулетами, котлетами, шніцелями та шматочками запеченої або тушкованої птиці. Підготовка включає відділення кісток, видалення шкіри за потреби, нарізку на порційні шматки та застосування маринадів для поліпшення смакових характеристик. Технологія термічної обробки передбачає запікання, смаження або тушкування до досягнення безпечної внутрішньої температури. Порційний вихід становить 120-180 г на одну порцію. Вимоги до якості включають соковитість, однорідну структуру, відсутність сторонніх запахів та привабливу подачу.

Гарячі закуски з грибів використовуються як самостійні страви або у складі комбінованих закусок. До них відносяться обсмажені, тушковані, фаршировані гриби, грибні котлети та запіканки. Гриби ретельно очищають, нарізають, обсмажують або тушкують, іноді з додаванням соусів та спецій. Важливо дотримуватися термічних режимів для збереження аромату, кольору та текстури продукту. Вихід порцій – 100-150 г, залежно від виду гриба та способу обробки.

Умови та строк реалізації гарячих закусок залежать від виду сировини та способу приготування. М'ясні та пташині закуски подають відразу після приготування або зберігають при температурі +60-+65°C до 2 годин. Рибні та морепродуктові страви слід реалізовувати протягом 1-1,5 години після приготування, оскільки вони швидко втрачають смакові та органолептичні властивості. Грибні закуски зберігають до 2 годин при подачі в гарячому вигляді. Всі страви подають у гарячому посуді або на тарілках із підігрівом для збереження оптимальної температури.

Дотримання технології приготування, правильного підбору посуду, норм виходу та контролю термінів реалізації гарантує збереження харчової цінності, смаку, аромату та привабливого вигляду гарячих закусок, що забезпечує високий рівень обслуговування у закладах ресторанного господарства.

Тема 9. Технологія напівфабрикатів, страв та кулінарних виробів із кисломолочного сиру, яєць та яєчних продуктів

План:

1. Характеристика поживних речовин яйця.
2. Характеристика яєчних продуктів: яєчний меланж, яєчний порошок.
3. Класифікація яєць, продукти їх переробки. Поділ яєць курячих харчових залежно від строку зберігання, якості і маси.
4. Страви із яєць.
5. Способи варіння яєць.
6. Асортимент, кулінарна характеристика страв із яєць.
7. Вимоги до якості, норми виходу, умови та строк реалізації страв з яєць.
8. Значення страв з сиру в харчуванні.
9. Страви із сиру свіжого.
10. Асортимент, кулінарна характеристика холодних страв із свіжого сиру.
11. Асортимент, кулінарна характеристика варених страв із свіжого сиру.
12. Вимоги до якості, норми виходу, умови та строк реалізації страв.
13. Вимоги санітарії та особистої гігієни.

1. Характеристика поживних речовин яйця

Яйце є однією з найцінніших харчових продуктів у раціоні людини завдяки багатому складу поживних речовин і високій біологічній цінності білка. Воно складається з трьох основних частин: шкаралупи, білка та жовтка, кожна з яких має своє значення у харчуванні та кулінарії.

Білок яйця містить близько 10-12 % сухих речовин, з яких близько 90 % становить вода, а решта – високоякісний повноцінний білок. Яєчний білок має збалансований амінокислотний склад і легкозасвоюваний для організму, що робить його цінним джерелом білка для харчування дітей, дорослих та людей з особливими дієтичними потребами. Білок містить альбуміни, глобуліни та овомукоїди, які виконують структурну та функціональну роль у приготуванні кулінарних виробів, забезпечуючи піну, стабільність емульсій та желеподібну структуру при термічній обробці.

Жовток яйця є концентрованим джерелом поживних речовин. Він містить близько 30-35 % сухих речовин, з яких половина – жири, а решта – білки, вітаміни та мінерали. Жовток багатий на ненасичені жирні кислоти, фосфоліпіди, холестерин, каротиноїди, вітаміни А, D, E, K та групи B, зокрема холін, який важливий для роботи печінки та нервової системи. Вміст жирів у жовтку забезпечує енергетичну цінність яйця та сприяє формуванню кремкових і емульсійних текстур у кулінарних виробках, таких як майонез, соуси, креми.

Мінеральні речовини та вітаміни яйця розподілені переважно у жовтку, хоча білок також містить невелику кількість кальцію, магнію, калію та натрію.

Яйце є джерелом легко засвоюваного заліза, цинку та селену, що підтримує імунну систему та обмін речовин. Крім того, яйце містить антиоксиданти, які сприяють збереженню клітин та підвищують біологічну цінність продукту.

Шкаралупа яйця складається головним чином із карбонату кальцію та виконує захисну функцію. Вона практично не використовується в кулінарії, але є джерелом мінералів, які можуть застосовуватися у харчових добавках.

Яйце відзначається високою засвоюваністю білка (до 97 %) та багатством необхідних для організму амінокислот, жирів, вітамінів і мінералів, що робить його універсальним продуктом для харчування. Завдяки комплексному складу поживних речовин яйце широко застосовується в кулінарії як самостійний продукт і як інгредієнт у випічці, соусах, десертах та гарячих стравах, забезпечуючи збалансованість раціону та покращуючи органолептичні властивості страв.

2. Характеристика яєчних продуктів: яєчний меланж, яєчний порошок

Яєчні продукти, такі як яєчний меланж та яєчний порошок, широко використовуються у закладах ресторанного господарства та харчової промисловості як зручні, довготривалі та універсальні інгредієнти для приготування кулінарної продукції. Вони дозволяють забезпечити стабільну якість страв, спрощують технологічний процес і подовжують термін зберігання порівняно зі свіжими яйцями.

Яєчний меланж – це рідкий продукт, який отримують шляхом змішування білка та жовтка у певних пропорціях, іноді з додаванням консервантів для подовження терміну зберігання. Продукт може мати натуральний або пастеризований вигляд. Пастеризація проводиться при температурі 60-65°C протягом короткого часу, що дозволяє знищити патогенні мікроорганізми, не руйнуючи білки та жири, а також зберегти вітаміни та амінокислоти. Яєчний меланж зберігає високі функціонально-технологічні властивості свіжого яйця: здатність до збивання, утворення пінної структури, емульгування жирів та створення желеподібної консистенції. Його застосовують у випічці, десертах, соусах, кремах, омлетах та гарячих стравах, де потрібна стабільна якість та рівномірність продукту.

Яєчний порошок – це сухий продукт, що отримують шляхом висушування свіжих яєць або меланжу методом розпилювального або барабанного сушіння. Він має тривалий термін зберігання (до 12-18 місяців за сухих умов) і зручний для транспортування та дозування. Яєчний порошок містить білки, жири, вітаміни та мінерали у концентрованій формі, а при відновленні водою відтворює функціональні властивості свіжого яйця. Порошок

поділяють на повний (білий та жовтковий компоненти разом), білковий і жовтковий, що дозволяє використовувати його у різних технологічних процесах.

Основними **функціонально-технологічними властивостями** яєчних продуктів є емульгування жирів, здатність до збивання та утворення пінної структури, зв'язування компонентів, утворення желеподібної маси при термічній обробці. Ці властивості дозволяють використовувати меланж та порошок у приготуванні тіста, кремів, соусів, десертів, а також у виробництві майонезів та інших соусів.

Вимоги до якості передбачають відсутність сторонніх запахів та присмаків, однорідну консистенцію, стабільність кольору, відсутність грудочок у порошок та наявність технологічних показників у межах стандарту. Для меланжу важливим є рівномірне змішування білка та жовтка, правильна пастеризація та охолодження до +2-+6°C. Порошок повинен зберігатися у сухих герметичних упаковках, захищених від вологи та світла, щоб зберегти харчову цінність і функціональні властивості.

Завдяки зручності зберігання, стабільним фізико-хімічним характеристикам та широкому спектру застосування, яєчний меланж та яєчний порошок є універсальними інгредієнтами у закладах ресторанного господарства та харчової промисловості, забезпечуючи високу якість та однорідність кулінарної продукції.

3.Класифікація яєць, продукти їх переробки. Поділ яєць курячих харчових залежно від строку зберігання, якості і маси

Яйця є універсальним харчовим продуктом і важливим інгредієнтом у закладах ресторанного господарства. Вони характеризуються високою біологічною цінністю білка, насиченим складом жирів, вітамінів та мінералів, а також багатофункціональністю у кулінарії. Для ефективного використання яєць у виробництві кулінарної продукції важливо знати їх класифікацію, продукти переробки та поділ за різними показниками.

Класифікація яєць проводиться за декількома ознаками. За видом птиці найпоширенішими є курячі харчові яйця, проте в кулінарії можуть використовуватися перепелині, качині, гускині та інші. За способом обробки яйця поділяють на свіжі, пастеризовані, охолоджені та перероблені продукти у вигляді меланжу або порошку. Свіжі яйця призначені для безпосереднього вживання у кулінарії та кондитерському виробництві, пастеризовані — для тривалого зберігання та використання у стравах, де потрібна безпека від патогенних мікроорганізмів, а яєчний порошок і меланж забезпечують стабільну якість та зручність дозування у промислових та ресторанных умовах.

Продукти переробки яєць включають:

- **Яєчний меланж** – рідкий продукт, що отримується змішуванням білка та жовтка у встановлених пропорціях із подальшою пастеризацією. Він зберігає функціонально-технологічні властивості свіжого яйця і використовується у випічці, соусах, десертах та гарячих стравах.
- **Яєчний порошок** – сухий продукт, отриманий шляхом сушіння свіжих яєць або меланжу, який дозволяє тривале зберігання та зручне транспортування. Порошок поділяють на повний, білковий і жовтковий, що визначає його сферу використання у кулінарії.
- **Пастеризовані яйця** – знищення патогенних мікроорганізмів у рідкому продукті при температурі 60-65°C зберігає вітаміни та білки, дозволяючи безпечно використовувати яйця у сирому вигляді у кремах, майонезах та десертах.

Поділ курячих харчових яєць за строком зберігання, якістю та масою є важливим для забезпечення безпеки та однорідності продукції. За строком зберігання яйця поділяють на:

- **Свіжі** – до 7 днів після знесення при температурі +2-+6°C;
- **Охолоджені** – до 25 днів при температурі зберігання +2-+6°C;
- **Свіжі промислові яйця** у вакуумній упаковці або з антисептичними обробками – до 30 днів.

За якістю яйця оцінюють за станом шкаралупи, прозорістю білка, кольором жовтка та відсутністю сторонніх домішок. Розрізняють категорії: вищий сорт (без тріщин, однорідний жовток), перший сорт (можливі незначні нерівності та легке відхилення кольору жовтка), другий сорт (дрібні дефекти та незначні пошкодження).

За масою яйця поділяють на категорії:

- **S0 (велике)** – понад 70 г;
- **S1 (стандартне)** – 60-70 г;
- **S2 (середнє)** – 50-60 г;
- **S3 (дрібне)** – менше 50 г.

Ця класифікація важлива для нормування рецептур, визначення виходу готової продукції та забезпечення стабільності кулінарних процесів. Вибір яєць конкретної маси і категорії забезпечує точне дозування у випічці, соусах, кремах та інших стравах.

Завдяки класифікації, розділу за терміном зберігання, масою та якістю, а також можливості переробки у меланж або порошок, яйця забезпечують універсальність використання в кулінарії, стабільність технологічних процесів і підтримку високої якості готової продукції у закладах ресторанного господарства.

4. Страви із яєць

Страви із яєць є важливою складовою харчування та кулінарії завдяки високій біологічній цінності білка, насиченому складу жирів, вітамінів і мінералів. Вони широко використовуються у закладах ресторанного господарства як самостійні страви, гарніри, складові складніших кулінарних виробів або як компоненти у кондитерських та соусових технологіях.

Яйця як самостійна страва готують різними способами. Найпоширеніші варіанти – яйця круто або всмятку, омлети, яєчня, пашот. Варіння яєць у шкаралупі зберігає всі поживні речовини та забезпечує щільну консистенцію білка та ніжний жовток. Омлети готують із збитих яєць із додаванням молока або вершків, що забезпечує ніжну текстуру і насичений смак. Яєчня може бути смаженою на сковороді з маслом або запікатися у духовці, а яйця пашот готують у гарячій воді без шкаралупи, що дозволяє зберегти м'якість і структуру продукту.

Гарячі страви з додатковими інгредієнтами включають запіканки, суфле, фріттати, яєчні рулети та фаршировані омлети. Вони можуть містити овочі, гриби, м'ясо, рибу, сири та зелень, що збільшує харчову цінність і покращує смак. Запіканки готують у духовці або на парі, забезпечуючи рівномірну термічну обробку, тоді як суфле відзначається легкою повітряною структурою завдяки збитому білку. Фріттата – це італійська страва, схожа на омлет, але готується з великою кількістю овочів або м'яса та випікається до рум'яної скоринки.

Холодні страви із яєць включають яйця, фаршировані різними начинками, салати та закуски. Фаршировані яйця готують із жовтка, змішаного з майонезом, сиром, зеленню або морепродуктами, що забезпечує збалансований смак і декоративну привабливість. Салати з варених яєць поєднують овочі, м'ясо, рибу або бобові, забезпечуючи високу поживну цінність та ситність.

Вимоги до якості страв із яєць включають свіжість сировини, правильну термічну обробку, відсутність сторонніх запахів, однорідну консистенцію та привабливу подачу. Важливо контролювати температуру та тривалість обробки, щоб білок не пересушувався, а жовток залишався ніжним. Подача може здійснюватися на порційних тарілках або у спеціальному посуді для запіканок та суфле, із декоративним оформленням зеленню або овочевими елементами.

Страви з яєць відзначаються високою харчовою цінністю, універсальністю використання та здатністю зберігати смакові і текстурні властивості різних видів сировини, що робить їх невід'ємною частиною кулінарного процесу у закладах ресторанного господарства.

5.Способи варіння яєць

Варіння яєць є одним із найпоширеніших способів кулінарної обробки цього продукту. Воно забезпечує повну або часткову денатурацію білка, збереження поживних речовин і створення необхідної консистенції для подальшого використання у стравах. Варіння яєць можна проводити різними способами залежно від бажаного результату, технологічних умов та кулінарного призначення страви.

Варіння яєць у шкаралупі (круто або всмятку) є традиційним способом приготування. Для яєць всмятку вода доводиться до кипіння, після чого яйця опускають у гарячу воду на 3-5 хвилин, що забезпечує рідкий жовток та щільний білок. Для яєць круто час варіння збільшується до 8-12 хвилин, що дозволяє отримати щільний жовток та повністю згорнутий білок. Температура води, об'єм ємності та розмір яєць впливають на результат, тому важливим є дотримання режимів для отримання однорідної консистенції.

Варіння яєць на пару застосовується для збереження більшої частини поживних речовин, оскільки температура обробки нижча та вплив води мінімальний. Яйця розміщують у пароварці або над киплячою водою, і обробка триває від 6 до 12 хвилин залежно від бажаного ступеня готовності. Цей спосіб особливо цінний у дієтичному харчуванні та при приготуванні делікатесних страв.

Варіння під тиском здійснюється у спеціальних парових або скороварках. Цей метод скорочує час термічної обробки до 2-4 хвилин і дозволяє зберегти структуру білка та яскравий колір жовтка. Варіння під тиском також забезпечує рівномірність обробки незалежно від розміру яйця.

Варіння у вакуумі (су-від) є сучасним способом приготування, який дозволяє точно контролювати температуру та час обробки. Яйця розміщують у вакуумних пакетах і занурюють у водяну баню з підтриманням температури 63-68°C. Результатом є рівномірно зварений білок і кремоподібний жовток, що зберігає всі поживні речовини та аромат.

При всіх способах варіння важливими є **вимоги до якості**: свіжі яйця без тріщин, відсутність сторонніх запахів, правильна текстура білка та жовтка, рівномірний колір. Контроль температури та часу забезпечує стабільність готового продукту і його придатність для використання у стравах або як самостійної страви.

Варіння яєць різними способами дозволяє отримати продукцію різного ступеня готовності, текстури та смакових властивостей, що робить цей процес універсальним у закладах ресторанного господарства та кондитерській промисловості.

6. Асортимент, кулінарна характеристика страв із яєць

Асортимент страв із яєць у закладах ресторанного господарства є різноманітним і охоплює як прості, так і складні кулінарні вироби. Яйця широко використовуються завдяки високій біологічній цінності білка, наявності жирів, вітамінів і мінералів, а також здатності змінювати структуру при термічній обробці, утворюючи піну, емульсії або желеподібну масу.

Самостійні страви з яєць включають яєчню, омлети, варені яйця всмятку або круто, яйця пашот. Яєчня може готуватися на сковороді з додаванням масла, що забезпечує соковитість білка і м'якість жовтка. Омлети готуються із збитих яєць, іноді з додаванням молока або вершків, що надає страві ніжної та повітряної структури. Варені яйця широко застосовують у приготуванні салатів, бутербродів і фаршированих закусок. Пашот відзначається делікатною консистенцією білка та кремоподібним жовтком і подається як гаряча закуска або складова складних страв.

Гарячі закуски та складні страви з яєць включають запіканки, суфле, фріттати, рулети та фаршировані омлети. Запіканки готують із додаванням овочів, м'яса, риби, сиру або грибів, що підвищує харчову цінність і різноманітність смаку. Суфле характеризується легкою повітряною структурою завдяки збитому білку, а фріттата має щільну основу із збитих яєць із додатковими інгредієнтами, запікається до рум'яної скоринки і використовується як основна страва або гарнір. Рулети з яєць можуть бути з начинками з м'яса, риби або овочів і подаються як закуска або частина бенкетного меню.

Холодні страви та салати з яєць включають фаршировані яйця, салати-коктейлі, вінегрети з додаванням варених яєць. Фаршировані яйця готують із суміші жовтка з майонезом, сиром, зеленню або морепродуктами, що забезпечує естетичний вигляд і насичений смак. Салати із яєць часто комбінують із м'ясом, рибою, овочами або бобовими, забезпечуючи ситність та збалансованість страви.

Кулінарні характеристики страв із яєць визначаються їх складом, способом обробки та структурними властивостями. Білок утворює щільну або повітряну структуру, жовток надає кремовості та аромату. Приготування яєць вимагає контролю температури та часу, щоб зберегти смак, консистенцію та поживні властивості. Подача страв із яєць здійснюється у порційному посуді або як частина комплексних страв із гарнірами, соусами та декоративними елементами.

Асортимент страв із яєць відзначається різноманітністю текстур, смаків і технологій приготування, що забезпечує їх широке використання в закладах ресторанного господарства та кондитерському виробництві.

7.Вимоги до якості, норми виходу, умови та строк реалізації страв з яєць

Для забезпечення високої якості страв із яєць у закладах ресторанного господарства необхідно дотримуватися певних вимог до сировини, технологічного процесу, умов зберігання та подавання. Ці показники безпосередньо впливають на харчову цінність, безпеку та органолептичні властивості готової продукції.

Вимоги до якості яєць та страв із них включають свіжість сировини, відсутність тріщин у шкаралупі, сторонніх запахів і забруднень. Білок повинен бути прозорим, без каламуті, жовток – яскравим, однорідним та щільним. Під час термічної обробки важливо зберегти консистенцію: білок має бути пружним, жовток – м'яким або щільним залежно від способу приготування. Додаткові компоненти, такі як молоко, вершки, овочі, м'ясо або сир, повинні бути свіжими та відповідати встановленим стандартам якості.

Норми виходу страв із яєць визначаються рецептурою та способом обробки. Наприклад, омлет із одного яйця після приготування дає приблизно 120-130 г готової страви, а запіканки чи суфле з декількох яєць – від 150 до 250 г на порцію залежно від доданих інгредієнтів. Варені яйця зберігають масу близько 90 % від початкової, при фаршируванні та додаванні наповнювачів вихід збільшується. Відповідність нормам виходу забезпечує правильне планування продукції, контроль витрат та точне визначення калорійності страв.

Умови та строки реалізації страв із яєць визначаються видом страви та способом їх термічної обробки. Варені яйця слід подавати протягом 4–6 годин після приготування при температурі 60-65°C або охолодженими до +2-+6°C у випадку салатів та фаршированих яєць. Омлети та запіканки краще реалізовувати протягом 2-4 годин після приготування, зберігаючи температуру +60°C, щоб запобігти втраті консистенції та поживних речовин. Салати та холодні закуски на основі яєць реалізуються протягом 12-24 годин у холодильнику при температурі +2-+6°C. Страви не можна зберігати при кімнатній температурі більше 2 годин, щоб уникнути розвитку патогенних мікроорганізмів.

Контроль дотримання вимог до якості, норм виходу та умов зберігання забезпечує безпечність, органолептичні властивості та стабільність готових страв із яєць. У закладах ресторанного господарства ці показники є ключовими для забезпечення високого рівня обслуговування, підтримання стандартів харчової безпеки та задоволення споживачів.

8.Значення страв з сиру в харчуванні

Страви з сиру є важливою складовою харчування завдяки високій біологічній цінності, насиченому складу поживних речовин та універсальності використання у кулінарії. Вони забезпечують організм білком, кальцієм, фосфором, вітамінами групи В, А та D, а також жирними кислотами, необхідними для нормального обміну речовин. Завдяки цьому страви з сиру займають важливе місце як у щоденному раціоні, так і у дієтичному, дитячому та оздоровчому харчуванні.

Сир є концентрованим джерелом білка, який характеризується високою засвоюваністю (приблизно 95 %). Білки сиру містять усі необхідні амінокислоти, що робить його цінним для відновлення тканин, підтримки м'язової маси та загального обміну речовин. Крім того, білки сиру здатні утворювати желеподібну структуру при нагріванні або змішуванні з іншими інгредієнтами, що широко використовується у приготуванні запіканок, суфле, сирників та соусів.

Сир містить значну кількість кальцію та фосфору, які необхідні для формування та зміцнення кісткової тканини, зубів, а також підтримки нормальної роботи серцево-судинної системи. Вітаміни групи В у складі сиру беруть участь у регуляції обміну речовин та підтримці нервової системи, а жиророзчинні вітаміни А та D забезпечують нормальний стан шкіри, кісток і зору. Жири сиру додають енергетичної цінності стравам та впливають на їх смакові якості, роблячи текстуру м'якою і кремовою.

Страви з сиру мають широку **кулінарну цінність**. Вони використовуються як самостійні страви – сирники, запіканки, сирні котлети, фарширований сир, а також як компоненти складних страв, гарнірів, начинок для пирогів, соусів та десертів. Використання сиру дозволяє урізноманітнити раціон, підвищити ситність і поживність страв, забезпечити збалансоване поєднання білків та жирів.

Значення страв із сиру також полягає у їх здатності впливати на органолептичні властивості страв: вони надають ніжного смаку, приємного аромату та кремоподібної текстури. Завдяки універсальності застосування сир є базовим інгредієнтом у дієтичному, дитячому та оздоровчому харчуванні, а також у меню закладів ресторанного господарства, кондитерських цехів та громадського харчування.

9.Страви із сиру свіжого

Страви із свіжого сиру займають важливе місце у харчуванні та кулінарії завдяки високій біологічній цінності продукту, насиченому складу білка, вітамінів та мінералів. Світлий, ніжний, кремоподібний сир містить повноцінний білок, кальцій, фосфор, магній та вітаміни групи В, що робить його цінним для

росту і розвитку організму, зміцнення кісток, нормалізації роботи серцево-судинної та нервової систем.

Свіжий сир широко використовується як основа для **самостійних страв**. До них належать сирники, запіканки, сирні котлети та сирні маси. Сирники готують із поєднання сиру з яйцями, цукром і невеликою кількістю борошна, що дозволяє отримати ніжну, повітряну структуру після смаження на сковороді або запікання у духовці. Запіканки поєднують сир із фруктами, ягодами, манкою або овочами, що підвищує харчову цінність страви та різноманітність смаку. Сирні котлети готують із сиру, доданого до яєць і панірувальних компонентів, що забезпечує форму і соковитість під час термічної обробки.

Свіжий сир також використовується для **холодних страв і закусок**. Це можуть бути сирні салати з овочами та зеленню, фарширований сир із добавками (зелень, яйця, морепродукти), сирні пасти або креми для бутербродів та закусок. Завдяки м'якій текстурі та здатності до поєднання з різними інгредієнтами, свіжий сир забезпечує збалансованість смаку та поживних властивостей.

Важливою характеристикою страв із свіжого сиру є **збереження його фізико-хімічних властивостей**: ніжної консистенції, м'якого смаку, відсутності сторонніх запахів і гіркоти. Для гарячих страв контроль температури дозволяє уникнути пересушування і втрати вологи, що зберігає приємну текстуру і соковитість. Холодні страви зберігають всю свіжість і харчову цінність сиру, тому особлива увага приділяється умовам зберігання при температурі +2-+6°C.

Страви із свіжого сиру відзначаються універсальністю, високою поживною цінністю та широким спектром кулінарного застосування. Вони забезпечують збалансоване харчування, різноманітність смакових відтінків, декоративність подачі та легко поєднуються з іншими інгредієнтами, що робить їх невід'ємною частиною меню закладів ресторанного господарства та домашнього харчування.

10. Асортимент, кулінарна характеристика холодних страв із свіжого сиру

Холодні страви із свіжого сиру займають особливе місце в кулінарії завдяки високій поживній цінності, насиченому складу білка, кальцію, вітамінів та мінералів. Вони широко використовуються як закуски, салати, бутербродні наповнювачі або десертні страви в закладах ресторанного господарства та громадського харчування.

Асортимент холодних страв із свіжого сиру досить широкий. Серед основних груп можна виділити: сирні салати, сирні пасти, фаршировані сирні вироби, креми та десерти. Салати із сиру часто поєднують із свіжими овочами, зеленню, фруктами, яйцями, морепродуктами або м'ясними продуктами. Такі

поєднання забезпечують збалансованість білків, жирів і вуглеводів, а також різноманітність смакових та ароматичних характеристик страви.

Сирні пасти та креми готують шляхом змішування свіжого сиру із вершками, сметаною, зеленню, прянощами, часником, горіхами або фруктами. Вони використовуються для намазування на хліб, крекери, тости або як начинка для рулетів і канапе. Структура пасти повинна бути однорідною, ніжною, кремоподібною, без грудок, а смак – збалансованим, без сторонніх запахів і гіркоти.

Фаршировані сирні вироби включають яйця, перець або томати, начинені сумішшю свіжого сиру з додатковими інгредієнтами – зеленню, яйцем, рибою, м'ясом або овочами. Такі страви використовуються на бенкетах, фуршетах та як закуска до холодних напоїв. Вони мають привабливий вигляд, ніжну текстуру та насичений смак.

Особлива група – **десертні страви із сиру**, серед яких сирники охолоджені, сирні креми, сирні торти та муси. Використання свіжого сиру в десертах дозволяє отримати ніжну текстуру, легку кислинку та приємний аромат. Такі страви подаються охолодженими, часто з ягодами, фруктами або соусами, що підвищує їх органолептичну привабливість.

Кулінарна характеристика холодних страв із сиру визначається текстурою, смаком та зовнішнім виглядом. Вони повинні мати однорідну, ніжну або кремоподібну структуру, приємний смак без гіркоти або сторонніх запахів, свіжий аромат молочної продукції та привабливе оформлення для подачі. Важливо дотримуватися температурних умов зберігання – +2-+6°C, що дозволяє зберегти харчову цінність, безпеку і свіжість страви.

Холодні страви із свіжого сиру відзначаються універсальністю, високою харчовою цінністю, різноманітним смаку та широким спектром використання, що робить їх важливим елементом меню закладів ресторанного господарства, кейтерингу та домашнього харчування.

11. Асортимент, кулінарна характеристика варених страв із свіжого сиру

Варені страви із свіжого сиру займають важливе місце у раціоні харчування завдяки високій харчовій цінності та збалансованому складу білків, жирів, мінералів і вітамінів. Вони включають білок сиру, кальцій, фосфор, магній, а також вітаміни групи В, які сприяють нормальному розвитку кісток, зубів, м'язів і підтримці нервової системи. Такі страви відзначаються легкою засвоюваністю, ніжною текстурою та високою органолептичною привабливістю, що робить їх популярними як у домашньому, так і в ресторанному харчуванні.

Асортимент варених страв із свіжого сиру включає вареники, галушки, пельмені з сирною начинкою та локшину з додаванням сиру. Найпоширенішими є вареники з сиром, які можуть готуватися із різними добавками – цукром, родзинками, ваніллю або зеленню та спеціями для солоних варіантів. Галушки з сиром зазвичай мають м'яку, ніжну структуру та подаються як гарнір або самостійна страва. Варені страви із сиру можуть включати солодкі або солоні варіанти, що дозволяє використовувати їх у різних видах меню – від дитячого та дієтичного до святкового чи ресторанного.

Технологія приготування таких страв включає підготовку сирної маси, формування порцій та термічну обробку шляхом варіння у підсоленій воді або на парі. Сирна маса готується із свіжого сиру з додаванням яєць, цукру або спецій, залежно від виду страви. Важливо, щоб маса була однорідною та без грудок, що забезпечує рівномірне формування вареників або галушок. Під час варіння контролюють температуру та час: вода повинна бути доведена до кипіння, після чого страву опускають у воду та варять до готовності, зазвичай 5–10 хвилин для вареників і 3–5 хвилин для дрібних галушок.

Кулінарна характеристика варених страв із свіжого сиру визначається ніжною, однорідною структурою начинки, тонким, еластичним тістом та приємним смаком без сторонніх запахів. Начинка повинна залишатися соковитою, а тісто – не розвареним і не сухим. Солоні варіанти відрізняються легким смаком сиру, ароматом спецій і прянощів, а солодкі варіанти мають легку кислинку сиру та приємну солодкість від доданого цукру чи фруктів.

Варені страви із свіжого сиру подаються гарячими, зазвичай із сметаною, вершковим маслом, соусами, ягодами або медом залежно від рецептури та типу страви. Вони повинні зберігати свою форму, ніжність і соковитість до моменту подачі, що робить контроль часу і температури ключовим аспектом технологічного процесу.

Завдяки своїй універсальності, високій харчовій цінності та різноманітності смакових варіантів варені страви із свіжого сиру широко використовуються в меню закладів ресторанного господарства, кафе, кейтерингу та домашнього харчування.

12. Вимоги до якості, норми виходу, умови та строк реалізації страв

Вимоги до якості, норми виходу, умови та строки реалізації варених страв із свіжого сиру визначаються їх складом, технологією приготування та призначенням у раціоні харчування. Дотримання цих показників забезпечує безпеку, органолептичну привабливість і високу харчову цінність готових страв.

Вимоги до якості варених страв із свіжого сиру передбачають використання свіжого та добірного сиру без сторонніх запахів і присмаків, без ознак кисломолочного зсідання або плісняви. Тісто для вареників або галушок повинно бути еластичним, м'яким і однорідним, без тріщин, щоб під час варіння зберігалася форма виробу. Начинка має бути однорідною, ніжною, соковитою та без грудок, з характерним смаком свіжого сиру. Солоні варіанти повинні мати легку солоність і приємний аромат спецій, солодкі – м'яку кислинку та природну солодкість, збалансовану з доданим цукром чи фруктами.

Норми виходу варених страв визначаються рецептурою та видом страви. Наприклад, вареники з сиром після варіння дають приблизно 90-95 % від маси начинки та тіста, галушки – 85-90 %, а дрібні солодкі або фруктові вареники – 80-85 %. Дотримання норм виходу важливе для планування обсягів продукції, контролю витрат сировини та визначення порційності, що забезпечує економічну ефективність виробництва та точність у розрахунках калорійності страв.

Умови реалізації варених страв передбачають підтримку температури та термінів зберігання, що забезпечують безпеку та збереження органолептичних властивостей. Страви подаються гарячими, безпосередньо після варіння або повторного підігрівання до температури +60-+65 °С. Холодні залишки (наприклад, у дитячому або кейтеринговому меню) зберігаються при температурі +2-+6 °С у герметичних контейнерах. Повторне розігрівання допускається тільки один раз для запобігання втрати якості та розвитку мікроорганізмів.

Строк реалізації варених страв із свіжого сиру безпечний протягом 2-4 годин після приготування у гарячому вигляді. Холодні страви, які зберігаються у холодильнику, реалізуються протягом 12-24 годин залежно від додаткових інгредієнтів: фруктів, яєць або спецій. Страви не можна залишати при кімнатній температурі понад 2 години, оскільки це підвищує ризик мікробіологічного забруднення.

Контроль дотримання вимог до якості, норм виходу, умов і строків реалізації гарантує безпечність, харчову цінність та високі органолептичні показники варених страв із свіжого сиру, що є критичним для закладів ресторанного господарства, кейтерингу та громадського харчування.

13.Вимоги санітарії та особистої гігієни

Вимоги санітарії та особистої гігієни у закладах ресторанного господарства є ключовим чинником забезпечення безпеки харчових продуктів, збереження їх харчової цінності та запобігання харчовим отруєнням.

Дотримання санітарних норм спрямоване на запобігання переносу мікроорганізмів, патогенних бактерій, паразитів та інших шкідливих агентів, які можуть потрапити до готової продукції через сировину, обладнання, посуд, персонал або навколишнє середовище.

Особиста гігієна кухарів та обслуговуючого персоналу передбачає щоденне підтримання чистоти тіла, часте миття рук з милом перед початком роботи, після контакту з сирими продуктами, відходами або після відвідування туалету. Волосся повинно бути покрите шапочкою або сіткою, нігті коротко підстриженими, без лаку та декоративних елементів. Не допускається носіння прикрас, годинників, перснів, оскільки вони можуть бути джерелом забруднення або стати місцем накопичення мікробів. Одяг персоналу повинен бути чистим, спеціальним (костюм, фартух), змінюватися щоденно або частіше при забрудненні.

Дотримання правил санітарії у виробничих приміщеннях включає регулярне миття та дезінфекцію обладнання, робочих поверхонь, посуду та інвентарю. Посуд та ножі, які контактують із сирими продуктами, слід мити окремо від посуду для готової продукції, щоб уникнути перехресного забруднення. Підлоги, стіни та стелі повинні утримуватися в чистоті, а стоки і смітєві контейнери – регулярно очищатися і дезінфікуватися.

Сировина та продукти харчування зберігаються у відповідних температурних умовах (+2-+6°C для охолоджених продуктів, -18°C для заморожених), у герметичній упаковці, окремо від готової продукції. Не допускається використання продуктів із ознаками псування, стороннім запахом або пошкодженою упаковкою. Приготування продуктів здійснюється тільки із якісної сировини, дотримуючись технологічних режимів і норм обробки.

Особлива увага приділяється миттю рук під час роботи з сирогою рибою, м'ясом, яйцями, молочними продуктами та овочами, щоб запобігти розповсюдженню бактерій *Salmonella*, *Listeria*, *E. coli* та інших патогенів. Руки слід сушити одноразовими рушниками або стерильними тканинами.

Дотримання вимог санітарії та особистої гігієни є обов'язковим на всіх етапах виробництва: від приймання сировини до відпуску готової продукції. Це забезпечує безпеку страв, запобігає харчовим отруєнням, підтримує високу якість та довіру споживачів, а також відповідає державним стандартам і нормативним документам у сфері громадського харчування.

Тема 10. Технологія напівфабрикатів, страв та кулінарних виробів з риби і морепродуктів

План:

1. Значення рибних страв у харчуванні, їх класифікація за способом теплової обробки.
2. Енергетична цінність страв з риби.
3. Способи кулінарної обробки для приготування страв з риби.
4. Фізико-хімічні зміни в процесі теплової обробки риби.
5. Страви із риби.
6. Асортимент, кулінарна характеристика страв із риби: варених, припущених, смажених, тушкованих, запечених. Підбір гарнірів і соусів до рибних страв. Вимоги до якості, умови та строк реалізації страв з риби.
7. Натуральна січена, котлетна рибні маси.
8. Асортимент, кулінарна характеристика страв із натуральної січеної, котлетної рибної маси. Підбір гарнірів і соусів. Вимоги до якості, умови та строк реалізації.
9. Страви із морепродуктів.
10. Асортимент, кулінарна характеристика страв із нерибних морепродуктів. Підбір гарнірів і соусів. Вимоги до якості, умови та строк реалізації.

1.Значення рибних страв у харчуванні, їх класифікація за способом теплової обробки

Рибні страви займають важливе місце в харчуванні людини завдяки високій біологічній цінності риб'ячого білка, наявності незамінних амінокислот, поліненасичених жирних кислот (Омега-3), мінералів (кальцій, фосфор, йод, залізо) та вітамінів (А, D, групи В). Риба є легко засвоюваним продуктом, її білок засвоюється організмом на 90-95 %, що робить страви з риби цінними для підтримки м'язової маси, розвитку кісткової системи, нормальної роботи серцево-судинної системи та нервової діяльності.

Рибні страви широко використовуються в дієтичному, дитячому та оздоровчому харчуванні, оскільки риба містить невелику кількість насичених жирів і значну кількість полінасичених жирних кислот, які знижують ризик серцево-судинних захворювань та позитивно впливають на обмін речовин. Включення рибних страв у меню закладів ресторанного господарства забезпечує різноманітність смаку, підвищує поживну цінність раціону та дозволяє поєднувати страви з різними гарнірами, соусами та овочевими композиціями.

Класифікація рибних страв за способом теплової обробки є важливим етапом організації технологічного процесу приготування. За основними методами рибні страви поділяються на:

1. **Варені рибні страви** – включають рибні супи, юшки, рибні рулети та філе, приготовані шляхом варіння у воді або бульйоні. Варка забезпечує збереження білка та ніжної текстури, а також сприяє рівномірному прогріванню продукту.
2. **Смажені рибні страви** – риба готується на сковороді з додаванням масла або на відкритому вогні (гриль). Смаження надає страві апетитної скоринки, концентрує смак та аромат, проте потребує контролю температури, щоб уникнути пересушування і втрати харчової цінності.
3. **Тушковані рибні страви** – риба готується з додаванням невеликої кількості рідини, соусів або овочів. Тушкування забезпечує м'якість м'яса та насичений смак завдяки поєднанню риби з іншими інгредієнтами.
4. **Запечені рибні страви** – риба запікається у духовці або пароконвекційних печах, часто з овочами, спеціями та соусами. Запікання дозволяє отримати соковиту, ароматну страву з мінімальною кількістю жиру.
5. **Варено-смажені та інші комбіновані способи** – включають попереднє відварювання риби з подальшим смаженням або запіканням. Комбіновані способи дозволяють зберегти ніжність м'яса та додати ароматичну скоринку.

Така класифікація дозволяє раціонально організувати роботу рибного відділу гарячого цеху, визначити необхідне обладнання та температурні режими, а також забезпечити високу якість і безпеку готових страв. Вибір способу теплової обробки залежить від виду риби, рецептури страви, вимог до текстури та смаку.

Рибні страви відзначаються універсальністю та високою харчовою цінністю. Вони включаються як у щоденне меню, так і в святкові бенкетні пропозиції, забезпечують різноманітність смакових і текстурних характеристик страв та сприяють збалансованому харчуванню.

2. Енергетична цінність страв з риби

Енергетична цінність страв з риби визначається вмістом білків, жирів, вуглеводів та калорійністю готового продукту. Риба є джерелом повноцінного тваринного білка, який легко засвоюється організмом і сприяє відновленню тканин, росту м'язової маси та підтримці імунної системи. Білок риби містить всі незамінні амінокислоти в оптимальному співвідношенні, що підвищує харчову цінність страви порівняно з іншими продуктами тваринного походження.

Жирова складова рибних страв варіюється залежно від виду риби. Жирні сорти, такі як лосось, скумбрія, оселедець, містять значну кількість полінасичених жирних кислот Омега-3, які позитивно впливають на серцево-

судинну систему, знижують рівень холестерину та мають протизапальні властивості. Нежирні сорти, наприклад тріска, судак, хек, містять менше жирів, а отже, мають нижчу калорійність, що робить їх оптимальними для дієтичного та дитячого харчування.

Вуглеводи в рибі представлені в незначній кількості, основним джерелом енергії у стравах є білки та жири. Енергетична цінність готових страв залежить не тільки від виду риби, а й від способу приготування: смажені страви містять більше калорій через доданий жир, тушковані або варені – менше, а запечені з овочами або на пару – мінімально калорійні, при цьому зберігаючи всі корисні компоненти.

Таким чином, страви з риби забезпечують організм високоякісним білком, необхідними жирними кислотами та мінералами, при цьому їх енергетична цінність регулюється способом кулінарної обробки. Раціональне включення рибних страв у меню дозволяє підтримувати збалансоване харчування, забезпечувати достатнє споживання калорій та сприяє збереженню фізіологічних функцій організму.

3.Способи кулінарної обробки для приготування страв з риби

Для приготування страв із риби застосовують різноманітні способи кулінарної обробки, що забезпечують збереження харчової цінності, покращують смак, аромат, текстуру та зовнішній вигляд страви. Вибір способу обробки залежить від виду риби, рецептури, типу страви та вимог до меню закладу ресторанного господарства.

Варіння – один із найпоширеніших способів приготування риби, що дозволяє зберегти білок у доступній формі та забезпечує ніжну консистенцію м'яса. Риба вариться у воді, бульйоні або молоці, іноді з додаванням овочів, спецій і трав. Варіння підходить для приготування рибних супів, юшок, рулетів із риби та окремого філе. Температурний режим і тривалість варіння підбираються залежно від товщини шматків і сорту риби, щоб уникнути переварювання, яке призводить до втрати смаку та розпаду м'яса.

Смаження – спосіб обробки риби на відкритому вогні, сковороді або в духовці з додаванням олії. При смаженні формується апетитна скоринка, концентруються смак і аромат, але необхідно контролювати температуру, щоб м'ясо залишалось соковитим. Смаження застосовують для приготування філе, стейків, котлет, рибних рулетів та порційних шматків.

Тушкування передбачає приготування риби у невеликій кількості рідини, часто разом із овочами, соусами або спеціями. Тушкова риба зберігає соковитість, ніжну текстуру і насичений аромат. Цей спосіб підходить для

м'яких сортів риби, які легко розварюються, а також для поєднання з гарнірами у вигляді соусних страв.

Запікання – термічна обробка риби в духовій шафі або пароконвекційній печі. Запікання дозволяє отримати страву з мінімальним додаванням жиру, при цьому зберігаючи смак і харчову цінність. Риба запікається цілком, шматками або рулетами, часто з овочами, спеціями та соусами. Запечена риба має привабливий зовнішній вигляд, рівномірну готовність і ніжну структуру.

Парова обробка – щадний метод приготування, який забезпечує максимальне збереження білка, мінералів і вітамінів. Рибу готують на парі у спеціальних котлах або пароконвекційних печах. Страва виходить ніжною, соковитою і ароматною, з мінімальним використанням додаткового жиру.

Комбіновані способи включають поєднання кількох методів, наприклад, варіння з наступним смаженням або запікання. Такий підхід дозволяє зберегти ніжність м'яса, додати апетитну скоринку та підсилити аромат.

4. Фізико-хімічні зміни в процесі теплової обробки риби

Під час теплової обробки риби відбуваються комплексні фізико-хімічні зміни, що визначають органолептичні властивості страв, їх харчову цінність і безпеку. Ці процеси впливають на білки, жири, вуглеводи, воду та мінеральні речовини, що входять до складу рибного м'яса.

Білки риби є основним структурним компонентом м'яса і під час нагрівання зазнають денатурації. При варінні, смаженні або запіканні білки розкручуються, втрачають природну структуру і формують нові водно-білкові комплекси. Це призводить до ущільнення м'яса, зменшення його пружності і формування однорідної текстури. У процесі варіння білки частково переходять у бульйон, що сприяє збагаченню рідини смаковими та поживними компонентами. Надмірне нагрівання може призвести до пересушування та втрати соковитості, а також до зниження біологічної цінності білка.

Жири риби, особливо у жирних сортах, під час термічної обробки розпадаються на гліцерин і жирні кислоти, частина з яких утворює ароматичні сполуки. Омега-3 кислоти частково руйнуються при тривалому високотемпературному смаженні, тому способи щадної обробки, як тушкування або приготування на пару, зберігають більшу частину цінних жирних кислот. Втрата жиру під час смаження на олії або грилі впливає на калорійність страви та смакові характеристики.

Вода, яка становить 70-80 % маси м'яса риби, під час теплової обробки частково випаровується, що призводить до концентрації білків та солей і

уцільнення структури. Контроль температури і часу дозволяє зберегти оптимальний вміст вологи, уникнувши пересушування та втрати соковитості.

Мінерали та вітаміни зазнають часткових змін: водорозчинні вітаміни групи В частково переходять у рідину під час варіння, а жиророзчинні вітаміни (А, D, Е) зберігаються краще при запіканні та приготуванні на пару. Мінеральні елементи, як кальцій, фосфор і йод, залишаються у м'ясі або частково переходять у бульйон, що слід враховувати при плануванні харчової цінності страв.

Ароматичні сполуки формуються в процесі реакцій Майяра при смаженні та запіканні, а також унаслідок термічного розпаду жирів і білків, що визначає приємний запах і смак готової рибної страви.

5.Страви із риби

Риба є універсальним продуктом для приготування різноманітних страв у закладах ресторанного господарства, кафе та домашньому харчуванні. Вона використовується як основний інгредієнт у перших стравах, гарячих та холодних закусках, основних стравах та навіть у делікатесних стравах, що подаються на бенкетах. Основна перевага рибних страв полягає в їх високій харчовій цінності, легкій засвоюваності білка та наявності корисних жирів Омега-3, а також в універсальності поєднання з різними гарнірами, соусами та овочами.

Асортимент страв із риби включає:

1. **Перші страви** – рибні супи та юшки, які готуються із свіжої або замороженої риби. Вони можуть бути прозорими, наваристими або кремopodobними. Прозорі супи виготовляють із риби з мінімальною жирністю, додаючи овочі, зелень і спеції. Наварані супи готують із жирних сортів риби та додають крупи або макаронні вироби. Крем-супи отримують шляхом пюрирування інгредієнтів, що надає їм однорідної текстури.
2. **Гарячі страви** – це основні страви з риби, приготовані різними способами: варінням, тушкуванням, смаженням, запіканням, приготуванням на пару або комбінованими методами. До них відносяться рибні котлети, філе в клярі, рулети з риби, стейки, запечена риба та тушковані порції з овочами або соусами. Спосіб приготування обирається залежно від сорту риби, рецептури та бажаного смакового профілю.
3. **Холодні закуски** – рибні заливні, паштети, рулети та маринована риба. Ці страви готуються заздалегідь і подаються охолодженими. Вони часто використовуються у бенкетному меню, святкових та дієтичних комплексах.
4. **Салати та закуски** – риба є основним компонентом у салатах типу «Оселедець під шубою», «Салат з копченою рибою» або у легких овочевих

салатах із додаванням рибного філе. Такі страви поєднують білок, жири та вуглеводи, забезпечуючи збалансованість харчування.

5. **Делікатесні та святкові страви** включають фаршировану рибу, рибні терини, рулети, холодець із риби та страви з морепродуктів. Вони мають високу органолептичну привабливість, естетичне оформлення та різноманітність смакових композицій.

Рибні страви характеризуються високим вмістом білка, низькою калорійністю в залежності від сорту риби та способу приготування, ніжною текстурою та приємним ароматом. Вони широко використовуються як у щоденному меню, так і для святкових та бенкетних пропозицій, сприяючи різноманітності харчування, задоволенню смакових переваг споживачів і підтриманню збалансованого раціону.

6. Асортимент, кулінарна характеристика страв із риби: варених, припущених, смажених, тушкованих, запечених. Підбір гарнірів і соусів до рибних страв. Вимоги до якості, умови та строк реалізації страв з риби

Асортимент страв із риби в закладах ресторанного господарства є широким і різноманітним, що зумовлено біологічними особливостями риби, її текстурою, жирністю, смаковими якостями та можливістю поєднання з різними гарнірами і соусами. Основними способами кулінарної обробки риби є варіння, припускання, смаження, тушкування та запікання, що визначає їх текстуру, смак і зовнішній вигляд.

Варені рибні страви включають супи, юшки, рибні рулети та порційні шматки риби. Варіння забезпечує збереження білка у доступній формі, ніжну текстуру м'яса та рівномірне прогрівання продукту. Бульйони та супи можна готувати прозорими або наваристими, з додаванням овочів, круп та спецій. Варена риба подається з легкими гарнірами, наприклад, відварною картоплею, рисом або овочами, і заправляється вершковим або лимонним соусом.

Припущені страви готуються шляхом нетривалого нагрівання риби у невеликій кількості рідини (води, бульйону, вина) при контролі температури до 80-90 °С. Цей метод дозволяє зберегти ніжність м'яса, аромат та колір продукту. Припущена риба часто подається з легкими овочевими гарнірами та соусами на основі білого вина, вершків або лимонного соку, що підкреслюють смак страви.

Смажені рибні страви мають високу органолептичну привабливість завдяки золотистій скоринці, що формується при обробці на сковороді, грилі або в духовці з додаванням масла. Смажена риба може готуватися у вигляді порційного філе, котлет або рулетів. Для таких страв підбирають легкі гарніри: картопляне пюре, смажені овочі, рис, гречка, а також соуси, що підкреслюють смак риби – вершкові, лимонні, томатні, пряні трав'яні.

Тушковані рибні страви готують у невеликій кількості рідини, часто з додаванням овочів, томатної пасти, вина або вершків. Тушкована риба виходить соковитою, ароматною, з насиченим смаком. Гарніри до тушованої риби підбирають м'які, добре вбираючі соуси – картопляне пюре, овочеві рагу, круп'яні суміші. Соуси для тушованої риби можуть включати вершково-томатні, трав'яні або легкі соуси з цитрусових.

Запечені рибні страви отримують шляхом приготування риби у духових або пароконвекційних печах, часто в поєднанні з овочами, спеціями та соусами. Запікання дозволяє зберегти натуральну соковитість, аромат і колір м'яса. Запечена риба добре поєднується з овочевими гарнірами на пару, відварною картоплею, рисом або зерновими сумішами. Соуси подаються окремо або як основа для запікання – вершкові, лимонні, томатні, соєві, трав'яні.

Вимоги до якості страв із риби передбачають використання свіжої, охолодженої або правильно розмороженої сировини без сторонніх запахів, слизу, пошкоджень або ознак псування. М'ясо повинно бути ніжним, однорідним за консистенцією, з характерним ароматом риби. Під час приготування необхідно забезпечувати контроль температури, часу та способу обробки, щоб зберегти білок, вітаміни та мінерали.

Умови та строки реалізації залежать від способу обробки і виду страви. Варені та тушковані рибні страви реалізуються відразу після приготування або після короткого підігрівання (не більше 2-4 годин). Смажені та запечені страви подають гарячими одразу після термічної обробки. Холодні закуски з риби зберігаються при температурі +2-+6 °С до 12-24 годин у герметичних контейнерах.

Раціональне поєднання способів приготування, підбору гарнірів та соусів забезпечує високу органолептичну якість страв, задоволення смакових потреб споживачів і збалансованість харчування.

7.Натуральна січена, котлетна рибні маси

Натуральна січена та котлетна рибні маси є основою для виготовлення різноманітних рибних кулінарних виробів, таких як котлети, биточки, рулети, тефтелі та фрикадельки. Вони забезпечують рівномірну текстуру страви, зручність формування порцій та високу органолептичну якість.

Натуральна січена рибна маса отримується шляхом подрібнення свіжого або охолодженого рибного філе до однорідної консистенції без додавання інших інгредієнтів. Використовують рибу нежирних та середньожирних сортів – тріску, хек, судак, морську камбалу. М'ясо нарізають або пропускають через м'ясорубку, зберігаючи структуру м'яса та натуральний смак. Натуральна січена

маса застосовується для приготування відварних або тушкованих котлет, рулетів, порційних шматків риби, при цьому вона може доповнюватися спеціями та невеликою кількістю рідких добавок, таких як яйця чи молоко, для поліпшення зв'язування.

Котлетна рибна маса – це спеціально підготовлена січена маса, до якої додають зв'язуючі та смакові компоненти: хлібні крихти або сухарі, молоко або вершки, яйця, сіль, спеції, зелень. Ці добавки забезпечують стабільність форми котлет під час смаження, запікання або тушкування, запобігають розпаду маси та утворюють однорідну м'яку структуру готового виробу. Котлетна маса може формуватися вручну або за допомогою спеціального обладнання для виробництва порційних рибних котлет, що підвищує продуктивність у закладах ресторанного господарства.

Підготовка маси передбачає контроль консистенції та рівномірного подрібнення, щоб уникнути утворення грубих волокон і неоднорідності. Оптимальна консистенція забезпечує легкість формування, збереження соковитості та однорідний смак страви. Для поліпшення органолептичних властивостей котлетної маси застосовують приправи, зелень, лимонний сік, що підкреслює природний аромат риби.

Технологічні вимоги до маси включають використання свіжої сировини, підтримання оптимальної температури (охолодженої маси) та дотримання санітарно-гігієнічних норм під час обробки і зберігання. Готові котлетні вироби з натуральної маси смажать, тушкують або запікають безпосередньо перед відпуском, щоб зберегти поживні властивості та смакові якості.

Натуральна січена та котлетна маса дозволяє отримувати рибні страви різної форми та текстури, які легко поєднувати з гарнірами і соусами. Це робить її універсальним компонентом у меню закладів ресторанного господарства, сприяючи збалансованості харчування та підвищенню кулінарної привабливості страв.

8. Асортимент, кулінарна характеристика страв із натуральної січеної, котлетної рибної маси. Підбір гарнірів і соусів. Вимоги до якості, умови та строк реалізації

Страви з натуральної січеної та котлетної рибної маси займають значне місце в асортименті кулінарних виробів закладів ресторанного господарства, забезпечуючи різноманітність меню, поживність та легку засвоюваність. Вони відрізняються ніжною текстурою, рівномірним розподілом білка та можливістю створення страв різної форми, що сприяє естетичному оформленню подачі.

Асортимент страв із натуральної січеної рибної маси включає відварні або тушковані котлети, тефтелі, рулети, порційні шматки риби. Натуральна

січена маса дозволяє отримувати вироби з однорідною текстурою, що зберігає натуральний смак риби та аромат. Вона використовується для приготування легких дієтичних страв та страв для дитячого та лікувального харчування. Натуральна січена маса також застосовується для формування рулетів із начинкою з овочів, яєць або грибів, що дозволяє варіювати смак і зовнішній вигляд виробу.

Страви з котлетної рибної маси характеризуються стабільною формою та м'якою текстурою завдяки додаванню зв'язуючих компонентів – хлібних крихт, яєць, молока або вершків. Асортимент включає смажені котлети, запечені порційні вироби, тушковані рибні биточки, рибні тефтелі в соусі. Використання спецій, зелені та ароматичних добавок підкреслює смак риби та робить страву більш привабливою для споживачів. Котлетна маса дозволяє виготовляти вироби різних форм – круглі, овальні, продовгуваті, що важливо для святкових і бенкетних меню.

Підбір гарнірів до страв із січеної та котлетної маси залежить від способу приготування риби та її текстури. Варені та тушковані вироби добре поєднуються з відварною картоплею, пюре, рисом, овочевим рагу, гречаною або вівсяною кашею. Смажені та запечені котлети подають із смаженою картоплею, овочами на грилі або запеченими овочами, що підкреслює смак риби та створює гармонійний зовнішній вигляд страви.

Соуси та заправки до рибних виробів підбирають з урахуванням смакових характеристик риби і методу приготування. Вареним і тушкованим котлетам підходять вершкові, лимонні, трав'яні та томатні соуси, що зберігають соковитість і аромат. Смажені вироби часто подають із соусами на основі вершків, сметани, томату або цитрусових, що підсилюють апетитність і відтіняють смак скоринки.

Вимоги до якості включають використання свіжої, охолодженої або правильно розмороженої риби без сторонніх запахів і ознак псування. Масу повинна характеризуватися однорідною консистенцією, без грубих волокон, сторонніх включень і грудок. Готові страви повинні мати приємний аромат, апетитний зовнішній вигляд, однорідну текстуру, соковитість і характерний смак риби.

Умови та строк реалізації залежать від способу приготування. Варені та тушковані котлети реалізують відразу після приготування або після короткого підігрівання (не більше 2-4 годин). Смажені та запечені вироби подають гарячими одразу після приготування. Приготовані котлети і тефтелі зберігаються у холодильнику при температурі +2-+6 °С до 12-24 годин у герметичних контейнерах.

Раціональне поєднання асортименту страв, способів обробки, гарнірів і соусів забезпечує високу органолептичну якість рибних виробів, сприяє збалансованому харчуванню та задоволенню смакових потреб споживачів.

9.Страви із морепродуктів

Страви з морепродуктів займають важливе місце в сучасному меню закладів ресторанного господарства, оскільки вони відрізняються високою харчовою цінністю, низькою калорійністю, ніжною текстурою та багатим смаковим букетом. До морепродуктів відносять рибу морських і океанічних видів, молюсків, ракоподібних, кальмарів, мідій, креветок, устриць та восьминогів. Вони забезпечують організм білком високої біологічної цінності, поліненасиченими жирними кислотами, мінералами та вітамінами, що робить їх популярними в дієтичному та здоровому харчуванні.

Асортимент страв із морепродуктів включає холодні та гарячі закуски, перші та другі страви, салати, гарніри та бенкетні делікатеси. Холодні закуски готують із варених або маринованих молюсків, ракоподібних і риби, часто поєднуючи їх із овочами, зеленню, соусами на основі майонезу або йогурту. Гарячі страви включають тушковані, смажені, запечені та приготовані на пару морепродукти, які можуть подаватися окремо або в складі складних кулінарних композицій, таких як паелья, рибні супи з морепродуктами, морський асорті в соусі.

Технологія приготування передбачає вибір способу обробки залежно від виду морепродукта. Тушкування дозволяє отримати ніжну консистенцію, запікання зберігає природний аромат і форму, смаження на відкритому вогні або у фритюрі формує апетитну скоринку, а приготування на пару максимально зберігає корисні речовини. Для ракоподібних і молюсків часто використовують бланшування або коротке варіння, щоб уникнути переварювання, яке робить м'ясо гумовим.

Підбір гарнірів і соусів до страв із морепродуктів залежить від способу приготування та смакових характеристик продукту. Легкі овочеві гарніри, крупи, паста, картопляне пюре або салати з цитрусовими підкреслюють ніжність морепродуктів. Соуси зазвичай використовують вершкові, лимонні, томатні або на основі білого вина, які підсилюють аромат та смак, не пригнічуючи натурального смакового профілю морепродукта.

Вимоги до якості та умови зберігання передбачають використання свіжої або правильно розмороженої продукції без сторонніх запахів та ознак псування. Готові страви повинні мати однорідну текстуру, характерний аромат морепродуктів, привабливий зовнішній вигляд. Термін реалізації гарячих страв

зазвичай обмежується 2-4 годинами після приготування, а охолоджені закуски зберігають у холодильнику при температурі +2-+6 °С до 12-24 годин.

Страви з морепродуктів забезпечують різноманітність меню, високі органолептичні та харчові показники, сприяють здоровому харчуванню та задоволенню смакових потреб споживачів.

10. Асортимент, кулінарна характеристика страв із нерибних морепродуктів. Підбір гарнірів і соусів. Вимоги до якості, умови та строк реалізації

Асортимент страв із нерибних морепродуктів у закладах ресторанного господарства є дуже різноманітним і включає молюсків (мідії, кальмари, восьминоги, устриці), ракоподібних (креветки, краби, раки) та інші морепродукти, які не належать до класу риб. Такі страви відзначаються високою харчовою цінністю, низьким вмістом калорій, високою біологічною цінністю білка та багатством мінеральних речовин і поліненасичених жирних кислот. Нерибні морепродукти широко використовуються у складі холодних закусок, гарячих страв, салатів, супів, запіканок, а також для створення бенкетних і делікатесних позицій меню.

Асортимент страв із нерибних морепродуктів включає:

- 1. Холодні закуски:** салати з креветок, кальмарів або восьминога, мариновані та бланшовані мідії, ракоподібні у желе. Такі страви часто використовують у бенкетному меню та святкових комплексах. Вони характеризуються ніжною текстурою, яскравим смаком і привабливим зовнішнім оформленням.
- 2. Гарячі страви:** тушковані, смажені, запечені або приготовані на пару морепродукти. Смажені креветки, кальмари в клярі або запечені восьминоги мають апетитну скоринку, зберігаючи соковитість та ніжність м'яса. Тушковані морепродукти у вершкових, томатних або пряних соусах відзначаються насиченим смаком і ароматом.
- 3. Супи та бульйони:** основою є молюски, креветки або кальмари, які додають у рибні бульйони або овочеві супи. Ці страви багаті білком, мінералами та ароматичними сполуками, що формують насичений смаковий букет.
- 4. Делікатесні страви та бенкетні позиції:** фаршировані кальмари, рулети з восьминога, запечені мідії, страви з морського асорті. Вони відзначаються високою органолептичною привабливістю, естетичною подачею та різноманіттям смакових поєднань.

Технологія приготування нерибних морепродуктів передбачає врахування їх специфічної текстури та біохімічних особливостей. Кальмари,

восьминоги та креветки зазвичай вимагають короткого термічного впливу, щоб уникнути пересушування або гумової текстури. Припущення у бульйоні або на парі дозволяє зберегти ніжність, а смаження або запікання додає смакової насиченості та апетитної скоринки. Молюски і ракоподібні часто бланшують перед додаванням у салати або соуси, щоб зберегти натуральний колір і текстуру.

Підбір гарнірів і соусів залежить від виду морепродукта і способу приготування. Легкі овочеві гарніри, рис, паста, картопляне пюре або салати з цитрусовими підкреслюють ніжний смак морепродуктів. Соуси вибирають на основі вершків, масла, лимонного соку, білого вина або томатної пасти. Тушковані та запечені морепродукти добре поєднуються з соусами на основі трав, вершків або легких томатних соусів, а смажені вироби часто подають із кисло-солодкими або цитрусовими соусами, які підкреслюють аромат скоринки.

Вимоги до якості страв включають використання свіжої або правильно розмороженої продукції без сторонніх запахів і ознак псування. Готові страви повинні мати однорідну текстуру, характерний аромат морепродукта, соковитість і привабливий зовнішній вигляд.

Умови та строк реалізації: гарячі страви реалізують безпосередньо після приготування, охолоджені закуски зберігають при температурі +2–+6 °С до 12–24 годин. Правильне зберігання і швидке відпускання страв дозволяє зберегти органолептичні та харчові властивості продукції, забезпечити безпеку і високу якість для споживачів.

Тема 11. Технологія напівфабрикатів, страв та кулінарних виробів з м'яса та субпродуктів

План:

1. Значення м'ясних страв у харчуванні.
2. Класифікація гарячих м'ясних страв за способом теплової обробки.
3. Поєднання м'яса із овочами, бобовими, крупами, макаронними виробами.
4. Характеристика змін м'яса у процесі теплової обробки.
5. Температура при подаванні готових м'ясних страв.
6. Страви з м'яса і субпродуктів.
7. Загальні правила варіння м'яса.
8. Асортимент, характеристика варених, смажених, запечених, тушкованих страв із м'яса і субпродуктів. Підбір гарнірів, соусів, посуду для подавання страв. Вимоги до якості, умови та строк реалізації. запечених страв із м'яса і субпродуктів.
9. Страви з січеної натуральної та котлетної маси з м'яса.
10. Технологія приготування натуральної січеної маси м'яса.
11. Асортимент, характеристика страв з січеної натуральної маси м'яса.
12. Технологія приготування котлетної маси м'яса.
13. Асортимент, характеристика страв з котлетної маси м'яса. Підбір гарнірів, соусів, посуду для подавання страв.
14. Вимоги до якості, умови та строк реалізації.

1.Значення м'ясних страв у харчуванні

М'ясні страви відіграють ключову роль у харчуванні людини, оскільки є основним джерелом повноцінного білка, необхідного для росту, розвитку та підтримання життєвих функцій організму. Білок м'яса містить всі незамінні амінокислоти, що забезпечує високу біологічну цінність і ефективність у формуванні тканин організму, синтезі ферментів, гормонів та антитіл. Крім того, м'ясо є джерелом вітамінів групи В, особливо В₁, В₂, В₆ та В₁₂, які беруть участь у процесах енергетичного обміну та нормалізації функцій нервової системи.

М'ясні продукти містять важливі макро- та мікроелементи: залізо, цинк, фосфор, калій, селен. Залізо з м'яса засвоюється організмом ефективніше, ніж рослинне, і сприяє профілактиці анемії. Цинк підтримує імунну систему, фосфор та калій забезпечують нормальне функціонування серцево-судинної системи та кісткової тканини. Селен виконує антиоксидантну функцію, захищаючи клітини від окисного стресу.

М'ясні страви різноманітні за формою, способом обробки та органолептичними характеристиками, що дозволяє включати їх у щоденне харчування людей різного віку та фізичної активності. У закладах ресторанного господарства м'ясо використовується для приготування відварних, тушкованих,

смажених, запечених, фаршированих, панірованих і комбінованих страв. Це дозволяє варіювати калорійність, текстуру та смак готових виробів, забезпечуючи задоволення харчових потреб споживачів.

М'ясні страви мають значення не лише як джерело білка, а й як фактор формування смакових звичок та культури харчування. Їх використання сприяє збалансованості раціону, поєднанню з овочевими гарнірами, крупами, бобовими, що підвищує засвоюваність поживних речовин. Вибір виду м'яса (яловичина, свинина, птиця, баранина) і способу його обробки дозволяє регулювати калорійність та жирність страв, що важливо для дієтичного харчування.

Крім того, м'ясні страви забезпечують органолептичне задоволення завдяки багатому смаковому профілю та аромату, що підвищує апетит і стимулює травлення. Використання різних кулінарних методів, маринадів, спецій і соусів дозволяє створювати страви з унікальним смаковим характером, що сприяє популяризації м'яса у повсякденному та святковому меню.

2.Класифікація гарячих м'ясних страв за способом теплової обробки

Гарячі м'ясні страви відрізняються великою різноманітністю, що обумовлено особливостями сировини, способом теплової обробки та кулінарними традиціями. Класифікація гарячих м'ясних страв за способом теплової обробки дозволяє систематизувати процеси приготування, забезпечити оптимальні умови збереження харчових і органолептичних властивостей та підвищити якість готової продукції у закладах ресторанного господарства.

Варені м'ясні страви готуються шляхом повного або часткового занурення м'яса у воду або бульйон при температурі 85-100 °С. До цієї групи належать відварні шматки м'яса, бульйони, холодець, фаршировані м'ясні рулети. Варіння дозволяє зберегти білок, робить м'ясо м'яким і ніжним, сприяє збагаченню рідини смаковими та поживними речовинами, що утворюють бульйон. Часткове варіння застосовують для підготовки м'яса перед смаженням або тушкуванням.

Тушковані страви отримують шляхом тривалого теплового впливу на м'ясо у невеликій кількості рідини або під кришкою, що створює умови для повільного прогрівання та розщеплення колагену. Тушковане м'ясо відрізняється соковитістю, ніжною структурою та насиченим смаком, оскільки в процесі приготування рідина, спеції та овочі проникають у тканини м'яса. Приклади – гуляш, рагу, бефстроганов, тефтелі в соусі.

Смажені страви включають вироби, що готуються на відкритому вогні, у жаровій камері, на сковороді з невеликою або великою кількістю жиру. Смаження дозволяє утворювати апетитну скоринку, інтенсивний аромат і

підвищує органолептичну привабливість. До цієї категорії належать відбивні, котлети, биточки, стейки, шашлики. Особливе місце займає смаження без жиру (гриль), яке дозволяє знизити калорійність страви і зберегти натуральний смак м'яса.

Запечені та гратеновані страви готують у духових шафах або печах при температурі 160-220 °С. Запікання забезпечує рівномірний прогрів м'яса, збереження соковитості та формування золотистої скоринки. До цієї групи входять рулети, фаршироване м'ясо, запечені стейки та котлети.

Комбіновані способи обробки поєднують кілька методів теплової обробки, наприклад, попереднє відварювання або припускання з подальшим смаженням або запіканням. Це дозволяє скоротити час приготування, забезпечити ніжну структуру та насичений смак готової страви.

Класифікація за способом теплової обробки допомагає не лише організувати технологічний процес у гарячому цеху, а й забезпечити дотримання вимог до якості, збереження харчової цінності, структури та смакових характеристик м'ясних страв.

3. Поєднання м'яса із овочами, бобовими, крупами, макаронними виробами

Поєднання м'яса з овочами, бобовими, крупами та макаронними виробами є основою збалансованого харчування та широко використовується у закладах ресторанного господарства для створення різноманітного та повноцінного меню. Такі поєднання дозволяють збалансувати білки, жири, вуглеводи та мінеральні речовини в одній страві, підвищуючи її харчову цінність та засвоюваність.

М'ясо з овочами використовується для приготування тушкованих страв, рагу, запіканок, супів та гарячих закусок. Овочі надають страві не лише вітамінів і мінералів, а й аромат, колір та текстурне різноманіття. Наприклад, поєднання яловичини або свинини з морквою, цибулею, болгарським перцем та томатом утворює насичений смаковий профіль, а гарнір з тушкованих овочів підкреслює соковитість м'яса. Крім того, овочі забезпечують клітковину, що сприяє кращому травленню.

М'ясо з бобовими (квасоля, горох, сочевиця) є високопротеїновою комбінацією, що поєднує білок тваринного та рослинного походження. Такі страви мають високу насичувальну здатність та підходять для збалансованого харчування. Приклади включають гуляш із квасолею, рагу з м'ясом і сочевицею, супи з м'ясними фрикадельками та бобовими. Бобові продукти підвищують харчову цінність, збагачують страву клітковиною, вітамінами групи В та мінералами.

М'ясо з крупами (рис, гречка, перлова, вівсяна) широко застосовується для приготування пловів, каш із м'ясом, запіканок, котлет із додаванням круп. Крупи виконують функцію гарніру, забезпечують енергетичну цінність страви та створюють збалансовану текстуру. Наприклад, поєднання курячого філе з рисом і овочами утворює легку та поживну страву, що добре засвоюється.

М'ясо з макаронними виробами включає пасту, локшину, равіолі та лазанью, де м'ясо виступає основним білковим компонентом. Такі поєднання збагачують меню італійськими та європейськими стравами, дозволяючи створювати як прості повсякденні страви, так і святкові композиції. Макаронні вироби забезпечують вуглеводи, що додають енергії, а соуси з овочами та спеціями підкреслюють смак м'яса.

Раціональне поєднання м'яса з овочами, бобовими, крупами та макаронними виробами дозволяє формувати страви з високою харчовою та енергетичною цінністю, насиченим смаком і привабливим зовнішнім виглядом, що важливо для закладів ресторанного господарства та задоволення потреб споживачів.

4.Характеристика змін м'яса у процесі теплової обробки

У процесі теплової обробки м'ясо зазнає комплекс фізико-хімічних та біохімічних змін, які впливають на його смак, аромат, консистенцію та харчову цінність. Основними процесами є денатурація білків, розпад колагену, втрата вологи та зміни жирових компонентів.

Денатурація білків відбувається при нагріванні м'яса, що призводить до руйнування третинної та вторинної структури білків і зміни їх фізичних властивостей. Це проявляється ущільненням м'язових волокон, втратами води та збільшенням щільності м'яса. Денатуровані білки краще засвоюються організмом, але надмірний нагрів призводить до сухості та жорсткості готової страви.

Розпад сполучної тканини є ключовим фактором у формуванні ніжності м'яса. Колаген під впливом температури перетворюється на желатин, що робить тушковане або варене м'ясо м'яким та соковитим. Інтенсивність цього процесу залежить від віку тварини, виду м'яса та способу теплової обробки.

Втрата вологи та жирів впливає на соковитість і калорійність страви. При варінні частина водорозчинних речовин переходить у бульйон, а при смаженні жир виділяється з тканин, утворюючи апетитну скоринку. Надмірна втрата вологи призводить до сухості та втрати харчової цінності.

Формування смаку та аромату відбувається внаслідок реакцій Майяра, карамелізації та окиснення жирів, що забезпечує характерний колір, аромат і

смакові якості страви. Ці процеси значною мірою залежать від температури, тривалості теплової обробки та наявності спецій або соусів.

Таким чином, теплове оброблення м'яса змінює його текстуру, аромат, смак і харчові властивості, що дозволяє отримати готову страву з високою органолептичною та харчовою цінністю.

5. Температура при подаванні готових м'ясних страв

Температура при подачі готових м'ясних страв є важливим технологічним і органолептичним показником, який впливає на смак, аромат, соковитість та безпеку страв. Правильна температура подавання забезпечує оптимальні умови для споживання страви, зберігає її харчові властивості та дозволяє досягти бажаного смакового ефекту.

Для **гарячих м'ясних страв** температура подавання зазвичай знаходиться у межах 60–75 °С. Страви, приготовані шляхом варіння, тушкування або смаження, подають гарячими, щоб м'ясо залишалось соковитим, а смак і аромат максимально проявлялися. Наприклад, відбивні, стейки, рагу, гуляш та тушковане м'ясо повинні зберігати тепло, щоб споживач отримав страву з оптимальною текстурою та органолептичними властивостями.

Для **гарячих страв із запеченого або смаженого м'яса** температура подавання може бути трохи вищою, близько 70–75 °С, оскільки скоринка утворюється при високій температурі, а внутрішні шари потребують достатнього нагрівання для досягнення м'якості та безпеки продукту.

Холодні м'ясні страви (холодець, заливне, мариновані м'ясні закуски, паштети) подають охолодженими, зазвичай при температурі +4–+6 °С. Такий температурний режим забезпечує збереження структури, консистенції та смаку, а також уповільнює розвиток мікроорганізмів, забезпечуючи безпеку продукту.

Температура подавання також впливає на гарніри та соуси, які супроводжують м'ясні страви. Гарячі гарніри повинні відповідати температурі основної страви, щоб забезпечити гармонію смаку, а холодні соуси або заправки додають контраст і підкреслюють органолептичні властивості.

Контроль температури готових м'ясних страв є важливим елементом технологічного процесу у закладах ресторанного господарства, оскільки він гарантує безпечність споживання, збереження харчової цінності та максимальне задоволення смакових очікувань споживачів.

6. Страви з м'яса і субпродуктів

Страви з м'яса та субпродуктів є важливою складовою раціону людини і широко представлені в закладах ресторанного господарства. Вони забезпечують

організм високоякісним білком, вітамінами групи В, залізом, цинком, селеном та іншими мінеральними речовинами. Використання субпродуктів дозволяє раціонально використовувати всі частини тварини, зменшувати харчові відходи та формувати різноманітне меню.

М'ясні страви включають вироби з яловичини, свинини, баранини, птиці та кроля. До них відносяться відварні, тушковані, смажені, запечені, фаршировані, паніровані та комбіновані страви. Прикладом є гуляш, бефстроганов, запечена яловичина, котлети та відбивні. Використання різних способів теплової обробки дозволяє досягти бажаної текстури, соковитості та смакових властивостей страви, враховуючи вид м'яса та його жорсткість.

Субпродукти включають печінку, серце, нирки, легені, язик, хвости, хвости та хвости яловичі та свинячі, а також м'ясо птиці: печінка, серце, шлунки та шкіру. Вони відрізняються високою харчовою цінністю, особливо за вмістом заліза, вітамінів А і В12 та білка. Субпродукти використовують для приготування тушкованих страв, смажених виробів, паштетів, заливних страв, супів і холодних закусок. Наприклад, печінку тушкують із овочами, серце варять у бульйоні, язик подають відвареним або у складі холодних закусок.

Поєднання м'яса та субпродуктів із овочами, крупами, бобовими і соусами дозволяє збалансувати харчові компоненти та надати стравам естетичну та смакову привабливість. Наприклад, тушковані сердечка з морквою та цибулею або печінка у вершковому соусі з гарніром із картопляного пюре створюють гармонійний смаковий профіль і високі органолептичні показники.

Вимоги до якості страв із м'яса і субпродуктів включають свіжість сировини, правильну кулінарну обробку, відсутність сторонніх запахів і дефектів, відповідну соковитість та ніжність. **Умови та строки реалізації** готової продукції залежать від способу приготування: гарячі страви подають безпосередньо після теплової обробки, а охолоджені – при температурі +2-+6 °С не більше 12-24 годин.

Раціональне використання м'яса і субпродуктів у закладах ресторанного господарства дозволяє забезпечити високий рівень харчової цінності, різноманітність меню та задовольнити потреби споживачів у смачних і корисних стравах.

7. Загальні правила варіння м'яса

Варіння м'яса є одним із основних способів кулінарної обробки, який забезпечує збереження харчової цінності, ніжності та соковитості продукту. Правильне виконання цього процесу дозволяє отримати страву з приємним смаком, ароматом та відповідною структурою м'язових волокон.

Перед початком варіння м'ясо ретельно сортують, промивають і, за потреби, обробляють механічно: видаляють жилки, надлишковий жир, плівки та сухожилля. Для великих шматків рекомендується нарізка на порційні частини, що забезпечує рівномірне прогрівання. Дрібні частини м'яса або фаршовані вироби можна варити цілими.

М'ясо занурюють у холодну воду або бульйон. Початкове використання холодної рідини дозволяє рівномірно прогрівати м'ясо і сприяє утворенню прозорого бульйону. Після закипання воду знімають піну, що утворюється, щоб уникнути каламутності та небажаних запахів. Температурний режим варіння залежить від виду м'яса та розміру шматків і зазвичай коливається в межах 85-100 °С.

Час варіння визначається товщиною та жорсткістю м'яса. Молоде м'ясо потребує менш тривалої термічної обробки, тоді як м'ясо старих тварин або волокнисте м'ясо вимагає тривалого нагрівання для розпаду колагену та досягнення м'якості. Під час варіння важливо підтримувати помірне кипіння, уникаючи сильного бурління, що призводить до втрати вологи та поживних речовин.

Для підсилення смаку до води або бульйону додають овочі, спеції, трави та сіль, але соління рекомендується наприкінці процесу, щоб уникнути ущільнення волокон і передчасної втрати соку. По завершенні варіння м'ясо витягують із рідини, а бульйон проціджують.

Дотримання цих правил забезпечує отримання готового продукту з оптимальною соковитістю, м'якою текстурою, насиченим смаком та ароматом, що відповідає вимогам закладів ресторанного господарства та стандартам якості харчових продуктів.

8.Асортимент, характеристика варених, смажених, запечених, тушкованих страв із м'яса і субпродуктів. Підбір гарнірів, соусів, посуду для подавання страв. Вимоги до якості, умови та строк реалізації. запечених страв із м'яса і субпродуктів

Асортимент страв із м'яса і субпродуктів у закладах ресторанного господарства різноманітний і охоплює гарячі вироби, які готуються різними способами теплової обробки: варіння, смаження, запікання, тушкування, а також комбіновані методи. Кожен із цих способів визначає особливості органолептичних характеристик страв, їх харчову цінність, соковитість та зовнішній вигляд, а також впливає на підбір гарнірів, соусів і посуду для подавання.

Варені м'ясні та субпродуктові страви включають бульйони, відварні шматки м'яса, фрикадельки, холодець, паштети та рулети. Варіння забезпечує м'якість і соковитість м'язових волокон та дозволяє зберегти харчові речовини в м'ясі. Органолептичні характеристики варених страв визначаються якістю сировини, тривалістю та температурою варіння, а також використанням овочів, спецій та ароматичних добавок. Гарніри до варених страв зазвичай легкі, щоб не перебивати смак м'яса: картопляне пюре, відварні овочі, крупи, а соуси підбирають за типом м'яса – класичні білі, томатні або сметанні. Подавання здійснюється у глибокому посуді для супів або на плоских тарілках із гарніром, дотримуючись температурного режиму +60-+75 °С.

Смажені страви характеризуються інтенсивним смаком і ароматом, золотистою скоринкою та підвищеною калорійністю через використання жиру. До цієї групи належать котлети, відбивні, стейки, рублені вироби та субпродукти, наприклад печінка чи язик. Для підкреслення смаку та соковитості рекомендується смаження на помірній температурі з контролем часу. Гарніри підбираються за принципом смакової гармонії: овочеві соте, смажена картопля, гречка, рис. Соуси – підливи, грибні або томатні, подають окремо або разом із м'ясом. Для подавання використовують плоскі тарілки або порційні підноси, підтримуючи температуру страви +70-+75 °С.

Запечені страви з м'яса і субпродуктів мають особливу привабливість завдяки золотистій скоринці, рівномірному прогріванню та насиченому смаку. До них відносяться запечені рулети, фаршироване м'ясо, стейки у духовці, запечені котлети та субпродукти у соусі. Запікання дозволяє зберегти соковитість внутрішніх шарів і формує апетитний колір зовнішньої поверхні. Гарніри до запечених страв підбирають більш ароматні, наприклад овочеві соте, запечена картопля або круп'яні гарніри. Соуси застосовують як вершково-грибні, томатні або овочеві підливи. Страви подають на плоских тарілках із підтримкою температури +65-+75 °С, що забезпечує оптимальну соковитість і аромат.

Тушковані страви характеризуються ніжною структурою, насиченим смаком та ароматом, що формується завдяки тривалому впливу тепла в невеликій кількості рідини. Сюди відносяться рагу, гуляш, тефтелі, тушковані субпродукти. Гарніри обирають легкі та нейтральні за смаком: картопляне пюре, гречка, відварені овочі, що підкреслюють ніжність м'яса. Соуси в тушкованих стравах, як правило, входять у саму страву, але додатково можна подавати сметанні або томатні підливи. Для подавання використовують глибокі тарілки або порційні каструлі, підтримуючи температуру +65-+75 °С.

Вимоги до якості всіх видів страв із м'яса та субпродуктів включають свіжість і правильну підготовку сировини, відсутність сторонніх запахів і

дефектів, оптимальну соковитість, м'якість і аромат. **Умови та строки реалізації** залежать від способу приготування: гарячі страви подають одразу після приготування, охолоджені – при температурі +2-+6 °С до 12-24 годин. Рациональне поєднання гарнірів, соусів і правильний вибір посуду забезпечують зручність споживання, збереження смакових і органолептичних властивостей, а також високий рівень задоволення споживачів.

9.Страви з січеної натуральної та котлетної мас з м'яса

Страви з січеної натуральної та котлетної маси з м'яса займають значне місце в кулінарії та закладах ресторанного господарства завдяки можливості створювати вироби з однорідною текстурою, високою соковитістю та гармонійним смаковим профілем. Ці страви відрізняються швидкістю приготування, універсальністю застосування та широким асортиментом.

Натуральна січена маса готується шляхом дрібного подрібнення м'яса без додавання інших основних компонентів, лише з мінімальною кількістю спецій або жиру для підвищення соковитості. До неї відносяться рублені відбивні, котлети натуральні, тефтелі та фрикадельки. Використовують яловичину, свинину, птицю, суміші різних видів м'яса та субпродукти. Текстура маси дозволяє формувати вироби різної форми та розміру, а спосіб теплової обробки визначає кінцеві смакові та органолептичні властивості. Варіння забезпечує м'якість і соковитість, смаження – апетитну скоринку та інтенсивний аромат, а запікання в духовці формує рівномірне прогрівання і золотисту поверхню.

Котлетна маса формується на основі подрібненого м'яса з додаванням панірувальних матеріалів (хліб, сухарі, крупи), рідких компонентів (молоко, яйця, бульйон) та спецій. Вона має однорідну текстуру, яка полегшує формування котлет, зразів, парових биточків та рулетів. Котлетні вироби відрізняються підвищеною соковитістю завдяки вмісту вологи та жирів, що перешкоджає пересушуванню під час теплової обробки.

Асортимент страв з січеної натуральної та котлетної маси включає як **гарячі страви** (смажені, тушковані, запечені котлети та тефтелі), так і **охолоджені продукти** (фрикадельки, які використовуються для супів та заливних страв). При подачі гарячих страв до них підбирають гарніри з овочів, круп, картоплі або макаронних виробів та соуси (томатні, грибні, сметанні), які підкреслюють смак м'яса. Охолоджені вироби застосовують у приготуванні супів, заливних, салатів або в якості закусок.

Вимоги до якості включають свіжість сировини, однорідність маси, правильну консистенцію, відсутність сторонніх запахів, соковитість і ніжність

готових виробів. **Умови та строк реалізації** залежать від способу обробки: гарячі вироби подають одразу після приготування, охолоджені зберігають при температурі +2-+6 °С протягом 12-24 годин. Рациональне використання натуральної та котлетної маси дозволяє створювати широкий асортимент страв із високими органолептичними та харчовими властивостями, що задовольняють потреби споживачів у закладах ресторанного господарства.

10. Технологія приготування натуральної січеної маси м'яса

Технологія приготування натуральної січеної маси м'яса включає послідовність операцій, що забезпечують однорідну текстуру, соковитість і високу харчову цінність готового продукту. Першим етапом є підготовка сировини: м'ясо сортують, промивають і видаляють жилки, плівки, сухожилля та надлишковий жир. Для деяких видів страв м'ясо нарізають на порційні шматки або смужки, що полегшує подрібнення.

Подрібнення м'яса здійснюють ножом або спеціальними механічними пристроями, щоб отримати однорідну січену масу без грубих волокон. У цей момент додають мінімальну кількість спецій, солі та жирів, які сприяють збереженню соковитості виробів і покращують смакові якості. Важливо дотримуватися пропорцій і не пересушувати масу під час подрібнення, щоб уникнути втрати води та білків.

Формування виробів із натуральної січеної маси здійснюють вручну або за допомогою формувальних машин. Вироби можуть бути різної форми: котлети, фрикадельки, рублені відбивні або зрази. Далі слідує теплове оброблення, яке вибирають залежно від призначення страви: **варіння** забезпечує м'якість і соковитість, **смаження** формує апетитну скоринку та аромат, **запікання** у духовці – рівномірне прогрівання та золотисту поверхню.

Під час теплової обробки важливо контролювати температуру та час, щоб уникнути пересушування, втрати соковитості та харчової цінності. Після приготування вироби охолоджують або подають гарячими, залежно від рецептури та типу страви.

Дотримання технологічного процесу забезпечує отримання страв із натуральної січеної маси м'яса з однорідною структурою, оптимальною соковитістю, приємним смаком і ароматом, що відповідає стандартам закладів ресторанного господарства та органолептичним вимогам споживачів.

11. Асортимент, характеристика страв з січеної натуральної маси м'яса

Страви з січеної натуральної маси м'яса займають важливе місце в кулінарії та закладах ресторанного господарства завдяки універсальності,

однорідній текстурі та високій органолептичній цінності. Вони дозволяють отримати готові вироби з оптимальною соковитістю, ніжністю та збалансованим смаком, а також забезпечують ефективне використання різних видів м'яса.

Асортимент страв включає рублені відбивні, тефтелі, фрикадельки, котлети натуральні, зрази з начинкою, рулети та суфле з м'яса. Натуральна січена маса готується без додавання панірувальних матеріалів, що дозволяє максимально зберегти смакові властивості м'яса. Основною сировиною служать яловичина, свинина, м'ясо птиці та суміші різних видів м'яса. Можливе використання субпродуктів високої якості, таких як печінка або серце, що забезпечує різноманітність страв і додаткову харчову цінність.

Характеристика страв залежить від способу кулінарної обробки. Варені вироби мають ніжну консистенцію та соковитість, зберігають природний смак м'яса та легкий аромат бульйону. Смажені страви характеризуються апетитною скоринкою, насиченим смаком та приємним запахом. Запечені вироби відрізняються рівномірним прогріванням, золотистою скоринкою і збереженням соковитості внутрішньої частини. Тушковані страви мають м'яку, ніжну текстуру та насичений смак, який формується завдяки взаємодії м'яса з овочами та соусом.

При **підборі гарнірів** до страв з натуральної січеної маси м'яса орієнтуються на легкі і нейтральні компоненти: картопляне пюре, гречка, рис, відварні або тушковані овочі. Соуси підбирають залежно від виду м'яса та способу приготування: білі, сметанні, томатні або грибні. Посуд для подавання вибирають відповідно до типу страви – глибокі тарілки для тефтелів і фрикадельок, плоскі – для котлет та відбивних, що забезпечує зручність споживання і підтримку температури.

Вимоги до якості включають свіжість сировини, однорідність маси, правильну консистенцію, соковитість, ніжність, відсутність сторонніх запахів та дефектів. Страви подають гарячими одразу після приготування або охолодженими за температури +2-+6 °С, строк реалізації складає від 12 до 24 годин залежно від способу приготування.

Раціональне використання натуральної січеної маси м'яса дозволяє формувати різноманітне меню, зберігати високі органолептичні властивості та задовольняти смакові потреби споживачів у закладах ресторанного господарства.

12. Технологія приготування котлетної маси м'яса

Технологія приготування котлетної маси м'яса передбачає комплекс операцій, спрямованих на отримання однорідної, соковитої та пластичної маси,

придатної для формування котлет, зразів, рулетів та інших виробів. Основною метою процесу є збереження харчової цінності м'яса, забезпечення ніжної текстури та оптимальної соковитості готових виробів.

Першим етапом є підготовка сировини. М'ясо сортують, промивають і видаляють жилки, плівки, сухожилля та надлишковий жир. Для котлетної маси використовують яловичину, свинину, птицю або суміші м'яса різних видів у певних пропорціях. Субпродукти високої якості, такі як печінка чи серце, також можуть входити до складу маси. Після очищення м'ясо нарізають на порційні шматки для зручності подрібнення.

Наступним етапом є подрібнення м'яса. Воно здійснюється механічним шляхом із застосуванням м'ясорубки або спеціальних подрібнювачів. До м'яса додають панірувальні компоненти – хліб, сухарі або крупу, а також рідкі інгредієнти: молоко, яйця, бульйон. Сіль і спеції додають на цьому етапі для рівномірного розподілу смаку. Важливо дотримуватися пропорцій, щоб маса залишалася пластичною і не пересушувалася, а також зберегти достатню кількість білка та вологи.

Формування котлетної маси відбувається вручну або за допомогою формувальних машин. Вироби можуть мати різну форму і розмір залежно від рецептури та призначення страви. Далі слідує теплове оброблення: смаження, тушкування, запікання або комбіновані способи, які визначають смакові та органолептичні властивості кінцевого продукту.

Контроль температури і часу приготування забезпечує збереження соковитості, ніжності та харчової цінності виробів. Дотримання технологічного процесу гарантує отримання котлетної маси м'яса з однорідною структурою, оптимальною консистенцією та високими органолептичними характеристиками, що відповідають вимогам закладів ресторанного господарства.

13. Асортимент, характеристика страв з котлетної маси м'яса. Підбір гарнірів, соусів, посуду для подавання страв

Страви з котлетної маси м'яса є одними з найбільш поширених у закладах ресторанного господарства, оскільки поєднують однорідну текстуру, соковитість і привабливий зовнішній вигляд. Вони забезпечують різноманітність меню, дозволяють ефективно використовувати різні види м'яса та субпродуктів і відповідають вимогам споживачів щодо смаку, аромату та зовнішнього оформлення.

Асортимент страв із котлетної маси охоплює класичні котлети смажені або запечені, тефтелі, зрази з начинкою (м'ясною, овочевою, грибною), рулети, биточки на пару, а також комбіновані вироби, наприклад, котлети з додаванням

круп або овочів. Котлетна маса відрізняється однорідністю і пластичністю, що дозволяє формувати вироби різних форм і розмірів. Сировина для маси – яловичина, свинина, м'ясо птиці, суміші м'яса і субпродуктів – подрібнюється та змішується з панірувальними та рідкими компонентами, що забезпечує соковитість і ніжність виробів.

Характеристика страв визначається способом кулінарної обробки. Смажені котлети мають апетитну золотисту скоринку, інтенсивний аромат і більш концентрований смак, запечені – рівномірне прогрівання, збережену соковитість і привабливий зовнішній вигляд, а парові або тушковані вироби – ніжну текстуру і насичений смак, що формується завдяки взаємодії з рідким середовищем.

Підбір гарнірів до страв із котлетної маси орієнтується на легкі і нейтральні продукти: картопляне пюре, відварна або запечена картопля, крупи, відварені або тушковані овочі. Соуси підбирають відповідно до типу м'яса і способу обробки: класичні білі, грибні, сметанні, томатні або овочеві підливи, які підкреслюють смак страви.

Посуд для подавання обирають залежно від виду страви: плоскі тарілки – для котлет, відбивних, зразів; глибокі тарілки або порційні миски – для тефтелів, биточків на пару або тушкованих виробів. Температурний режим подавання гарячих страв – +65-+75 °С, що забезпечує оптимальну соковитість і збереження смаку.

Дотримання технології приготування та правильний підбір гарнірів, соусів і посуду забезпечують високі органолептичні та харчові властивості страв із котлетної маси м'яса, їх привабливість для споживачів і відповідність стандартам закладів ресторанного господарства.

14.Вимоги до якості, умови та строк реалізації

Вимоги до якості страв із котлетної та натуральної січеної маси м'яса визначаються органолептичними, фізико-хімічними та санітарними показниками. Основними критеріями є свіжість сировини, однорідність маси, правильна консистенція, соковитість і ніжність готових виробів. Страви повинні мати приємний аромат і смак, відповідати заявленому виду обробки – варені, смажені, запечені чи тушковані. Важливим є також відсутність сторонніх запахів, кольорових або текстурних дефектів, що можуть свідчити про порушення технології або термінів зберігання сировини.

Умови реалізації страв залежать від способу приготування. Гарячі вироби, включаючи котлети, тефтелі, відбивні або зрази, подають безпосередньо після приготування. Для підтримки оптимальної температури та соковитості гарячих

страв застосовують спеціальний посуд із підігрівом або сервірування на порційних тарілках. Охолоджені або напівфабрикати, призначені для подальшого приготування, зберігають у холодильних камерах при температурі +2-+6 °С. При цьому важливо дотримуватися правил герметичного укладання та упаковки для запобігання втрати вологості та проникненню сторонніх запахів.

Строк реалізації залежить від виду теплової обробки та умов зберігання. Гарячі страви реалізуються одразу після приготування або протягом короткого часу – до 2 годин, щоб зберегти органолептичні властивості. Охолоджені страви та напівфабрикати можуть зберігатися до 12-24 годин за правильної температури та дотримання санітарних норм. Тушковані або запечені вироби допускаються до зберігання довше, якщо вони герметично упаковані або подані у спеціальному посуді, що підтримує температуру і запобігає розмноженню мікроорганізмів.

Дотримання вимог до якості, суворе дотримання умов зберігання та контроль строків реалізації забезпечують безпечність, збереження харчової цінності, смакових та органолептичних властивостей страв із котлетної та січеної маси м'яса, що є обов'язковим стандартом для закладів ресторанного господарства.

Тема 12. Технологія напівфабрикатів, страв і кулінарних виробів із птиці, пернатої дичини і кролів.

План:

1. Значення страв з птиці, дичини і кроликів у харчуванні.
2. Харчова цінність м'яса птиці, дичини, кролів.
3. Спосіб теплової обробки м'яса птиці, кроликів.
4. Норма закладки солі, спецій і зелені для приготування страв із птиці, кроликів.
5. Температура при подаванні готових м'ясних страв.
6. Страви з птиці, дичини і кроликів.
7. Асортимент, характеристика варених і припущених, смажених, тушкованих страв з птиці, дичини, кролика.
8. Асортимент, кулінарна характеристика страв із філе птиці.
9. Підбір гарнірів, соусів, посуду для подавання страв. Вимоги до якості, умови та строк реалізації.

1. Значення страв з птиці, дичини і кроликів у харчуванні

Страви з м'яса птиці, дичини та кроликів мають важливе значення в харчуванні людини завдяки високій поживній та біологічній цінності, легкозасвоюваності, низькому вмісту жирів і насичених кислот, а також різноманіттю смакових властивостей. Вони широко застосовуються як у повсякденному харчуванні, так і в закладах ресторанного господарства, забезпечуючи збалансоване постачання білків, вітамінів і мінералів.

М'ясо птиці характеризується ніжною структурою та низьким вмістом сполучної тканини, що сприяє швидкому приготуванню та легкому перетравленню. Воно містить повноцінні білки, що містять усі необхідні амінокислоти, а також вітаміни групи В, фосфор, калій і залізо. Найпоширенішими видами є курятина, індичка, качка та гусак, кожен із яких має свої особливості смаку та кулінарної обробки. Наприклад, курятина та індичка відзначаються ніжністю та універсальністю, тоді як м'ясо качки та гусяка більш жирне і ароматне, що впливає на вибір способу приготування.

М'ясо дичини, до якої належать фазан, перепілка, куріпка, козуля, кабан та інші види, характеризується більш щільною структурою м'язових волокон, підвищеним вмістом білка та специфічним смаком. Воно цінується за насичений аромат і відносно низьку калорійність у порівнянні з жирними видами м'яса домашньої птиці. Важливо враховувати підвищену щільність волокон при виборі способу теплової обробки – довге тушкування або запікання сприяє розм'якшенню м'яса та збереженню його соковитості.

Кролятина має ніжну, маложирну структуру, високу харчову цінність і легко засвоюється. М'ясо кролика багате білком, вітамінами В1, В2, В12, мінералами та містить мало холестерину. Воно універсальне в приготуванні – підходить для варіння, смаження, тушкування та запікання, а також для приготування дієтичних страв та дитячого харчування.

Включення страв із птиці, дичини та кроликів у раціон сприяє збалансованому харчуванню, різноманітності смакових відчуттів та задоволенню потреб у високоякісних білках. У закладах ресторанного господарства вони дозволяють формувати меню з широким асортиментом страв різних кулінарних напрямів, від класичних супів і основних страв до дієтичних і вишуканих бенкетних страв.

2. Харчова цінність м'яса птиці, дичини, кролів

М'ясо птиці, дичини та кроликів відноситься до категорії продуктів із високою харчовою та біологічною цінністю, що робить його важливим компонентом раціону людини. Основними його складовими є білки, жири, мінеральні речовини та вітаміни, які забезпечують енергетичні потреби організму, нормальне функціонування органів і систем, а також сприяють формуванню м'язової маси та підтримці імунітету.

Білки м'яса птиці, дичини та кроликів характеризуються високою повноцінністю, оскільки містять усі незамінні амінокислоти в оптимальному співвідношенні. Вони легко засвоюються організмом, що робить ці види м'яса придатними для дитячого, дієтичного та лікувального харчування. Особливо цінні білки курятини та індички, які мають ніжну текстуру, низьку щільність м'язових волокон та швидко перетравлюються.

Жировий компонент м'яса птиці варіюється залежно від виду та частини тіла. Наприклад, м'ясо курки та індички містить відносно мало жиру, тоді як качка та гусак більш жирні, що впливає на енергетичну цінність страв. Жири містять насичені та ненасичені жирні кислоти, що важливі для нормальної роботи нервової системи, синтезу гормонів та всмоктування жиророзчинних вітамінів А, D, Е та К.

М'ясо дичини характеризується високим вмістом білка, низьким рівнем жиру та підвищеною щільністю м'язових волокон. Воно багате мінералами, такими як залізо, калій, магній, фосфор, що забезпечує нормальне кровотворення, підтримку серцево-судинної системи та обмін речовин. Вітаміни групи В у складі дичини сприяють енергетичному обміну та нормальній роботі нервової системи.

Кролятина відзначається ніжністю, маложирністю і високим вмістом повноцінного білка. Вона містить вітаміни В1, В2, В12, а також мінерали, необхідні для підтримки імунітету та роботи внутрішніх органів. Завдяки низькому вмісту холестерину кролятина відноситься до дієтичних продуктів, рекомендованих для людей із серцево-судинними захворюваннями.

Таким чином, м'ясо птиці, дичини та кроликів забезпечує організм високоякісним білком, необхідними жирами, вітамінами та мінералами. Воно є цінним джерелом енергії та будівельного матеріалу для тканин, сприяє підтриманню фізіологічної рівноваги організму та служить основою для формування збалансованого і різноманітного харчування.

3.Спосіб теплової обробки м'яса птиці, кроликів

Теплова обробка м'яса птиці та кроликів є обов'язковим етапом приготування страв, оскільки забезпечує безпечність продукту, знищує патогенні мікроорганізми та робить м'ясо ніжним, соковитим і придатним до споживання. Вибір способу теплової обробки залежить від виду м'яса, його структури, призначення страви та кулінарних традицій.

Варіння є основним і найпоширенішим способом обробки м'яса птиці та кроликів. Процес включає занурення підготовленого м'яса у воду або бульйон і нагрівання до певної температури. Варіння забезпечує рівномірне прогрівання, збереження соковитості та білкової цінності. Курка, індичка або кролик при варінні виходять ніжними, а бульйон, що утворюється, використовується для супів і соусів. Варіння може бути основним, припусканням (легке варіння при слабкому нагріванні), на парі або під тиском для скорочення часу приготування.

Смаження дозволяє отримати апетитну скоринку і насичений аромат виробів. Птицю і кролика можна смажити на невеликій кількості жиру, в духовці або на відкритому вогні. Смажене м'ясо має більш концентрований смак, але потребує контролю температури, щоб уникнути пересушування. Для смаження підходять шматки, нарізані порційно, а також котлетна або січена маса.

Тушкування – поєднання смаження та варіння в невеликій кількості рідини. Цей спосіб забезпечує ніжність, соковитість і насичення м'яса смаком соусу або бульйону. Тушкування особливо ефективно для більш щільного м'яса кролика та дичини, що має жорсткіші волокна.

Запікання у духовій шафі або конвекційних печах надає виробам рівномірну готовність і привабливий зовнішній вигляд. Для птиці і кролика застосовують запікання цілими тушками або порційними шматками з додаванням спецій, соусів або овочів.

Інколи застосовують комбіновані способи обробки, наприклад, попереднє бланшування або припускання з подальшим смаженням чи запіканням, що дозволяє поєднати ніжність внутрішньої частини з апетитною скоринкою. Контроль температури і часу приготування забезпечує збереження білка, соковитості та харчової цінності м'яса.

Правильне застосування способів теплової обробки дозволяє отримати страви з м'яса птиці та кроликів високої органолептичної та харчової якості, відповідні стандартам закладів ресторанного господарства.

4.Норма закладки солі, спецій і зелені для приготування страв із птиці, кроликів

Норма закладки солі, спецій і зелені для приготування страв із м'яса птиці та кроликів визначається технологічними картами, рецептурними збірниками та вимогами до органолептичних властивостей страв. Основною метою використання цих інгредієнтів є надання страві приємного смаку і аромату, підкреслення природних смакових якостей м'яса, а також формування апетитного зовнішнього вигляду.

Сіль є базовим смаковим компонентом. Для варених страв із птиці та кроликів її норма закладки складає приблизно 8-10 г на 1 кг м'яса. Під час смаження або запікання кількість солі зменшують до 5-7 г на 1 кг, оскільки концентрований нагрів підсилює солоність. Важливо рівномірно розподіляти сіль по всій масі м'яса або додавати її у воду чи бульйон при варінні, щоб уникнути пересоленості.

Спеції підбирають залежно від виду м'яса та бажаного смакового профілю страви. Для курятини та індички зазвичай використовують чорний і запашний перець, паприку, часник, коріандр, чебрець. Для жирного м'яса качки, гусака чи кролика доречні гостріші або пряні суміші, що пом'якшують специфічний аромат. Норма закладки спецій коливається від 1 до 3 г на 100 г м'яса залежно від інтенсивності смаку і аромату. Спеції додають безпосередньо перед тепловою обробкою або під час маринування для рівномірного проникнення аромату.

Зелень (петрушка, кріп, кінза, базилік) використовується як для смаку, так і для декоративного оформлення. Вона додається в кінці приготування або при подачі. Норма закладки становить 5-15 г на 1 кг готової страви, залежно від рецептури. Зелень не тільки покращує органолептичні властивості, а й підвищує харчову цінність страви, збагачуючи її вітамінами та ароматичними речовинами.

Дотримання норм закладки солі, спецій і зелені забезпечує збалансований смак, аромат і привабливий вигляд страв із м'яса птиці та кроликів, що відповідає стандартам якості закладів ресторанного господарства.

5. Температура при подаванні готових м'ясних страв

Температура при подачі готових м'ясних страв є важливим фактором, який впливає на органолептичні властивості, харчову цінність та безпечність продукції. Вона забезпечує оптимальну соковитість, смак, аромат і текстуру м'яса, а також запобігає швидкому охолодженню та розмноженню мікроорганізмів.

Для **гарячих страв із м'яса птиці, дичини, кроликів та інших видів м'яса** оптимальна температура подавання становить +65-+75 °С. При такій температурі білки зберігають структуру, а м'ясо залишається ніжним і соковитим. Варені та тушковані страви подають у гарячому вигляді безпосередньо після приготування або зберігають у спеціальному посуді із підігрівом, що дозволяє підтримувати температуру протягом короткого часу до відпуску.

Смажені страви потребують подачі при більш високій температурі, +70-+75 °С, щоб скоринка залишалася апетитною і хрусткою, а внутрішня частина виробу була правильно прогрітою. При зниженні температури нижче +60 °С скоринка втрачає хрусткість, а м'ясо може ставати більш сухим.

Для **охолоджених або напівфабрикатів**, призначених для подальшої кулінарної обробки, важливо дотримуватися температурного режиму зберігання: +2-+6 °С, що дозволяє зберегти свіжість і харчову цінність продукту до моменту приготування.

Контроль температури подавання здійснюється за допомогою термометрів або спеціального обладнання – теплових шаф, пароконвекційних печей і підігрівальних столів. Відхилення від нормативних температур призводить до втрати соковитості, змін смаку, запаху та зовнішнього вигляду страв, а також може створювати умови для розмноження патогенних мікроорганізмів, що робить продукцію небезпечною для споживання.

Дотримання оптимальної температури при подачі є ключовою умовою забезпечення високої якості, безпеки та органолептичної привабливості м'ясних страв у закладах ресторанного господарства.

6. Страви з птиці, дичини і кроликів

Страви з м'яса птиці, дичини та кроликів займають значне місце у харчуванні завдяки високій харчовій цінності, ніжній структурі та універсальності у приготуванні. Вони представлені широким асортиментом, що включає супи, основні страви, закуски, а також страви для дієтичного і бенкетного меню.

Страви з домашньої птиці включають курятину, індичку, качку та гусака. Варені страви – це бульйони, супи та відварене м'ясо, що подається з гарніром або у складі салатів. Смажені та запечені страви мають апетитну скоринку, соковиті всередині, а тушковані — насичені смаком соусу та м'які за текстурою. Крім класичних шматків, готують котлети, рулети, відбивні та порційні биточки. Використання спецій, трав і маринадів дозволяє підкреслити смак м'яса та створити різноманітність кулінарного асортименту.

Страви з дичини – це фазан, перепілка, куріпка, качка дикого вирощування. Вони відзначаються більш щільною структурою та характерним ароматом. Для дичини характерні способи обробки, що зберігають соковитість м'яса: тушкування з овочами, запікання у фользі, приготування в соусах або на пару. Часто дичину поєднують із фруктами та ягідними підливами, що підкреслює специфічний смак і аромат. Дичина використовується для бенкетних та святкових страв завдяки високій презентабельності та вишуканому смаковому профілю.

Страви з кролика мають ніжну текстуру і низький вміст жиру. Найпоширенішими є тушковані страви, запікання цілими тушками або порційними шматками, а також відварні для супів і пюре. Кролику властиві дієтичні та лікувальні властивості, тому його м'ясо часто використовують у спеціальних меню для дітей, людей похилого віку та тих, хто дотримується низькокалорійного раціону.

Асортимент страв із птиці, дичини і кроликів включає як повсякденні, так і святкові вироби. Підбір гарнірів і соусів до них орієнтується на смакові властивості м'яса: легкі овочеві гарніри та нежирні соуси до кролика, фруктові або овочеві підливи до дичини, картопляне пюре та крупи до курятини та індички. Використання різних способів теплової обробки, спецій і трав забезпечує різноманітність смакових відчуттів і високі органолептичні показники готових страв.

7. Асортимент, характеристика варених і припущених, смажених, тушкованих страв з птиці, дичини, кролика

Асортимент страв з м'яса птиці, дичини та кролика включає варені, припущені, смажені та тушковані вироби, кожен з яких має свої особливості технології, смаку та кулінарного використання.

Варені страви – це класичний спосіб обробки м'яса, який дозволяє зберегти білкову цінність і соковитість. До варених страв відносять відварене м'ясо птиці та кролика для гарнірів, холодних закусок або салатів. Варене м'ясо готується в підсоленій воді або бульйоні, іноді з додаванням спецій та овочів для

ароматизації. Бульйони, отримані під час варіння, використовують для супів, соусів та підлив.

Припущені страви відрізняються ніжністю та легкістю смаку. Процес припускання передбачає приготування м'яса у невеликій кількості рідини при слабкому нагріванні, що дозволяє зберегти природний колір і аромат. Припущену птицю, дичину чи кролика застосовують у дієтичному меню або як основу для салатів і гарячих страв, які подають із легкими підливами.

Смажені страви – це страви з апетитною скоринкою та концентрованим смаком. М'ясо нарізають порційними шматками, панірують або обсмажують на невеликій кількості жиру, у духовці або на відкритому вогні. Для смаження підходять курка, індичка, кролик, а також більш щільна дичина, попередньо замаринована. Смажені страви зазвичай подають із гарніром із овочів, круп або макаронних виробів, доповнюють соусами та зеленню.

Тушковані страви готують у невеликій кількості рідини, що дозволяє м'ясу розм'якшитися і насититися смаком овочів, соусів або прянощів. Тушкування особливо актуальне для дичини та кролика, оскільки щільніші волокна потребують тривалішої теплової обробки для досягнення ніжності. Тушковані страви зазвичай подають із гарнірами або овочевими підливами, що підкреслює аромат м'яса.

Таким чином, асортимент страв із птиці, дичини та кролика охоплює різноманітні види теплової обробки, що дозволяє готувати як дієтичні, так і святкові страви, забезпечуючи оптимальні смакові, текстурні та харчові властивості готової продукції.

8. Асортимент, кулінарна характеристика страв із філе птиці

Філе птиці є одним із найпоширеніших видів м'яса у закладах ресторанного господарства завдяки ніжній текстурі, низькому вмісту жиру та універсальності у приготуванні. Воно характеризується швидким часом кулінарної обробки, відмінною соковитістю та високою харчовою цінністю, що робить його основою для дієтичних, святкових та повсякденних страв.

Асортимент страв із філе птиці охоплює **варені, тушковані, смажені та запечені вироби**. Варене філе використовується для приготування бульйонів, легких салатів, холодних закусок та бутербродів. Припущене філе зберігає природний смак і аромат м'яса, залишається ніжним і соковитим, його часто подають із легкими овочевими гарнірами та соусами.

Смажене філе відзначається апетитною скоринкою та насиченим смаком. Його можна смажити на невеликій кількості жиру, у паніровці, а також готувати

на грилі або у духовці. Смажене філе часто поєднують із овочами, картопляними або круп'яними гарнірами, соусами білого, червоного або фруктового типу.

Тушковане філе готується з додаванням овочів, бульйону, вина або соусів, що робить м'ясо ніжним, соковитим і ароматним. Такі страви подають у гарячому вигляді з овочевими підливами, круп'яними або картопляними гарнірами.

Філе курки, індички чи качки також використовується для приготування рулетів, котлет, порційних биточків, запіканок та страв із січеної маси. При цьому технологія приготування забезпечує збереження білка, мінімізацію втрат соку і високу органолептичну якість.

Таким чином, страви із філе птиці відзначаються різноманіттям кулінарних форм, ніжною текстурою та високими смаковими властивостями, що робить їх основою сучасного ресторанного меню.

9. Підбір гарнірів, соусів, посуду для подавання страв. Вимоги до якості, умови та строк реалізації

Підбір гарнірів, соусів та посуду для подавання страв із м'яса птиці, дичини та кролика є ключовим елементом технологічного процесу у закладах ресторанного господарства. Він впливає не лише на органолептичні характеристики страви, а й на естетичне сприйняття, зручність споживання та відповідність кулінарним стандартам закладу.

Гарніри обирають залежно від виду м'яса, способу його теплової обробки та рецептури страви. До варених і тушкованих страв зазвичай подають **овочеві гарніри**, приготовані на пару або відварені, що підкреслюють ніжність м'яса та зберігають його природний смак. Картопляне пюре, тушковані овочі, рис, крупи або макаронні вироби є традиційними гарнірами для смажених та запечених страв із птиці та кролика. Для дичини часто підбирають **фруктові та ягідні гарніри** або овочеві пюре, які пом'якшують специфічний аромат і надають страві вишуканого смакового профілю.

Соуси повинні поєднуватися з основним продуктом за смаком, консистенцією та температурним режимом. До смажених страв із птиці та кролика використовують густі підливи, вершкові, грибні, червоні або фруктові соуси, які підкреслюють смак скоринки і доповнюють страву гармонійним ароматом. Варені та припущені страви доповнюють легкими соусами білого або овочевого типу, що не маскують ніжність м'яса. Дичину зазвичай подають із солодкувато-кислуватими соусами, які пом'якшують характерний запах та додають вишуканості.

Посуд для подавання обирають залежно від виду страви та способу її подачі. Гарячі страви подають у порційних тарілках, супи – у бульйонницях або

супницях, закуски та холодні страви – на сервірувальних тарілках чи салатницях. Важливо дотримуватися температурного режиму: гарячі страви подають на прогрітому посуді, холодні – на охолодженому, що дозволяє підтримувати оптимальні органолептичні властивості.

Вимоги до якості страв передбачають рівномірне прогрівання м'яса, збереження соковитості, ароматності та апетитного зовнішнього вигляду. Гарніри повинні бути свіжими, правильно приготовленими за технологією, зберігати природний колір, смак та консистенцію. Соуси повинні мати однорідну структуру, відповідну температуру та інтенсивність смаку.

Умови та строк реалізації залежать від способу теплової обробки та виду страви. Гарячі страви реалізують безпосередньо після приготування або зберігають у теплових шафах протягом 1-2 годин. Холодні та припущені страви зберігають при температурі +2-+6 °С, а строк реалізації не перевищує 12-24 годин залежно від рецептури та виду м'яса. Дотримання цих параметрів забезпечує безпечність та високу якість продукції закладів ресторанного господарства.

Тема 13. Технологія солодких страв та напоїв

План:

1. Характеристика солодких страв.
2. Класифікація солодких страв за складом і способом приготування, за температурою подавання.
3. Особливості оформлення солодких страв.
4. Харчова цінність солодких страв.
5. Характеристика робочого місця приготування солодких страв на виробництві.
6. Холодні солодкі страви. Технологія приготування і подавання холодних солодких страв: натуральні фрукти та ягоди, компоти, киселі, желе, муси, самбуки, креми, морозиво. Підбір посуду, вимоги до якості, строки реалізації.
7. Гарячі солодкі страви. Технологія приготування і подавання гарячих солодких страв: яблука печені, яблука з рисом, яблука в тісті, яблучна бабка (шарлотка яблучна), пудинги (сухарний, рисовий), грінки з фруктами солодкі. Підбір посуду, вимоги до якості, строки реалізації.
8. Гарячі і прохолодні напої. Поділ напоїв на холодні і гарячі.
9. Асортимент, технологія приготування, правила подавання гарячих напоїв, прохолодних напоїв, коктейлів молочних. Вимоги до якості.
10. Вимоги санітарії та особистої гігієни.

1. Характеристика солодких страв

Солодкі страви займають важливе місце у харчуванні та кулінарії завдяки своїм органолептичним властивостям, здатності підвищувати апетит і завершувати основний прийом їжі. До них відносять десерти, фруктові страви, солодкі супи, запіканки, пудинги, желе, креми та кондитерські вироби, які можуть подаватися як холодними, так і гарячими.

Основними компонентами солодких страв є **цукор, молочні продукти, яйця, фрукти, ягоди, зернові, горіхи та кондитерські добавки**. Ці інгредієнти визначають смак, консистенцію, аромат та калорійність виробів. Цукор не лише додає солодкість, а й впливає на структуру, об'єм та колір страви під час теплової обробки. Молочні продукти забезпечують кремоподібну текстуру та підвищують харчову цінність, а яйця виступають загусниками та стабілізаторами структури.

Солодкі страви класифікують за способом приготування. **Варені страви** включають молочні супи, каші з додаванням цукру, фруктові компоти та пудинги, що готуються у воді або молоці. **Випечені страви** — це запіканки, пироги та кекси, які поєднують тепло з випарюванням рідини, створюючи рум'яну скоринку та пористу структуру всередині. **Холодні десерти** включають

муси, креми, желе та фруктові салати, що формуються без термічної обробки або з мінімальним нагріванням для загустіння.

Органолептичні показники солодких страв визначаються смаком, ароматом, кольором, консистенцією та зовнішнім виглядом. Важливо досягати балансу між солодкістю та іншими смаками, уникати пересичення цукром та підтримувати привабливу структуру продукту. Консистенція може варіюватися від рідкої до густої, від ніжною та повітряною до щільною та тягучою, залежно від рецептури та способу приготування.

Солодкі страви виконують не лише гастрономічну, а й **харчову функцію**, поповнюючи організм енергією за рахунок вуглеводів, білків і жирів, а також підвищують емоційний настрій споживачів. Для закладів ресторанного господарства важливим є дотримання технології приготування, контролю якості сировини, температури обробки та подавання, що забезпечує безпечність і стабільність органолептичних властивостей.

2.Класифікація солодких страв за складом і способом приготування, за температурою подавання

Солодкі страви класифікують за кількома критеріями: **за складом, способом приготування та температурою подавання**, що дозволяє організувати технологічний процес, дотримуватися стандартів якості та створювати різноманітний асортимент у закладах ресторанного господарства.

Класифікація за складом передбачає поділ страв залежно від основного інгредієнта. До групи молочних відносять каші з молоком, молочні пудинги, запіканки та креми, де молоко або сметана виступають основою. Фруктові та ягідні страви включають компоти, фруктові салати, муси та желе. Вони формуються на основі свіжих, консервованих або заморожених плодів. Зернові та круп'яні десерти готують з додаванням цукру, масла та спецій, наприклад, манна, рисова або вівсяна запіканка. До кондитерських виробів належать тістечка, торти, печиво та різноманітні десерти із застосуванням шоколаду, горіхів, кремів та глазури.

Класифікація за способом приготування охоплює варені, запечені, смажені та холодні страви. Варені солодкі страви включають молочні супи, пудинги та компоти, які готують у воді або молоці з додаванням цукру і ароматизаторів. Запечені – це запіканки, пироги, кекси та рулети, що формують шляхом термічної обробки в духовій шафі. Смажені десерти готують на жирі або олії, наприклад, пончики чи оладки. Холодні страви – муси, желе, креми та фруктові салати, які формуються без термічної обробки або лише з мінімальним нагріванням для загустіння.

Класифікація за температурою подавання поділяє страви на гарячі та холодні. Гарячі подають безпосередньо після приготування, підтримуючи температуру +60-+75 °С, що забезпечує соковитість та аромат. До гарячих відносять молочні супи, запіканки, пудинги та смажені десерти. Холодні страви подають при температурі +2-+8 °С, що дозволяє зберегти консистенцію, аромат та смак, а також безпеку продукту; сюди входять муси, креми, желе, фруктові та ягідні салати.

Комбінування цих класифікацій дозволяє планувати асортимент закладів ресторанного господарства, забезпечувати технологічну логіку виробництва, дотримуватися вимог до якості та харчової цінності, а також підбрати оптимальні способи подавання, гарніри та супровідні компоненти для кожної страви.

3. Особливості оформлення солодких страв

Оформлення солодких страв є важливим елементом кулінарної технології, оскільки естетичний вигляд продукції значною мірою впливає на апетит та сприйняття смакових якостей. В закладах ресторанного господарства оформлення десертів передбачає поєднання кольору, форми, текстури та декоративних елементів із урахуванням виду страви, способу подачі та цільової аудиторії.

Для **гарячих десертів**, таких як запіканки, пудинги, смажені солодкі вироби, важливе збереження теплої температури подачі та апетитної скоринки. Часто використовують кремові або фруктові підливи, які наносять на поверхню страви безпосередньо перед подачею, підкреслюючи аромат та смак. Рум'яна скоринка та глянцева поверхня надають виробу презентабельності. Декоративні елементи можуть включати цукрову пудру, шоколадну стружку, свіжі ягоди або фрукти, які створюють контраст за кольором і текстурою.

Холодні десерти, такі як муси, креми, желе та фруктові салати, потребують особливої уваги до форми та композиції. Муси та креми подають у порційних келихах або спеціальних формах, забезпечуючи однорідність структури та акуратну поверхню. Желе або холодці з фруктами оформлюють шарами, чергуючи кольори і текстури, що створює візуальний ефект та апетитність. Фруктові салати та десерти на основі ягід прикрашають листочками м'яти, цукровою пудрою, шоколадними елементами або горіхами для підкреслення смакових акцентів.

Важливим аспектом є **поєднання кольору та контрастів текстур**. Наприклад, ніжні креми можна доповнювати хрусткими елементами: горіхами, печивом, крихтою або карамелізованими фруктами. Це не лише покращує смак,

а й робить подачу більш цікавою та естетично привабливою. Для бенкетного або святкового меню застосовують складні композиції з багатошаровими десертами, використанням шоколадних елементів, глазури, кремових завитків та інших декоративних елементів.

При оформленні солодких страв також враховують **посуд та аксесуари**: десерти подають у спеціальних тарілках, келихах, креманках, порційних формах або на сервірувальних підносах. Важливо, щоб посуд підкреслював колір і форму страви, був чистим, без подряпин, та відповідав температурному режиму подавання.

4. Харчова цінність солодких страв

Харчова цінність солодких страв визначається їхнім складом, технологією приготування та способом подачі. Основними компонентами є **вуглеводи, білки, жири, мікроелементи та вітаміни**, що впливають на енергетичну цінність, смакові та органолептичні властивості страв.

Вуглеводи у вигляді цукру, меду, фруктів або ягід є основним джерелом енергії, швидко засвоюються організмом і забезпечують підвищення працездатності та відновлення енергетичних запасів. Цукор також впливає на структуру і консистенцію страв: він забезпечує карамелізацію, збільшення об'єму тіста при випічці та створення глянцевої поверхні десертів.

Білки надходять із молочних продуктів, яєць, горіхів та зернових інгредієнтів. Вони виконують структурну та пластичну функцію, сприяючи формуванню стійкої консистенції кремів, пудингів та запіканок. Білки також збагачують десерти амінокислотами, необхідними для росту та відновлення тканин організму.

Жири, представлені вершковим маслом, рослинними оліями, горіхами або шоколадом, забезпечують насичений смак, аромат та ніжну текстуру десертів. Жири підвищують калорійність страв і впливають на органолептичні властивості, роблячи їх більш ситними та апетитними.

Мікроелементи та вітаміни надходять з фруктів, ягід, горіхів і молочних продуктів. Вони підвищують харчову цінність страв, сприяють нормалізації обмінних процесів і підтримці імунітету. Фрукти та ягоди забезпечують десерти природними кислотами, що поліпшують травлення та надають стравам свіжий аромат.

Енергетична цінність солодких страв коливається залежно від рецептури: молочні та фруктові десерти містять менше калорій, тоді як кондитерські вироби з додаванням цукру та жирів – більш висококалорійні. Раціональне використання

інгредієнтів дозволяє створювати страви, що поєднують смакові якості з харчовою цінністю, підходять для різних вікових груп та режимів харчування.

5.Характеристика робочого місця приготування солодких страв на виробництві

Робоче місце для приготування солодких страв у закладах ресторанного господарства організовується з урахуванням технологічного процесу, вимог санітарії, безпеки праці та ефективності роботи персоналу. Правильна організація робочого місця дозволяє забезпечити високу якість продукції, дотримання стандартів і оптимізацію витрат сировини.

Основою робочого місця є **чисті та рівні робочі поверхні**, виготовлені з матеріалів, стійких до вологи, температурних коливань і механічних пошкоджень. Стільниці та полиці розташовують таким чином, щоб забезпечити логічну послідовність технологічних операцій: підготовку сировини, заміс тіста, варіння, випікання, охолодження та оформлення десертів.

На робочому місці передбачаються **електро- та теплові прилади**, які відповідають специфіці солодких страв. Це включає міксери для збивання кремів, тістоміси, пароконвекційні та конвекційні печі, каструлі та парові котли для варіння молочних і фруктових мас, холодильне обладнання для охолодження та зберігання десертів. Також важливим є наявність форм для випічки, порційних келихів і креманок, столових та кондитерських інструментів: венчики, лопатки, кондитерські мішки та насадки.

Особлива увага приділяється **санітарії та гігієні** робочого місця. Поверхні обладнання та столів мають бути чистими, дезінфікованими та без пошкоджень. Продукти зберігають у холодильниках або на полицях із розмежуванням сировини та готових виробів, щоб уникнути перехресного забруднення. Використовуються окремі інструменти для сирих і готових компонентів, дотримуються правил особистої гігієни персоналу, включаючи рукавички, чисту форму та шапочки.

Ефективне робоче місце передбачає **логічне розташування інгредієнтів і приладів**, щоб мінімізувати рухи персоналу та скоротити час приготування. Наприклад, сировина для кремів та тесту знаходиться поряд із змішувальними та збивальними пристроями, а готові десерти — поблизу холодильного обладнання або відпускнуго столу.

Важливим елементом є **контроль технологічних параметрів**, таких як температура випікання, час варіння, консистенція мас та охолодження. Це дозволяє підтримувати стабільну якість десертів і відповідність органолептичним характеристикам.

6. Холодні солодкі страви. Технологія приготування і подавання холодних солодких страв: натуральні фрукти та ягоди, компоти, киселі, желе, муси, самбуки, креми, морозиво. Підбір посуду, вимоги до якості, строки реалізації

Холодні солодкі страви займають особливе місце в меню закладів ресторанного господарства, оскільки вони поєднують освіжаючий ефект, високі органолептичні властивості та значну харчову цінність. До них належать десерти на основі натуральних фруктів і ягід, компоти, киселі, желе, муси, самбуки, креми та морозиво. Технологія їх приготування вимагає дотримання певних правил, що забезпечують збереження смаку, аромату, текстури та зовнішнього вигляду продукції.

Натуральні фрукти та ягоди використовують у свіжому або замороженому вигляді. Перед подачею сировину ретельно миють, сортують і очищують від дефектних або пошкоджених частин. Фрукти подають цілими, нарізаними, у вигляді сальси або пюре. При нарізанні використовують гострі ножі або спеціальні формувальні пристрої, що дозволяють отримати акуратні та рівномірні шматочки. Свіжі фрукти часто використовують для прикрашання інших холодних десертів, а також для формування фруктових салатів.

Компоти готують із свіжих, заморожених або сушених фруктів і ягід із додаванням цукру та води. Технологія передбачає варіння сировини до готовності, збереження яскравого кольору та аромату плодів. Компоти подають охолодженими, у прозорому посуді, що дозволяє споживачу оцінити їх зовнішній вигляд.

Киселі готують на фруктових або ягідних соках, молочній основі з додаванням крохмалю як загусника. При приготуванні важливо забезпечити однорідну консистенцію без грудочок. Киселі подають у порційних креманках або скляних келихах із додатковим оформленням у вигляді ягід, фруктів або вершків.

Желе готують із фруктових або ягідних соків з додаванням желатину. Технологія передбачає замочування та набухання желатину, його розчинення у теплому середовищі та охолодження до загустіння. Для подачі желе використовують прозорі форми або порційні келихи, прикрашають свіжими ягодами, фруктами, м'ятою або кремовими елементами.

Муси та креми формуються на основі збитих яєць, вершків, фруктових пюре або шоколаду. Для досягнення повітряної структури необхідне правильне збивання інгредієнтів із дотриманням температурного режиму. Муси подають у порційних креманках, келихах або спеціальних формах. Креми використовують як основу для тортів, тістечок, а також для прикрашання інших десертів.

Самбуки – охолоджені десерти на основі фруктового або молочного пюре, що відрізняються ніжною консистенцією. Вони формуються шляхом перемішування інгредієнтів і охолодження до стабільної структури.

Морозиво готують із молока, вершків, цукру, яєць, фруктових або шоколадних добавок. Технологія включає пастеризацію, збивання та охолодження до замороженого стану. Для подачі використовують порційні келихи, вафельні ріжки, десертні тарілки або спеціальні форми.

Посуд для подавання холодних десертів має бути чистим, прозорим або контрастного кольору, що підкреслює колір та структуру страви. Для порційного подавання використовують креманки, скляні келихи, спеціальні миски або тарілки.

Вимоги до якості передбачають збереження природного смаку, аромату, консистенції та кольору інгредієнтів. Продукція повинна бути свіжою, без сторонніх запахів і ознак псування. Температура подавання для холодних десертів зазвичай становить +2-+8 °С.

Строки реалізації залежать від виду десерту та сировини. Фруктові та ягідні салати зберігають до 6-12 годин, компоти та киселі – до 24 годин, желе та муси – 12-24 години, морозиво – за температури -18-20 °С тривалий час до реалізації. Дотримання цих умов забезпечує безпечність, високу якість і привабливий вигляд продукції.

7. Гарячі солодкі страви. Технологія приготування і подавання гарячих солодких страв: яблука печені, яблука з рисом, яблука в тісті, яблучна бабка (шарлотка яблучна), пудинги (сухарний, рисовий), грінки з фруктами солодкі. Підбір посуду, вимоги до якості, строки реалізації

Гарячі солодкі страви є важливою складовою асортименту закладів ресторанного господарства, оскільки поєднують високу харчову цінність із привабливим смаком і ароматом, а також підвищують естетичну привабливість столу. До гарячих десертів відносять печені яблука, яблука з рисом або в тісті, яблучну бабку (шарлотку яблучну), різноманітні пудинги (сухарний, рисовий) та солодкі грінки з фруктами. Технологія приготування цих страв вимагає дотримання послідовності операцій, правильного вибору сировини та контролю температурних режимів для забезпечення оптимальної консистенції, аромату та смаку.

Печені яблука готують із відбірних свіжих фруктів середнього розміру, очищених від шкірки частково або залишеною цілою залежно від рецептури. Серцевину видаляють, а внутрішню частину при необхідності заповнюють начинкою з цукру, меду, родзинок, горіхів або сухофруктів. Яблука викладають

у жароміцні форми, злегка змащені маслом, і запікають при температурі +180-+200 °С до м'якості, що забезпечує збереження форми та структури плоду.

Яблука з рисом або в тісті готують шляхом поєднання фруктів із відвареним рисом або загортанням яблук у листкове чи дріжджове тісто. Рис при цьому попередньо відварюють до напівготовності, підсолоджують і змішують із цукром або медом. Тісто забезпечує формування рум'яної скоринки та ніжної внутрішньої структури.

Яблучна бабка (шарлотка яблучна) готується шляхом запікання тонко нарізаних яблук, посипаних цукром, у поєднанні з борошняним або яйцево-вершковим тістом. Технологія передбачає правильне перемішування інгредієнтів для отримання повітряного тіста та рівномірного розподілу яблук, що дозволяє досягти оптимальної консистенції та апетитного вигляду.

Пудинги (сухарний, рисовий) готують шляхом поєднання основної сировини (сухарів або рису) з молоком, яйцями, цукром та спеціями. Сухарний пудинг передбачає попереднє замочування сухарів у рідині, а рисовий – відварювання рису до напівготовності. Під час випікання страви набувають кремоподібної текстури і насиченого аромату.

Солодкі грінки з фруктами готують із білого або батонного хліба, підсмаженого на жирі або олії до золотистої скоринки, з додаванням фруктових пюре, ягід або яблучної начинки. Технологія включає рівномірне обсмажування, збереження структури хліба та додавання ароматичних компонентів.

Для гарячих десертів підбирають **жароміцний посуд**, який витримує високі температури та дозволяє рівномірно прогрівати страву: формочки, глибокі тарілки, порційні креманки або жаростійкі миски. Подавання здійснюють відразу після приготування, підтримуючи температуру +60-+75 °С.

Вимоги до якості включають збереження природного смаку та аромату фруктів, ніжної текстури тіста або основи пудингу, відсутність підгорілих або пересушених частин. Страви повинні мати апетитний зовнішній вигляд, привабливу колірну гаму та однорідну консистенцію.

Строки реалізації гарячих десертів за температурного режиму подавання обмежуються 1-2 годинами, залежно від конкретної страви, оскільки після охолодження вони втрачають смакові якості та текстуру. Дотримання технології приготування та правил подавання забезпечує безпечність продукції та високу органолептичну привабливість.

8. Гарячі і прохолодні напої. Поділ напоїв на холодні і гарячі

Напої є важливою складовою раціону харчування та ресторанного меню, оскільки вони забезпечують гідратацію організму, підкреслюють смак страв і

виконують функції освіження або зігрівання. У закладах громадського харчування напої поділяють на **гарячі** та **холодні** залежно від температури подавання та способу споживання.

Гарячі напої характеризуються температурою подавання $+65$ - $+85$ °C і включають чай, каву, какао, гарячі трав'яні та фруктові відвари. Вони мають властивість стимулювати апетит, активізувати обмін речовин та надавати відчуття тепла і комфорту. Основними компонентами гарячих напоїв є вода, чайні або кавові екстракти, молоко, цукор, мед та різні ароматичні добавки, такі як прянощі, кориця або ваніль. Технологія приготування передбачає правильне дозування сировини, підтримання оптимальної температури заварювання, а також подачу в чистому, підігрітому посуді, що забезпечує максимальне збереження смакових і ароматичних властивостей.

Холодні напої подаються охолодженими або зі льодом, зазвичай при температурі $+4$ - $+12$ °C, і включають фруктові та ягідні соки, морси, компоти, лимонади, холодні чайні настої, молочні напої, кефіри, смузі та коктейлі. Вони виконують освіжаючу функцію, сприяють відновленню водного балансу організму, збагачують раціон вітамінами та мікроелементами, а також підкреслюють смак страв, особливо в літній період. Для приготування холодних напоїв використовують свіжі або заморожені фрукти, ягоди, цукор, сиропи, мінеральну воду або молочні продукти. Технологія приготування передбачає охолодження до необхідної температури, змішування інгредієнтів, приготування пюре або настоїв, а також естетичну подачу в склянках, келихах або спеціальних посудинах.

Класифікація напоїв за температурою подавання також відображає їх функціональне призначення. Гарячі напої сприяють підтриманню теплового балансу організму, розслабленню та активації смакових рецепторів перед основними стравами, тоді як холодні напої відновлюють водний баланс, освіжають і можуть використовуватися як десертні або коктейльні компоненти.

10. Асортимент, технологія приготування, правила подавання гарячих напоїв, прохолодних напоїв, коктейлів молочних. Вимоги до якості

Гарячі напої в закладах ресторанного господарства включають чай, каву, какао, трав'яні та фруктові відвари. Технологія їх приготування передбачає точне дозування сировини, контроль температури води або молока та дотримання часу заварювання або варіння. Чай подають настоюваним у заварниках або порційних чашках із підігрітим посудом. Кава готується різними способами: еспресо, фільтр, розчинна, кавові напої з молоком або вершками.

Какао та гарячі молочні напої готують із молока, какао-порошку, цукру та ароматизаторів, ретельно збиваючи до однорідності.

Прохолодні напої представлені морсами, компотами, лимонадами, фруктовими та ягідними соками. Для їх приготування використовують свіжі або заморожені фрукти, воду, цукровий сироп та добавки, які надають напоям аромат і смак. Технологія включає подрібнення, настоювання, відварювання або охолодження до необхідної температури +4-+12 °С. Морси і компоти подають охолодженими в прозорих склянках або келихах, що підкреслює колір та прозорість рідини.

Молочні коктейлі готують із молока, морозива, фруктових пюре або шоколадних добавок. Технологія передбачає збивання інгредієнтів у блендері або міксері до отримання однорідної кремоподібної маси. Для подачі використовують високі склянки або келихи з соломинкою, прикрашають збитими вершками, фруктами або шоколадною стружкою.

Правила подавання гарячих напоїв включають сервірування у чистому, підігрітому посуді, з додаванням цукру, лимону, молока або вершків на вимогу споживача. Прохолодні напої та молочні коктейлі подають охолодженими, із льодом при необхідності, у чистому склі або прозорих посудинах, з декоративним оформленням для покращення естетичного вигляду.

Вимоги до якості напоїв передбачають відсутність сторонніх запахів, чистоту сировини, правильну температуру подавання, однорідну консистенцію та збалансований смак. Гарячі напої повинні бути ароматними і гарячими, прохолодні – освіжаючими та прозорими, молочні коктейлі – густими, однорідними та апетитними на вигляд. Дотримання технології та правил подавання забезпечує максимальне задоволення споживача та високу органолептичну оцінку напоїв.

11.Вимоги санітарії та особистої гігієни

У закладах ресторанного господарства дотримання санітарії та особистої гігієни є обов'язковим для забезпечення безпечності харчової продукції та запобігання харчовим отруєнням. Працівники повинні мати чисту форму, фартухи, головні убори або хустки, щоб уникнути потрапляння волосся та сторонніх часток у страви. Руки персоналу необхідно мити з милом перед початком роботи, після перерв, контакту з сирію сировиною, відходами, грошима або будь-якими забрудненими предметами, а також після відвідування туалету.

Стійкий контроль за станом рук включає використання дезінфікуючих розчинів, а також носіння чистих рукавичок при роботі з продуктами, які не піддаються подальшій тепловій обробці. Посуд, інвентар та робочі поверхні повинні регулярно митися гарячою водою з миючими засобами та дезінфікуватися відповідними розчинами. Особливу увагу приділяють чистоті холодильників, морозильників, витяжок і технологічного обладнання, оскільки вони є середовищем можливого розмноження мікроорганізмів.

У приміщеннях харчоблоків дотримуються правил особистої поведінки: не допускається вживання їжі, куріння, використання мобільних телефонів під час приготування продукції, а також робота при симптомах захворювань. Працівники повинні проходити регулярні медичні огляди, що підтверджують їхню придатність до роботи з харчовими продуктами.

Санітари та технологи контролюють дотримання режимів зберігання продуктів, температуру в холодильниках та умов транспортування, щоб запобігти псуванню та збереженню харчової цінності продукції. Виконання цих вимог забезпечує безпечне виробництво, високі органолептичні показники страв і збереження здоров'я споживачів.

Тема 14. Страви та кулінарні вироби з борошна

План:

1. Технологічні властивості борошна, підготовка його до виробництва.
2. Характеристика робочого місця для приготування страв з борошна.
3. Характеристика властивостей борошна. Значення клейковини у складі борошна.
4. Поділ пшеничного борошна на сильне, середнє, слабке.
5. Фарші та начинки для страв і кулінарних виробів з борошна.
6. Технологія приготування фаршів та начинок з м'яса, риби, овочів, грибів, фруктів та ягід. Вимоги до якості, умови та строки реалізації.
7. Технологія приготування прісного тіста.
8. Технологія приготування тіста для вареників, для пельменів.
9. Асортимент, технологія приготування, відпускання страв із борошна: вареників, пельменів, галушок, локшини домашньої, грінок, млинчиків. Вимоги до якості, умови та строки реалізації.

1. Технологічні властивості борошна, підготовка його до виробництва

Борошно є основною сировиною для виробництва хлібобулочних виробів, кондитерських виробів та деяких видів кулінарної продукції, тому його технологічні властивості безпосередньо впливають на якість готової продукції. Основні характеристики борошна визначаються сортом зерна, способом помелу та змістом білкових речовин, крохмалю, вологи та мінеральних речовин.

Білки борошна, насамперед глютен, відповідають за формування еластичного тіста, його здатність до газоутримання і розпушування. Вміст глютену впливає на об'єм виробів, їх структуру і пористість. Високобілкове борошно використовують для хлібобулочних виробів, де потрібна міцна клейковинна сітка, тоді як для кондитерських виробів з м'якою текстурою переважно застосовують борошно з низьким вмістом білка.

Крохмаль у борошні забезпечує здатність до набухання і утворення желеподібної структури під час теплової обробки. Він сприяє вологоутриманню та формуванню консистенції тіста або виробів. Вологість борошна має бути стабільною, зазвичай не більше 14%, оскільки підвищена вологість може спричинити злипання, а знижена – розсипання, що ускладнює формування тіста.

Підготовка борошна до виробництва включає його просіювання, очищення від сторонніх домішок і зберігання у сухих, вентильованих приміщеннях. Просіювання сприяє насиченню борошна киснем, розпушенню його частинок та видаленню грудочок, пилу і домішок. Для деяких видів виробів застосовують також збагачення борошна вітамінами, мінералами або додавання крохмалю, цукру та солі відповідно до рецептури.

Технологічні властивості борошна визначаються його **сили клейковини, здатністю до набухання, водопоглинальною здатністю та дрібністю помелу**. Ці показники контролюють перед початком виробництва за допомогою лабораторних методів. Вони дозволяють визначити оптимальні режими замісу тіста, час ферментації та температуру випікання, що забезпечує однорідність структури та якість готової продукції.

2. Характеристика робочого місця для приготування страв з борошна

Робоче місце для приготування страв із борошна у закладах ресторанного господарства організовується таким чином, щоб забезпечити ефективність технологічного процесу, зручність праці персоналу та дотримання санітарно-гігієнічних норм. Основні складові робочого місця включають технологічне обладнання, інвентар, посуд, а також зони для підготовки сировини, замісу тіста, формування виробів і їх подальшого приготування.

Передусім робоче місце повинно бути **чистим і сухим**, з достатньою кількістю робочих поверхонь для обробки борошна, замісу тіста та формування виробів. Стільниці та столярні поверхні виготовляють з матеріалів, що легко миються і дезінфікуються, таких як нержавіюча сталь або деревина, оброблена захисним покриттям. Робочі зони розділяють на чисті та брудні, щоб уникнути перехресного забруднення: зона підготовки борошна та сипучих інгредієнтів – чиста, зона роботи з сирим тістом – обмежена для мінімізації контакту з іншими продуктами.

На робочому місці розташовують **технологічне обладнання**, необхідне для замісу та обробки борошняних виробів. Це можуть бути тістоміси, планетарні міксери, розкаточні машини, формувальні конвеєри та печі для випікання. Для невеликих виробництв або порційного приготування використовують ручні інструменти: качалки, формочки, сита, терки та ножі для нарізання. Всі інструменти мають бути чистими, без пошкоджень і зручними для використання, щоб забезпечити однорідність структури тіста та якість виробів.

Посуд і інвентар підбирають відповідно до виду продукції: миски для замісу тіста, форми для випікання, дека, решітки, кондитерські мішки та шпателі. Посуд має бути достатньо стійким до високих температур, особливо форми для випікання, та легко очищуваним.

Організація робочого місця передбачає **дотримання санітарних вимог і особистої гігієни персоналу**. Працівники повинні мати чистий спецодяг, фартух, головний убір та вимиті руки. Робоче місце регулярно очищують від борошняного пилу та залишків тіста, а обладнання дезінфікують після завершення роботи.

Правильне планування робочого місця забезпечує зручність операцій, зменшення витрат часу на обробку борошна та виготовлення виробів, підтримання високої якості продукції та безпечність процесу для персоналу і споживачів.

3.Характеристика властивостей борошна. Значення клейковини у складі борошна

Борошно є основним компонентом у виробництві хлібобулочних, кондитерських та деяких кулінарних виробів, і його властивості визначають якість готової продукції. Основні характеристики борошна включають **сорт зерна, вологість, вміст білка, клейковини, крохмалю та мінеральних речовин**, а також показники помелу, які впливають на технологічні властивості тіста.

Вологість борошна має велике значення, оскільки вона впливає на поглинання води під час замісу тіста. Оптимальна вологість борошна зазвичай становить 13-14%. Надлишкова волога призводить до розм'якшення тіста та ускладнює його обробку, а недостатня – до розсипання і труднощів у формуванні виробів.

Вміст білка у борошні є ключовим показником для оцінки його харчової цінності та технологічних властивостей. Білки, головним чином глютеніві, визначають формування еластичної клейковинної сітки в тісті, здатної утримувати гази, що утворюються під час ферментації. Високобілкове борошно застосовують для хлібобулочних виробів, де потрібна щільна структура та великий об'єм, а низькобілкове – для кондитерських виробів з ніжною, розсипчастою текстурою.

Клейковина у складі борошна є головним показником його функціонально-технологічних властивостей. Вона утворюється під час замісу тіста у вигляді еластичної і в'язкої маси, здатної утримувати вуглекислий газ, що виділяється дріжджами або іншими розпушувачами. Якість клейковини визначається її силою, еластичністю та здатністю до набухання. Сильна клейковина забезпечує міцність тіста, рівномірну пористість хлібобулочних виробів і збереження форми, а слабка – призводить до розтікання тіста та щільної структури виробів.

Крохмаль у борошні забезпечує набухання та гелеутворення під час теплової обробки, що сприяє формуванню м'якої та однорідної структури готових виробів. Мінеральні речовини впливають на смакові властивості та колір м'якуша, а також на активність ферментів, що беруть участь у процесі ферментації.

4. Поділ пшеничного борошна на сильне, середнє, слабке

Пшеничне борошно класифікують за вмістом білка та якістю клейковини, що визначає його **силу** і технологічні властивості при виробництві хлібобулочних та кондитерських виробів. Основні групи – сильне, середнє та слабке борошно.

Сильне борошно містить високий рівень білка (12-14 %) та міцну клейковину. Завдяки цим властивостям тісто, замішане з сильного борошна, еластичне, добре тримає форму і здатне утримувати вуглекислий газ, що виділяється дріжджами. Це борошно ідеально підходить для випікання хліба, багетів, булочок та виробів, де потрібна пориста структура та великий об'єм м'якуша. Сильне борошно забезпечує високу міцність тіста і рівномірну пористість готового виробу.

Середнє борошно містить 10-12 % білка та середню міцність клейковини. Воно універсальне, використовується як для хлібобулочних виробів, так і для кондитерських продуктів середнього рівня складності. Тісто зі середнього борошна добре піддається замісу, має помірну еластичність і здатність утримувати газу, що дозволяє отримати вироби із м'яким, ніжним м'якушем, але не настільки пористим, як у випадку сильного борошна.

Слабке борошно містить менше 10 % білка та клейковини низької якості. Воно характеризується низькою здатністю до утримання газу, тому тісто з нього м'яке і легко розтікається. Слабке борошно застосовують для виробництва кондитерських виробів із ніжною структурою, таких як печиво, бісквіти, тістечка та торти. Завдяки низькому вмісту клейковини готові вироби виходять крихкими, м'якими або розсипчастими.

5. Фарші та начинки для страв і кулінарних виробів з борошна

Фарші та начинки для страв і кулінарних виробів з борошна є важливим компонентом, який визначає смакові, текстурні та органолептичні властивості готової продукції. Вони застосовуються у виробництві вареників, пельменів, пирогів, пиріжків, булочок, рулетів, штруделів, а також у кондитерських výroбах із здобного або листового тіста.

Фарші м'ясні готують із свіжого або охолодженого м'яса, рідше – з суміші м'яса та субпродуктів. М'ясо подрібнюють на м'ясорубці або у блендері, додають цибулю, спеції, сіль, яйця або сухарі для зв'язування маси та покращення консистенції. М'ясні фарші застосовують для пельменів, котлет у тісті, пиріжків і деяких видів хлібобулочних виробів.

Рибні фарші отримують із відварної або свіжої риби, яку подрібнюють і змішують із спеціями, цибулею, зеленню та яйцями. Вони використовуються для

приготування пирогів, рулетів і запіканок із тіста, надаючи стравам ніжний смак і аромат.

Овочеві та грибні начинки готують із відварених або обсмажених овочів, грибів, квасолі або сочевиці, подрібнених до однорідної консистенції. Часто додають масло, цибулю, спеції та зелень. Овочеві та грибні начинки застосовують для пиріжків, штруделів, пирогів і вареників, а також у комбінації з м'ясними або рибними фаршами для створення змішаних страв.

Солодкі начинки готують із фруктів, ягід, варення, сирної маси, горіхів, шоколаду або сухофруктів. Для отримання однорідної консистенції інгредієнти подрібнюють, при необхідності підсолоджують цукром або медом, додають крохмаль або яйця для загущення. Солодкі начинки використовують у виробництві пирогів, рулетів, слойок, тістечок і булочок.

Важливою вимогою до фаршів і начинок є **однорідність консистенції, правильна вологість та збалансований смак**, що дозволяє їм рівномірно заповнювати тісто і не виділяти зайву рідину під час теплової обробки. Для м'ясних і рибних фаршів контроль вологи та температури зберігання забезпечує безпеку продукту.

6. Технологія приготування фаршів та начинок з м'яса, риби, овочів, грибів, фруктів та ягід. Вимоги до якості, умови та строки реалізації

Технологія приготування фаршів та начинок для кулінарних виробів із борошна передбачає дотримання послідовності операцій, що забезпечує однорідність консистенції, безпеку та високі органолептичні властивості готової продукції.

М'ясні фарші готують із охолодженого або вареного м'яса. Спочатку м'ясо очищають від жил, сухожилів і шкіри, нарізають на невеликі шматки, потім подрібнюють на м'ясорубці або у блендері до однорідної маси. У фарш додають сіль, спеції, іноді цибулю, яйця або сухарі для покращення зв'язування та текстури. Приготований фарш повинен мати еластичну структуру, без грудочок і сторонніх домішок. Зберігають його в холодильнику при температурі +2...+6 °C не більше 24 годин.

Рибні фарші отримують із свіжої або вареної риби без кісток і шкіри. М'ясо риби подрібнюють, додають сіль, спеції, зелень і яйця для зв'язування. Консистенція має бути однорідною, без волокон і кісточок. Зберігання та реалізація фаршу здійснюються при температурі +2...+4 °C до 12-18 годин, залежно від виду риби.

Овочеві та грибні начинки готують із варених, тушкованих або обсмажених овочів і грибів. Інгредієнти подрібнюють, додають масло, сіль, спеції, іноді цибулю або борошно для загущення. Консистенція повинна бути

однорідною та в'язкою, без зайвої рідини, щоб начинка не розмочувала тісто під час теплової обробки. Зберігають такі начинки в холодильнику при температурі +2...+6 °С протягом 24-36 годин.

Фруктові та ягідні начинки готують із свіжих або заморожених фруктів і ягід, цукру або меду, іноді крохмалю для загущення. Фрукти подрібнюють, варять або тушкують до отримання однорідної маси. Консистенція повинна бути густою, без великих шматочків, що можуть пошкодити тісто. Зберігають при температурі +2...+6 °С не більше 24-36 годин.

Вимоги до якості фаршів і начинок передбачають **однорідність, відсутність сторонніх домішок, правильну консистенцію та збалансований смак**. Дотримання температурних режимів, термінів зберігання та умов реалізації забезпечує безпеку продукції і високу органолептичну оцінку готових страв із борошна.

7.Технологія приготування прісного тіста

Прісне тісто – це основа для великої кількості страв і виробів: вареників, пельменів, локшини, млинців, пирогів тощо. Його головна особливість – **відсутність дріжджів або інших розпушувачів**, завдяки чому вироби мають щільну, еластичну структуру.

Технологія приготування прісного тіста починається з **підготовки сировини**: пшеничного борошна вищого або першого ґатунку, води (іноді молока або сироватки), солі, яєць і жиру. Вода повинна бути кімнатної температури або трохи теплою – це сприяє рівномірному утворенню клейковини.

Далі проводять **замішування тіста**. У просіяне борошно вливають розчин солі у воді, додають яйця (за рецептурою) і замішують до утворення щільної, еластичної маси. Якщо тісто призначене для вареників чи пельменів, його роблять тугим, щоб воно добре тримало форму під час варіння. Для млинців або локшини тісто може бути більш м'яким і податливим.

Після замішування тісто залишають **відлежатися 20-30 хвилин** при кімнатній температурі, накривши вологою тканиною або плівкою. За цей час клейковина набухає, тісто стає більш пластичним, не рветься під час розкачування.

Далі виконують **формування виробів** – розкачують тісто у пласти необхідної товщини, вирізають або розрізають за формою (круги, смужки, квадрати), після чого додають начинки або формують виріб відповідно до рецептури.

Якість прісного тіста оцінюють за **однорідністю, еластичністю, гладкою поверхнею без тріщин**. Воно не повинно прилипати до рук і робочої поверхні, легко розкочуватись та зберігати форму. Зберігають прісне тісто не більше 2 годин у прохолодному місці або холодильнику при температурі +4...+6 °С, щоб уникнути висихання та втрати пластичності.

8.Технологія приготування тіста для вареників, для пельменів

Тісто для вареників і пельменів належить до прісного тіста, але має свої особливості залежно від виду виробу. Основна різниця полягає в **щільності та еластичності структури**: для вареників – м'якше, для пельменів – тугіше, щоб краще утримувало начинку під час варіння.

Для **вареників** використовують пшеничне борошно вищого або першого ґатунку, теплу воду (іноді молоко), яйця, сіль і трохи рослинної олії чи розтопленого масла. У мисці розчиняють сіль у рідині, додають яйце, вливають у просіяне борошно та замішують тісто до однорідної, м'якої, еластичної консистенції. Після замішування тісто накривають плівкою або тканиною й залишають «відлежатися» 20-30 хвилин. Це необхідно для набухання клейковини, щоб тісто легше розкачувалось і не рвалось.

Для **пельменів** тісто готують більш щільним і пружним. Його склад схожий, але рідини беруть менше. Часто застосовують **заварний спосіб** – частину борошна заварюють гарячою водою або молоком, що робить тісто еластичнішим і зручним у ліпленні. Таке тісто не тріскається при заморожуванні й добре зберігає форму при варінні.

Обидва види тіста після відлежування розкачують у тонкий пласт товщиною 1-2 мм, вирізають кружальця або квадрати, на середину кладуть начинку, краї щільно з'єднують. Вироби варять у підсоленій киплячій воді до готовності (5-7 хвилин після спливання на поверхню).

Готове тісто має бути **однорідним, пластичним, без грудочок і тріщин**. Зберігати його слід у холодильнику не більше 2 годин або заморожувати для тривалого зберігання.

9.Асортимент, технологія приготування, відпускання страв із борошна: вареників, пельменів, галушок, локшини домашньої, грінок, млинчиків. Вимоги до якості, умови та строки реалізації

Асортимент страв із борошна у закладах ресторанного господарства надзвичайно широкий, адже ця група виробів є традиційною для української кухні та має високу поживну цінність. До найпоширеніших належать **вареники**,

пельмені, галушки, локшина домашня, грінки, млинчики. Кожна з цих страв має свої особливості приготування, подавання та вимоги до якості.

Вареники готують із прісного тіста, зазвичай із пшеничного борошна вищого або першого ґатунку. Начинки бувають солоні (з картоплі, капусти, м'яса, печінки, грибів) і солодкі (з сиру, маку, ягід, вишень). Тісто розкачують у пласт товщиною близько 1,5 мм, вирізають кружальця, кладуть начинку, краї з'єднують і відварюють у підсоленій воді. Відпускають вареники зі сметаною, розтопленим маслом або підсмаженою цибулею. Вареники повинні мати правильну форму, цілі, без розривів, начинка – соковита, рівномірно розподілена.

Пельмені готують із тугого прісного або заварного тіста, начинку – із сирого подрібненого м'яса (свинини, яловичини, іноді з додаванням цибулі та спецій). Пельмені варять у підсоленій воді до спливання, потім ще 3-5 хвилин. Відпускають зі сметаною, вершковим маслом або оцтом. Готові вироби мають бути пружними, без тріщин, начинка – добре провареною, соковитою.

Галушки готують із рідкого тіста на воді, молоці чи кефірі з яйцями. Їх формують ложкою та опускають у киплячу підсолену воду або бульйон. Готові галушки відпускають як самостійну страву зі смаженою цибулею, маслом чи сметаною або як гарнір до м'ясних і рибних страв. Вимоги до якості: галушки мають бути м'якими, однаковими за розміром, без грудочок сирого тіста.

Локшина домашня готується з прісного тіста, яке розкачують дуже тонко й нарізають смужками різної ширини. Варять її у підсоленій воді чи бульйоні. Подають як гарнір до м'яса або як самостійну страву – з маслом, молоком, сиром, цукром. Локшина має бути пружною, не злипатися, без ознак переварювання.

Грінки (смажені скибочки хліба) виготовляють із білого або пшеничного хліба, змоченого в суміші молока й яєць, потім обсмаженого до золотистої скоринки. Існують солоні варіанти (з сиром, ковбасою, часником) і солодкі (з цукром, варенням, фруктами). Готові грінки мають бути рівномірно підсмажені, з м'яким серединою та хрусткою скоринкою.

Млинчики – це вироби з рідкого тіста на молоці або воді з додаванням яєць, солі, цукру та невеликої кількості жиру. Їх смажать на гарячій сковороді тонким шаром, потім використовують для подавання з різними начинками (сир, м'ясо, гриби, фрукти). Млинчики повинні мати рівномірну структуру, без підгорілих ділянок, м'які, еластичні, з рівним золотистим кольором.

Вимоги до якості страв із борошна включають: правильну форму, приємний запах і смак, відповідну консистенцію тіста, відсутність сторонніх присмаків і запахів. Начинки мають бути добре термічно оброблені, ароматні, без надлишку вологи.

Умови та строки реалізації таких страв залежать від виду виробу. Вареники, пельмені, галушки, локшина після варіння повинні реалізовуватися не пізніше ніж через 2 години з моменту приготування (при температурі +60 °С). Млинчики з начинкою – до 3 годин. Напівфабрикати (заморожені пельмені, вареники) зберігають при температурі не вище -18 °С до 30 діб.

Тема 15. Технологія виробництва кондитерських виробів

План:

1. Класифікація без дріжджового тіста. Поділ без дріжджового тіста залежно від способу розпушування, використаної сировини і технології приготування. Характеристика розпушувачів, що застосовуються у кулінарії. Характеристика механічного способу розпушування у кулінарії.
2. Кондитерські вироби із тіста дріжджового. Асортимент, особливості приготування кондитерських виробів із тіста дріжджового. Особливості випікання великих і дрібних кондитерських виробів із тіста дріжджового.
3. Прикрашання після випічки кондитерських виробів із тіста дріжджового.
4. Кондитерські вироби із здобного прісного тіста. Технологічний процес приготування тіста прісного здобного. Асортимент, рецептури виробів, особливості приготування кондитерських виробів із тіста прісного здобного.
5. Оздоблювальні напівфабрикати для кондитерських виробів. Класифікація, асортимент, технологічні процеси виготовлення оздоблювальних напівфабрикатів: сиропи для змочування, сиропи для глазурування, креми, помадки, пряникові глазурі, білково-малювальні маси, цукрово-желатинова пластична маса. Вимоги до якості, мови та строки їх зберігання.
6. Тісто пісочне. Технологічний процес приготування тіста пісочного. Асортимент, рецептури виробів. Вимоги до якості, строк реалізації.
7. Тісто бісквітне. Технологічний процес приготування тіста бісквітного. Асортимент, рецептури виробів. Вимоги до якості, строк реалізації.
8. Тісто заварне. Технологічний процес приготування тіста заварного. Асортимент, рецептури виробів. Вимоги до якості, строк реалізації.
9. Тісто прісне листкове. Технологічний процес приготування тіста прісного листкового. Асортимент, рецептури виробів. Вимоги до якості, строк реалізації.

1. Класифікація без дріжджового тіста. Поділ без дріжджового тіста залежно від способу розпушування, використаної сировини і технології приготування. Характеристика розпушувачів, що застосовуються у кулінарії. Характеристика механічного способу розпушування у кулінарії

Бездріжджове тісто – це еластична або рідка маса, отримана в результаті змішування борошна з рідиною, жирами, яйцями, цукром, сіллю та іншими компонентами, але без використання дріжджів. Його структура формується завдяки різним способам розпушування, які забезпечують утворення пористості та ніжної консистенції готових виробів.

Залежно від різних ознак бездріжджове тісто поділяють:

1. За способом розпушування:

- *Механічне* – збивання компонентів (бісквітне, пісочне, оладкове).
- *Хімічне* – застосування соди, амонію, комплексних розпушувачів.
- *Фізичне* – утворення водяної пари під час випікання (листокве, заварне).

2. За консистенцією:

- круте (для пельменів, вареників, локшини);
- середньої густини (для пиріжків, чебуреків);
- рідке (для млинців, оладок, бісквітів).

3. За складом сировини:

- *Прісне* — без цукру і жиру;
- *Здобне* — із додаванням яєць, масла, цукру, сметани, молока.

4. За технологією приготування:

- звичайне прісне;
- заварне;
- листкове;
- бісквітне;
- пісочне.

Механічне розпушування. Розпушування забезпечує утворення газів або повітряних прошарків у тісті, що робить виріб об'ємним і ніжним. Існують три типи розпушування – хімічне, фізичне та механічне.

Хімічне розпушування. Використовуються речовини, що виділяють CO₂ при нагріванні або реакції з кислотами.

– *Сода (NaHCO₃)*: вступає в реакцію з кислотами (кефір, сметана, оцет), утворюючи CO₂, який розпушує тісто.

– *Амоній (NH₄HCO₃)*: при нагріванні розкладається на газоподібні речовини (CO₂, NH₃, H₂O), застосовується для дрібних виробів.

– *Комплексні розпушувачі*: суміш соди, кислот та наповнювачів, забезпечують рівномірне розпушення.

Переваги – швидке утворення пористої структури, стабільність результату. Недоліки – потреба у точному дозуванні, можливість стороннього присмаку.

Фізичне розпушування. Здійснюється за рахунок випаровування вологи при високій температурі. Вироби розпушуються парами, що утворюються під час випікання.

– *Заварне тісто* (еклери, профітролі) – вода, що міститься в тісті, перетворюється на пару, утворюючи порожнини.

– *Листкове тісто* – чергування шарів тіста і масла створює повітряні прошарки, які при нагріванні розділяються парою.

Цей спосіб не потребує розпушувачів, але вимагає точної температури випікання.

Механічне розпушування. Базується на насиченні тіста повітрям у процесі інтенсивного збивання. Під час випікання повітря розширюється, утворюючи пористу структуру.

Механічне розпушування застосовують у бісквітному, пісочному, оладковому тісті.

– У бісквітному тісті білки або цілі яйця збивають із цукром, насичуючи масу повітрям.

– У пісочному тісті повітря вводиться при розтиранні масла з цукром.

– У млинцевому тісті повітря утримується білками яєць.

На якість впливають температура (20-25 °С), тривалість і швидкість збивання. Недостатнє збивання робить тісто щільним, надмірне – знижує об'єм через руйнування піни.

Характеристика основних видів бездріжджового тіста:

– *Прісне* — еластичне, готується без розпушувачів, використовується для вареників, пельменів.

– *Заварне* — частину борошна заварюють окропом; розпушується паром.

– *Пісочне* — містить багато жиру та цукру, має крихку структуру.

– *Листкове* — багат шарове, завдяки фізичному розпушенню паром.

– *Бісквітне* — рідке, легке, з насиченням повітрям механічним способом.

2. Кондитерські вироби із тіста дріжджового. Асортимент, особливості приготування кондитерських виробів із тіста дріжджового. Особливості випікання великих і дрібних кондитерських виробів із тіста дріжджового.

Дріжджове тісто є основою для широкого асортименту кондитерських виробів, що відзначаються ніжною пористою структурою, приємним ароматом і високою харчовою цінністю. Його головною особливістю є використання дріжджів – мікроорганізмів, які у процесі бродіння розщеплюють цукри, виділяючи вуглекислий газ. Завдяки цьому в тісті утворюється пориста, еластична структура, а вироби набувають об'єму, м'якості й легкості.

Асортимент кондитерських виробів із дріжджового тіста надзвичайно широкий. До нього належать різноманітні булочні вироби, пироги, плетінки, ватрушки, рулети, кренделі, рогалики, слойки з начинками, паски, бабки та інші здобні вироби. За ступенем збагачення сировиною дріжджове тісто поділяють на просте та здобне. Просте містить лише основні компоненти – борошно, воду, дріжджі, сіль, невелику кількість цукру та жиру. Його використовують для пірижків, рулетів, пампушок. Здобне тісто включає більшу кількість цукру, масла, яєць, молока або сметани, що надає виробам вираженого аромату, солодкуватого смаку і ніжної текстури; з нього готують паски, булочки, кренделі, бабки, плюшки.

Процес приготування дріжджового тіста потребує дотримання температурного режиму та технологічної послідовності. Основними етапами є

підготовка сировини, замішування тіста, бродіння, обминання, формування виробів, вистоювання та випікання. Сировину перед замісом підігривають до 30-35 °С, щоб забезпечити активність дріжджів. Замішування триває до утворення однорідної еластичної маси, яка не прилипає до рук.

Бродіння є ключовим процесом, оскільки саме під час нього дріжджі виділяють вуглекислий газ, що розпушує тісто. Оптимальна температура для бродіння становить 30-35 °С. Тривалість залежить від рецептури: для простого тіста – близько 2 годин, для здобного – до 4 годин. Під час бродіння тісто обминають 1-2 рази, щоб вивести надлишок газу, рівномірно розподілити дріжджі та поліпшити структуру клейковини.

Особливістю приготування здобного дріжджового тіста є те, що велика кількість жиру та цукру сповільнює діяльність дріжджів. Тому в такому тісті часто використовують попереднє приготування опари – рідкої суміші з частини борошна, дріжджів, цукру та молока, яку витримують до активного бродіння, а потім додають решту інгредієнтів. Це дає змогу отримати пишну, рівномірно пористу м'якушку і приємний аромат.

Формування виробів залежить від їх виду. Для булочок і пиріжків тісто ділять на шматки, надають форму вручну або за допомогою форм, для рулетів розкачують у пласт, наносять начинку (макову, фруктову, сирну, горіхову) і згортають. Перед випіканням вироби обов'язково вистоюють 10-20 хвилин у теплому місці, щоб вони піднялися та не втратили форму під час теплової обробки.

Випікання – завершальний і надзвичайно важливий етап, який визначає якість готового виробу. Оптимальна температура випікання залежить від розміру виробу і складу тіста. Для дрібних виробів (булочки, ватрушки, пиріжки) вона становить 210-230 °С, а тривалість – 10-20 хвилин. Великі вироби (паски, бабки, рулети) випікають при нижчій температурі – 180-200 °С протягом 40-60 хвилин. Зниження температури при випіканні великих виробів необхідне для того, щоб вони рівномірно пропікалися всередині, не підгоріли зовні і не осіли після охолодження.

Під час випікання в тісті відбуваються складні фізико-хімічні зміни: волога частково випаровується, білки зсідаються, крохмаль клейстеризується, утворюється рум'яна ароматна скоринка. Вироби набувають стабільної форми, пористої структури та приємного запаху, зумовленого карамелізацією цукрів і дією ароматичних речовин, що утворюються в процесі нагрівання.

Важливим моментом є також оздоблення виробів перед випіканням – їх змащують яйцем або сумішшю яйця з молоком для утворення блискучої поверхні, посипають цукром, маком, горіхами чи кунжутом. Після випікання здобні вироби іноді покривають сиропом, глазур'ю або посипають пудрою.

3. Прикрашання після випічки кондитерських виробів із тіста дріжджового

Прикрашання кондитерських виробів із дріжджового тіста після випікання є важливим етапом, що надає готовим виробам привабливого зовнішнього вигляду, підкреслює їхній смак і формує товарний вигляд. Декорування виконує не лише естетичну, а й технологічну функцію – воно може зберігати вологу виробу, покращувати аромат, надавати додаткової смакової насиченості.

Найпоширенішим способом оздоблення є покриття поверхні цукровою пудрою. Її рівномірно посипають через ситечко на охолоджені вироби – булочки, ватрушки, паски, рулети, рогалики. Такий прийом додає виробам святкового вигляду, а також маскує незначні дефекти поверхні. Для посилення ефекту іноді використовують пудру, змішану з ваніліном або корицею.

Ще один поширений варіант – змащування поверхні виробів сиропом або глазур'ю. Цукровий сироп готують із цукру та води у співвідношенні 1:1, іноді з додаванням лимонного соку чи ромової есенції. Готові вироби змащують теплим сиропом відразу після випікання, щоб він рівномірно ввібрався в поверхню. Така обробка надає блиску, запобігає пересиханню скоринки та робить її м'якшою.

Глазурі – цукрові, білкові, шоколадні або карамельні – застосовують переважно для здобних кондитерських виробів: пасок, бабок, рулетів. Цукрову глазур готують з пудри та лимонного соку або води; білкову – з білка, збитого з пудрою; шоколадну – на основі какао-порошку чи розтопленого шоколаду з додаванням масла. Глазур наносять на охолоджений виріб пензликом або ложкою, після чого її підсушують при кімнатній температурі.

Для святкових виробів часто використовують декоративні елементи: кольорові посипки, горіхи, мигдальні пелюстки, кокосову стружку, мармелад, цукати або карамельні фігурки. Їх розміщують на поверхні ще теплої глазури, щоб вони добре закріпилися. На пасках традиційно роблять напис «ХВ» або наносять візерунки білою глазур'ю за допомогою кондитерського мішка.

Вироби з фруктовими начинками або рулети можуть прикрашатися шматочками свіжих фруктів, желе або кремом. Для фіксації таких прикрас використовують цукровий сироп або тонкий шар мармеладу. У деяких випадках кондитери застосовують аплікації з мастики або марципану, які дозволяють створювати складні декоративні композиції.

Важливою деталлю є охолодження виробів перед прикрашанням. Гарячі вироби не можна посипати пудрою або покривати глазур'ю – вони розтануть, втратять вигляд і рівномірність покриття. Оптимальна температура виробу перед декоруванням – близько 30-35 °С.

4. Кондитерські вироби із здобного прісного тіста. Технологічний процес

приготування тіста прісного здобного. Асортимент, рецептури виробів, особливості приготування кондитерських виробів із тіста прісного здобного

Кондитерські вироби із здобного прісного тіста займають особливе місце у виробництві борошняних виробів завдяки ніжному смаку, розсипчастій структурі та приємному аромату. Таке тісто характеризується високим вмістом жиру, цукру, яєць, смакових і ароматичних добавок, що забезпечує йому пластичність, еластичність і здатність утримувати форму під час випікання. До здобного прісного тіста належать пісочне, цукрове, масляне, крихке, мигдальне тощо. З нього виготовляють печиво, тарталетки, кошики, торти, тістечка, рулети, коржі для тортів.

Технологічний процес приготування здобного прісного тіста має свої особливості, які відрізняють його від приготування дріжджового тіста. Основним завданням технології є забезпечення розсипчастої структури готових виробів, що досягається обмеженням утворення клейковини. Для цього жири вводять на початковій стадії замішування, щоб обволікати частинки борошна та перешкоджати надмірному з'єднанню білків.

Процес починається з **підготовки сировини** – просіювання борошна, охолодження масла або маргарину, відмірювання цукрової пудри, яєць, солі, ваніліну, лимонної цедри чи есенцій. Сировину, що використовується, повинна бути високої якості: борошно з низьким вмістом білка, масло або маргарин без сторонніх запахів, цукрова пудра дрібного помелу.

Приготування тіста здійснюють кількома способами:

1. **Розтирання жиру з цукром або цукровою пудрою.** До отриманої маси поступово додають яйця, ароматизатори, потім борошно. Такий спосіб характерний для масляного або цукрового тіста.
2. **Змішування всіх інгредієнтів одночасно** – застосовується для пісочного тіста. Замішування триває короткий час, щоб уникнути надмірного розвитку клейковини.
3. **З використанням кремоподібної структури.** Масло розтирають до пухкої консистенції, після чого вводять цукор, яйця і борошно – такий метод забезпечує ніжну структуру печива і тістечок.

Після замішування тісто **охолоджують 20-30 хвилин** у холодильнику при температурі +2...+6 °С для стабілізації структури і зниження липкості. Далі його розкачують у пласти товщиною 3-6 мм, вирізають форми або вистилають ним форми для тарталеток, пирогів, рулетів.

Випікання виробів із прісного здобного тіста здійснюється при температурі 200-220 °С. Тривалість залежить від маси та товщини заготовок: дрібні вироби випікають 10-15 хв, великі – 20-30 хв. Під час випікання

відбувається плавлення жиру, утворення пари, розширення пор, що забезпечує розсипчасту структуру. Готові вироби повинні мати золотистий колір, приємний аромат і ніжний смак без надлишку цукру чи жиру.

Асортимент виробів із здобного прісного тіста надзвичайно широкий.

- **Пісочне тісто** використовують для приготування пісочного печива, тарталеток, пирогів, основ для тортів, тістечок. Його готують із борошна, масла, цукрової пудри, яєць, ваніліну, іноді додають сметану або вершки.
- **Масляне тісто** – основа для тістечок, рулетів, коржів. У рецептурі підвищений вміст жиру (до 40%) і цукру (до 25%), що забезпечує ніжну, пухку структуру.
- **Цукрове тісто** застосовується для приготування декоративного печива, пряників і фігурних виробів.
- **Мигдальне або горіхове тісто** готують з додаванням подрібнених горіхів або мигдалю, часто використовують як основу для десертів преміум-класу.

Особливості приготування полягають у суворому дотриманні температурного режиму. Висока температура сировини або тривале замішування призводять до утворення клейковини, внаслідок чого вироби стають твердими. Тому всі інгредієнти (особливо масло і яйця) повинні мати охолоджену температуру. Також важливо дотримуватися співвідношення жиру і борошна: надлишок жиру ускладнює формування тіста, а нестача – робить його жорстким.

Готові вироби після випікання охолоджують і, за потреби, прикрашають глазур'ю, шоколадом, джемом, кремом або цукровою пудрою. Пісочні кошики наповнюють кремами, фруктами, желе, білковими масами.

5.Оздоблювальні напівфабрикати для кондитерських виробів. Класифікація, асортимент, технологічні процеси виготовлення оздоблювальних напівфабрикатів: сиропи для змочування, сиропи для глазурування, креми, помадки, пряникові глазури, білково-малювальні маси, цукрово-желатинова пластична маса. Вимоги до якості, мови та строки їх зберігання

Оздоблювальні напівфабрикати відіграють важливу роль у виробництві кондитерських виробів, адже вони формують зовнішній вигляд, аромат, смак і підвищують харчову цінність продукції. До них належать сиропи, креми, помадки, глазури, білково-малювальні та желатинові маси. Використання цих напівфабрикатів забезпечує різноманітність асортименту, художнє оформлення та стабільну якість готових виробів.

Класифікація оздоблювальних напівфабрикатів здійснюється за їхнім призначенням:

1. Для змочування коржів і напівфабрикатів (сиropи).
2. Для глазурування поверхні (цукрові, шоколадні, пряникові глазури, помадки).
3. Для наповнення і декорування (різні види кремів, білкові маси, желатинові або цукрово-пластичні маси).

Сиropи для змочування використовуються для зволоження випечених напівфабрикатів, зокрема бісквітів, щоб зробити їхні шари ніжнішими і ароматнішими. Готують сиropи шляхом розчинення цукру у воді у співвідношенні 1:1 або 1:0,8 з подальшим кип'ятінням до повного розчинення. Після охолодження додають ароматичні речовини – ванілін, ром, коньяк, лікер, фруктові есенції або соки. Якість сиropу визначається прозорістю, відсутністю кристалів цукру та сторонніх присмаків. Зберігають його у закритому посуді при температурі +2...+6 °C не більше 2 діб.

Сиropи для глазурування використовуються для покриття поверхні фруктів, тортів або тістечок блискучим шаром. До їхнього складу входять цукор, вода, глюкозний сиrop або мед. Іноді додають желатин або агар, щоб надати блиску і в'язкості. Процес приготування полягає у варінні сиropу до температури 105-110 °C, охолодженні та нанесенні тонкого шару на поверхню виробу. Такий сиrop має бути прозорим, однорідним, із приємним ароматом.

Креми є найпоширенішим видом оздоблювальних напівфабрикатів. Їх поділяють на **масляні, білкові, вершкові, заварні, сирні, збиті** тощо.

Масляні креми готують збиванням вершкового масла з цукровою пудрою або згущеним молоком, додаючи ароматизатори. Вони мають пластичну консистенцію, легко наносяться і добре тримають форму.

Білкові креми отримують шляхом збивання білків із цукровим сиropом, який додають гарячим у процесі збивання. Такі креми легкі, повітряні, використовуються для оздоблення тістечок і тортів.

Заварні креми готують на молоці або воді, уварюючи суміш яєць, цукру, борошна або крохмалю, потім вводять масло. Вони мають ніжну, еластичну структуру і приємний смак.

До кремів висувають вимоги: однорідна консистенція, стійкість форми, приємний аромат без ознак закисання. Зберігають креми в холодильнику при +2...+6 °C не більше 36 годин.

Помадки – це цукрові маси, які використовують для глазурування і прикрашання. Розрізняють **білу (основну)** та **шоколадну** помадки. Основну готують уварюванням цукрового сиropу до 115-118 °C, охолодженням і збиванням до утворення білої пластичної маси. Для шоколадної додають какао-порошок або розтоплений шоколад. Помадка має бути гладкою, блискучою, без

кристалів цукру. Зберігають її при температурі +10...+15 °С у герметичній тарі до 10 днів.

Пряникові глазури застосовуються для покриття пряників або печива. Готують із цукру, води і патоки, іноді з додаванням білка або крохмального сиропу. Варять сироп до 106-110 °С, після чого гарячими поливають пряники, які потім висушують при температурі 50-60 °С. Глазур утворює рівний блискучий шар, який захищає вироби від висихання.

Білково-малювальні маси використовуються для художнього оздоблення тортів і тістечок. Готують їх зі збитих білків з цукровою пудрою або сиропом, іноді з додаванням лимонної кислоти чи оцту для стабілізації. Масу забарвлюють харчовими барвниками. Вона має бути густою, еластичною, блискучою, без ознак розшарування.

Цукрово-желатинова пластична маса – це матеріал для ліплення декоративних елементів (фігур, квітів, обрамлень). Готується з цукрової пудри, желатину, води, глюкози або меду. Желатин розчиняють у теплій воді, змішують із рештою компонентів, потім масу вимішують до однорідності. Вона має бути пластичною, не липкою, добре тримати форму. Зберігається у щільно закритій тарі або плівці при температурі +4...+8 °С до 5 діб.

Вимоги до якості оздоблювальних напівфабрикатів:

- однорідна консистенція, без грудочок і кристалів;
- приємний аромат і смак, характерний для використаної сировини;
- відсутність сторонніх присмаків і запахів;
- стабільність при зберіганні та нанесенні.

Умови і строки зберігання залежать від складу: креми і маси – до 36 годин при +2...+6 °С; сиропи – до 2 діб; помадки – до 10 днів; цукрово-желатинова маса – до 5 днів.

6.Тісто пісочне. Технологічний процес приготування тіста пісочного. Асортимент, рецептури виробів. Вимоги до якості, строк реалізації

Пісочне тісто належить до прісних здобних видів тіста, яке характеризується високим вмістом жиру та цукру. Завдяки цим компонентам вироби мають ніжну, розсипчасту консистенцію, приємний смак і аромат. Пісочне тісто широко використовується у кондитерському виробництві для приготування тортів, тістечок, печива, кошиків, пирогів і тарталеток.

Технологічний процес приготування пісочного тіста складається з кількох послідовних етапів:

1. **Підготовка сировини.** Усі інгредієнти повинні бути високої якості. Борошно використовують пшеничне вищого або першого сорту з помірним

вмістом клейковини (28-34 %). Масло або маргарин має бути свіжим, без стороннього запаху, цукор – у вигляді пудри для рівномірного розподілу. Яйця, ваніль, сіль і ароматизатори додають для покращення смаку.

2. Замішування тіста. Готують тісто швидко, щоб уникнути надмірного розвитку клейковини. Спочатку розтирають масло або маргарин із цукровою пудрою до однорідної маси, потім додають яйця, ароматизатори, сіль, після чого поступово вводять просіяне борошно. Маса має стати пластичною, але не еластичною.

3. Охолодження тіста. Замішане тісто загортають у плівку та витримують у холодильнику при температурі +2...+6 °С протягом 30-60 хвилин. Це сприяє затвердінню жиру, зниженню пружності та полегшує формування виробів.

4. Формування. Із охолодженого тіста формують заготовки вручну або за допомогою форм, качалок, машин. Товщина шару зазвичай 3-6 мм.

5. Випікання. Вироби випікають при температурі 200-230 °С до золотистого кольору. Надмірне випікання робить їх ламкими, а недостатнє – твердими.

Асортимент виробів із пісочного тіста дуже широкий. До найпоширеніших належать:

- **Печиво пісочне** (кільця, сердечка, «сабле», «тюльпани»);
- **Тістечка та торти** (пісочні кошики з білковим або фруктовим кремом, тістечка «Корзинка», «Горішки»);
- **Пироги і тарталетки** з фруктовими або ягідними начинками;
- **Пісочні коржі** для складання тортів («Наполеон», «Королівський»).

Рецептури передбачають різні співвідношення компонентів: у класичному варіанті на 1 кг борошна беруть 600 г масла, 400 г цукрової пудри, 4 яйця і 2 г солі. Для більш розсипчастих варіантів кількість жиру збільшують, а яєць – зменшують.

Вимоги до якості пісочного тіста та виробів: поверхня гладка, без тріщин, колір золотистий, структура – дрібнопориста, розсипчаста, смак – виражений масляно-цукровий, без сторонніх присмаків. Недопустимі ознаки – твердість, горілість, ознаки непропікання або кислий запах.

Строк реалізації виробів із пісочного тіста залежить від начинки:

- без начинки – до 5 діб при температурі +15...+20 °С;
- із кремовими наповнювачами – до 36 годин при +2...+6 °С;
- із фруктовими або желейними начинками – до 2 діб у холодильнику.

Пісочне тісто поєднує простоту приготування з високими органолептичними властивостями, тому залишається основою для виготовлення великої кількості популярних кондитерських виробів.

7.Тісто бісквітне. Технологічний процес приготування тіста бісквітного Асортимент, рецептури виробів. Вимоги до якості, строк реалізації

Бісквітне тісто належить до групи безжирових кондитерських напівфабрикатів, основою якого є збиті яйця або яєчні маси з цукром і борошном. Його особливість – пориста, м'яка, еластична структура, що утворюється завдяки інтенсивному насиченню тіста повітрям під час збивання. Бісквіт широко використовується у виготовленні тортів, рулетів, тістечок, тортових основ та десертів.

Технологічний процес приготування бісквітного тіста включає кілька основних етапів:

- 1. Підготовка сировини.** Використовують свіжі курячі яйця або меланж, цукор-пісок, пшеничне борошно вищого сорту, а також крохмаль для надання тісту ніжності. Додатково можуть вводитись ароматизатори (ванілін, лимонна цедра).
- 2. Збивання яєць із цукром.** Існує два способи приготування:
 - *Холодний спосіб:* яйця збивають із цукром до збільшення об'єму у 2,5-3 рази, утворення світлої, пишної маси.
 - *Гарячий спосіб:* яйця з цукром підігривають на водяній бані до 40-45 °С, потім збивають до густої піни. Цей метод забезпечує більш стабільну структуру та вищий підйом бісквіта.
- 3. Введення борошна.** Після збивання в яєчну масу обережно всипають просіяне борошно, часто змішане з крохмалем. Перемішування проводять лопаткою або міксером на низьких обертах, щоб зберегти легкість маси.
- 4. Випікання.** Форму змащують жиром, дно застеляють пергаментом. Бісквітне тісто випікають при температурі 190-200 °С протягом 30-40 хвилин без відкривання духовки. Готовність визначають сухою шпажкою.
- 5. Витримування.** Після випікання бісквіт залишають на 8-10 годин у прохолодному місці для дозрівання структури перед розрізанням і просоченням.

Асортимент виробів із бісквітного тіста включає:

- **Торти та тістечка:** «Київський», «Прага», «Пташине молоко», «Дністер»;
- **Рулети бісквітні** з кремом, джемом, варенням;
- **Пирого й коржі** для багатошарових десертів;
- **Порційні тістечка** з фруктовими начинками або кремами.

Рецептура класичного бісквіта (на 1 кг борошна): 60 яєць, 1 кг цукру, 250 г крохмалю. Для здобних варіантів додають вершкове масло або маргарин, що робить структуру щільнішою і надає приємного аромату.

Вимоги до якості бісквіта: поверхня рівна, золотисто-жовта, без тріщин; м'якуш – пористий, еластичний, рівномірно пропечений; смак – солодкий, без сторонніх присмаків. Недопустимі ознаки – волога середина, осідання, липкість або підгорілість.

Строк реалізації бісквітних напівфабрикатів без начинки – до 72 годин при температурі +15...+20 °С, з кремовим прошарком – до 36 годин при +2...+6 °С.

Бісквітне тісто цінується за універсальність, легкість структури та здатність добре поєднуватися з різними кремами, сиропами й фруктовими складовими, що робить його базою для численних кондитерських виробів.

8.Тісто заварне. Технологічний процес приготування тіста заварного. Асортимент, рецептури виробів. Вимоги до якості, строк реалізації

Заварне тісто – це різновид бездріжджового тіста, яке відрізняється від інших способом приготування: частину борошна заварюють у гарячій рідині (воді або молоці) з жиром, а потім у теплу масу вводять яйця. Такий метод забезпечує тісту еластичність, здатність добре підніматися під час випікання і створює характерну порожнину всередині виробів.

Технологічний процес приготування заварного тіста включає кілька основних етапів.

- 1. Підготовка сировини.** Використовують пшеничне борошно вищого сорту, воду або молоко, вершкове масло або маргарин, яйця, сіль. У деяких рецептурах допускається додавання невеликої кількості цукру для покращення смаку і забарвлення.
- 2. Заварювання борошна.** У каструлі або казані доводять до кипіння рідину з жиром і сіллю, потім поступово всипають просіяне борошно, безперервно перемішуючи до утворення однорідної густої маси. Суміш прогрівають 2-3 хвилини, щоб випарувалась частина вологи і клейстеризувався крохмаль.
- 3. Охолодження маси.** Заварену основу охолоджують до 60-65 °С, щоб при введенні яєць вони не згорнулися.
- 4. Введення яєць.** По одному вводять яйця, ретельно перемішуючи після кожного, до отримання гладкої блискучої маси, що повільно сповзає з лопатки. Консистенція тіста має бути середньої густини – не рідка, але й не занадто щільна.
- 5. Формування та випікання.** Готове тісто відсаджують за допомогою кондитерського мішка на лист, злегка зволожений або застелений

пергаментом. Випікають при температурі 200-220 °С упродовж 20-30 хвилин, не відкриваючи духовки, щоб не допустити осідання.

Асортимент виробів із заварного тіста включає:

- **Профітролі** – дрібні кульки, які наповнюють кремом, паштетом, маслом;
- **Еклери** – видовжені вироби з кремовою або білковою начинкою, глазуровані шоколадом чи помадкою;
- **Кільця й корзинки** для подавання десертних або закусточних мас;
- **Заварні тістечка й торти** (наприклад, «Шу», «Карпатка»).

Рецептура класичного заварного тіста (на 1 кг борошна): 1 л води, 600 г вершкового масла або маргарину, 20 г солі, 2-2,5 кг яєць.

Вимоги до якості: вироби мають бути рівномірно пропечені, золотисто-коричневого кольору, із гладкою поверхнею без тріщин. Усередині – порожнина, придатна для наповнення. М'якуш – сухий, не липкий. Недопустимі ознаки: осідання, зморщення, волога серцевина.

Строк реалізації заварних виробів без крему – до 36 годин при температурі +18...+20 °С; із кремовою начинкою – не більше 6 годин при +2...+6 °С.

Заварне тісто цінується за ніжну структуру, універсальність і можливість створення як солодких, так і закусточних кондитерських виробів із вишуканим зовнішнім виглядом.

9.Тісто прісне листкове. Технологічний процес приготування тіста прісного листкового. Асортимент, рецептури виробів. Вимоги до якості, строк реалізації

Прісне листкове тісто – це різновид бездріжджового тіста, що відзначається шаруватою структурою завдяки чергуванню тонких шарів тіста та жиру. Його особливість полягає у здатності під час випікання утворювати хрусткі, розсипчасті шари, що робить його основою для різноманітних кондитерських виробів і закусок.

Технологічний процес приготування прісного листкового тіста включає кілька ключових етапів:

1. **Підготовка сировини.** Використовують пшеничне борошно вищого або першого сорту з середнім вмістом клейковини, холодне вершкове масло або маргарин, воду, сіль. Іноді додають невелику кількість оцту або лимонного соку для еластичності тіста.
2. **Замішування тіста.** Спочатку готують основу (шар тіста) з борошна, води і солі, доводячи її до еластичності. Тісто повинно бути щільним,

пластичним, не липким. Жир у формі пластівців готують окремо, охолоджуючи його до 8-12 °С, щоб він зберіг форму під час шарування.

3. **Шарування тіста з жиром.** Тісто розкачується у прямокутник, у центр кладуть шар жиру, потім загортають краї тіста конвертом. Процес повторюють кілька разів (5-6 «згортоків»), розкочуючи тісто та повертаючи його, щоб сформувати численні шари. Після кожного розкочування тісто охолоджують у холодильнику, щоб жир не танув і шари залишалися чіткими.
4. **Формування та випікання.** Готове тісто нарізають або відсаджують за допомогою форм. Випікають при температурі 200-220 °С до золотистої скоринки. При правильному виконанні процесу виробу піднімаються, утворюючи багат шарову пористу структуру.

Асортимент виробів із прісного листкового тіста включає:

- **Круасани, трубочки, рогаики** з кремом, джемом або шоколадом;
- **Пирого та пиріжки** із солодкою або солоною начинкою;
- **Тарталетки та кошики** для фруктових або десертних мас;
- **Листкові печива** та вироби з кремовими прошарками.

Рецептура класичного прісного листкового тіста (на 1 кг борошна): 600 г жиру (вершкове масло або маргарин), 400 мл води, 20 г солі.

Вимоги до якості: вироби повинні мати чітко видимі шари, хрустку поверхню, золотистий колір, рівномірно пропечений м'якуш. Структура – пориста, розсипчаста; смак – приємний, без сторонніх присмаків. Недопустимі ознаки – липкість, осідання, нерівномірне підняття.

Строк реалізації: без начинки – до 24 годин при температурі +15...+20 °С; із кремовою або фруктовোю начинкою – до 6 годин при +2...+6 °С.

Прісне листкове тісто цінується за хрусткість, багат шарову структуру і здатність поєднуватися з різними видами начинок, забезпечуючи різноманітність кондитерських виробів.

Тема 16. Основи лікувального харчування

План:

1. Характеристика лікувально-профілактичних раціонів. Значення лікувального або дієтичного харчування.
2. Характеристика закладів в яких організують лікувальне харчування.
3. Характеристика продуктів для приготування лікувального харчування.
4. Особливості приготування страв, виробів, напоїв. Організація профілактичного харчування.
5. Характеристика дієт у системі ресторанного господарства.
6. Характеристика дієт, що пропонуються при захворюваннях шлунково-кишкового тракту, при захворюваннях печінки і жовчного міхура, при захворюваннях нирок і серцево-судинних, при ожирінні, при цукровому діабеті, при туберкульозі легенів і кісток.
7. Основні прийоми приготування страв дієтичного харчування. Рекомендовані продукти та страви для дієт. Особливості приготування холодних дієтичних закусок, перших дієтичних страв, других гарячих страв з риби, м'яса, овочів, круп, макаронних виробів, страв дієтичних з яєць та сиру кисломолочного, солодких дієтичних страв, напоїв для дієтичного харчування.
8. Дієтичні кисломолочні продукти.

1. Характеристика лікувально-профілактичних раціонів. Значення лікувального або дієтичного харчування

Лікувально-профілактичне харчування є важливим елементом медичної та оздоровчої практики, спрямованим на підтримку організму при різних захворюваннях, нормалізацію обміну речовин, відновлення функцій органів та систем, а також профілактику ускладнень і хронічних патологій. Основна мета такого харчування полягає у створенні оптимальних умов для лікувального впливу раціональної дієти на фізіологічні процеси організму.

Характеристика лікувально-профілактичних раціонів передбачає їх диференціацію за рядом критеріїв: за складом і калорійністю, фізично-хімічними властивостями, способом кулінарної обробки, кількістю та частотою прийомів їжі, а також відповідністю певним патологічним станам. Раціони можуть бути повноцінними або обмеженими в окремих компонентах – білках, жирах, вуглеводах, солі, холестерині чи інших елементах, залежно від особливостей захворювання та призначень лікаря.

Лікувально-профілактичні раціони поділяються на **загальнооздоровчі** та **спеціалізовані**. До загальнооздоровчих належать дієти, які підтримують нормальний обмін речовин, зміцнюють імунітет, покращують травлення та роботу серцево-судинної системи. Спеціалізовані раціони застосовуються при конкретних захворюваннях: серцево-судинних, шлунково-кишкового тракту,

ендокринних, ниркових, печінкових та ін. Кожен вид дієти має суворо визначені параметри калорійності, хімічного складу, обмеження або включення певних продуктів.

Основні принципи лікувально-профілактичного харчування включають: забезпечення енергетичних потреб організму, баланс поживних речовин, раціональне співвідношення білків, жирів і вуглеводів, достатню кількість вітамінів та мікроелементів, адаптацію фізичних властивостей страв до стану травної системи пацієнта (наприклад, пюреподібна або подрібнена їжа при порушеннях жувальної та ковтальної функції).

Технологія приготування страв для лікувально-профілактичних раціонів має важливе значення, оскільки зберігає харчову цінність продуктів, забезпечує необхідні смакові та органолептичні властивості, сприяє засвоюваності і сприятливому впливу на організм. Застосовують щадні методи обробки – варіння, тушкування, запікання, приготування на пару, що дозволяє уникати надмірного утворення шкідливих сполук та зберегти вітаміни.

Значення лікувального або дієтичного харчування полягає в комплексному впливі на організм: нормалізації функцій шлунково-кишкового тракту, покращенні обміну речовин, зниженні навантаження на уражені органи, попередженні ускладнень та загострень хронічних хвороб. Крім того, дієтичне харчування забезпечує профілактику надмірної ваги, атеросклерозу, цукрового діабету, гіпертонічної хвороби та інших патологій, пов'язаних із способом життя і харчовими звичками.

Лікувально-профілактичні раціони мають соціально-економічне значення, оскільки скорочують час лікування, знижують частоту ускладнень, підвищують працездатність і якість життя пацієнтів. Впровадження таких раціонів у закладах громадського харчування медичного профілю, санаторіях, дитячих закладах та закладах оздоровлення є ключовим аспектом формування здорового способу життя та підтримки здоров'я населення.

Раціонально підібрана дієта враховує індивідуальні особливості людини, її вікові та фізіологічні потреби, що дозволяє ефективно поєднувати лікувальний ефект із задоволенням від прийому їжі, забезпечуючи комплексне харчове, біологічне та психологічне задоволення.

2.Характеристика закладів в яких організують лікувальне харчування

Заклади, де організують лікувальне харчування, належать до спеціалізованих підприємств громадського харчування або структур медичних установ і забезпечують пацієнтів або відвідувачів дієтичними раціонами відповідно до показань лікаря. Основними типами таких закладів є: **лікувально-**

профілактичні їдальні при лікарнях і санаторіях, дієтичні відділи дитячих і дорослих санаторно-курортних установ, центри реабілітації та оздоровлення, а також окремі дієтичні кафе або ресторани, що спеціалізуються на здоровому харчуванні.

Лікувально-профілактичні їдальні та дієтичні відділи є структурною частиною медичних закладів і оснащені сучасним технологічним обладнанням для приготування страв за лікувальними рецептами. Вони організують харчування за затвердженими меню, які відповідають дієтам лікувального та профілактичного характеру. Основна особливість таких закладів – суворе дотримання норм хімічного складу, енергетичної цінності страв, їх фізико-хімічних та органолептичних властивостей, а також умов санітарії і технологічної безпеки.

Санаторно-курортні заклади забезпечують не тільки лікувальне харчування, але й профілактичне, спрямоване на покращення обміну речовин, зміцнення імунітету та загальне оздоровлення організму. Вони мають кухні, які відповідають вимогам приготування дієтичних страв, а меню адаптують до віку, стану здоров'я та індивідуальних потреб клієнтів.

Дієтичні кафе та ресторани орієнтовані на здоровий спосіб життя та профілактику хвороб. Вони пропонують широкий асортимент дієтичних страв, включаючи низькокалорійні, безглютенові, безлактозні страви та страви для хворих на цукровий діабет, серцево-судинні захворювання та ожиріння. Тут також дотримуються принципів щадної кулінарної обробки, використовують свіжі та якісні продукти, контролюють хімічний склад і енергетичну цінність страв.

В усіх закладах, де організується лікувальне харчування, важливим є контроль **строків реалізації, умов зберігання, технології приготування та подавання** страв, а також забезпечення санітарно-гігієнічних норм. Такий підхід дозволяє не лише підтримувати лікувальний ефект, а й підвищувати ефективність відновлення пацієнтів та загальний рівень здоров'я відвідувачів.

3. Характеристика продуктів для приготування лікувального харчування

Продукти, що використовуються для приготування лікувального харчування, підбираються з урахуванням їх **харчової цінності, засвоюваності, впливу на обмін речовин та стан організму**. Вони повинні відповідати вимогам дієтичного, щадного та збалансованого харчування, забезпечувати необхідну кількість білків, жирів, вуглеводів, вітамінів і мікроелементів, не перевантажуючи травну систему пацієнта.

Білкова група продуктів включає нежирні сорти м'яса (яловичина, телятина, курка без шкіри), рибу нежирних видів, яйця, молочні продукти (сир, кефір, йогурт) та бобові культури. Вони забезпечують організм високоякісним білком, необхідним для регенерації тканин, підтримки імунної системи та нормалізації обміну речовин.

Вуглеводна група продуктів представлена крупами (гречка, рис, вівсянка), макаронними виробами з твердих сортів пшениці, хлібом із пшеничного або житнього борошна, картоплею, овочами та фруктами. Вуглеводи є основним джерелом енергії, сприяють нормальному травленню та регулюють вуглеводний обмін.

Жирові продукти обмежуються або підбираються залежно від дієти: дозволяють вершкове масло в невеликих кількостях, рослинні олії (соняшникова, оливкова, лляна) для приготування страв, зменшуючи навантаження на серцево-судинну систему та печінку.

Овочі та фрукти обов'язково присутні в раціоні як джерело харчових волокон, вітамінів і мікроелементів. Вони можуть використовуватися у свіжому, вареному, тушкованому або пюреподібному вигляді, що забезпечує легке засвоєння при порушеннях травлення.

Додаткові продукти – спеції і прянощі використовуються щадно, переважно у вигляді трав і зелені для покращення смаку та стимуляції апетиту, без подразнюючого ефекту на слизові оболонки.

Усі продукти для лікувального харчування повинні бути **свіжими, високої якості, без ознак псування**, відповідати нормам санітарії та умовам зберігання. Рационально підібрана сировина забезпечує ефективність дієти, підтримку здоров'я та швидке відновлення організму.

4. Особливості приготування страв, виробів, напоїв. Організація профілактичного харчування

Приготування страв, виробів і напоїв у лікувально-профілактичному харчуванні відрізняється від звичайного технологічного процесу суворим дотриманням **дієтичних вимог, хімічного складу, калорійності та фізико-хімічних властивостей продуктів**. Основною метою є забезпечення щадного впливу на органи травлення, максимальне збереження харчової та біологічної цінності продуктів і відповідність страви призначеному дієтичному режиму.

Особливості технології приготування включають використання щадних методів кулінарної обробки: варіння, приготування на пару, тушкування, запікання без додавання зайвого жиру. При цьому продукти подрібнюють або протирають для пацієнтів із порушенням жувальної або ковтальної функції.

Тривалість теплової обробки регулюють так, щоб зберегти максимальну кількість вітамінів і мікроелементів, а також підтримати органолептичні властивості страви.

Організація профілактичного харчування передбачає планування раціону таким чином, щоб він був повноцінним, збалансованим за енергетичною цінністю, вітамінами, мінералами та харчовими волокнами. Важливим є чергування різних видів страв, включення свіжих овочів і фруктів, використання щадних методів кулінарної обробки та обмеження продуктів із підвищеним вмістом солі, цукру, насичених жирів.

Приготування напоїв також має свої особливості: перевага надається трав'яним відварам, компотам із свіжих або сушених фруктів, киселям, морсам. Гарячі напої готують із контролем температури, щоб уникнути подразнення слизових оболонок, а холодні – з дотриманням санітарних норм і правильного зберігання.

Особлива увага приділяється подачі страв і організації харчування. Страви подають у порційній посуді, відповідно до дієтичного меню та режиму харчування пацієнта. Профілактичне харчування часто включає дробовий прийом їжі невеликими порціями, що сприяє нормалізації обміну речовин і зниженню навантаження на органи травлення.

Впровадження профілактичного харчування в закладах громадського харчування та санаторно-курортних установах передбачає **суворий контроль якості продуктів, термінів реалізації та умов зберігання.** Раціонально організоване харчування забезпечує не лише профілактику захворювань, а й підтримку оптимального фізіологічного стану, сприяє покращенню загального самопочуття та збереженню працездатності.

5.Характеристика дієт у системі ресторанного господарства

У системі ресторанного господарства дієтичне харчування займає особливе місце, оскільки забезпечує не лише задоволення гастрономічних потреб споживачів, а й сприяє профілактиці захворювань, підтримці нормальної функції органів травлення, відновленню після хвороб та збереженню фізіологічної рівноваги організму. Дієти в ресторанах і закладах громадського харчування організуються за суворими нормами і класифікуються залежно від призначення, складу страв, способу приготування та калорійності.

Класифікація дієт у ресторанному господарстві включає:

1. **Лікувальні дієти**, що використовуються для пацієнтів із конкретними захворюваннями. Наприклад, дієти при хворобах шлунково-кишкового тракту, серцево-судинної системи, печінки, нирок або ендокринних

порушеннях. Такі дієти мають суворо обмежений склад продуктів, контроль за вмістом білків, жирів, вуглеводів, солі, цукру та калорійністю.

2. **Профілактичні дієти**, що застосовуються для підтримки здоров'я відвідувачів у закладах санаторно-курортного або готельно-ресторанного типу. Вони спрямовані на попередження розвитку захворювань, зміцнення імунної системи, нормалізацію обміну речовин та контроль ваги. Раціон включає збалансоване поєднання білків, жирів і вуглеводів, овочів, фруктів, продуктів із високим вмістом харчових волокон, вітамінів і мінералів.
3. **Санітарно-гігієнічні та оздоровчі дієти** застосовуються в ресторанах і кафе, що спеціалізуються на здоровому харчуванні. Це низькокалорійні, безглютенові, безлактозні або спеціальні дієти для людей із харчовими алергіями. Вони також передбачають контроль способів кулінарної обробки та складу напоїв і десертів.

Організація дієтичного харчування у ресторанах передбачає створення окремих дієтичних меню, відповідно до фізіологічних потреб та стану здоров'я споживачів. Важливим є дотримання технології приготування: страви готуються щадними методами – варіння, тушкування, приготування на пару, запікання без додавання зайвого жиру. Всі страви подаються в порційній посуді із суворим контролем температури та калорійності.

Вимоги до продуктів і контролю якості полягають у використанні свіжих продуктів, що відповідають санітарним нормам і забезпечують максимальне збереження харчової цінності. Особлива увага приділяється строкам реалізації, умовам зберігання та дотриманню правил особистої гігієни персоналу.

Дієти у системі ресторанного господарства забезпечують комплексний підхід до харчування: вони поєднують медичні рекомендації, гастрономічні особливості та вимоги сучасного обслуговування, сприяючи збереженню здоров'я та підвищенню якості обслуговування клієнтів. Раціонально організоване дієтичне харчування дозволяє закладам ресторанного господарства пропонувати не лише смачні страви, а й страви, що підтримують оптимальний фізіологічний стан споживачів.

6. Характеристика дієт, що пропонуються при захворюваннях шлунково-кишкового тракту, при захворюваннях печінки і жовчного міхура, при захворюваннях нирок і серцево-судинних, при ожирінні, при цукровому діабеті, при туберкульозі легенів і кісток

Дієтичне харчування при різних захворюваннях у системі ресторанного господарства має специфічні особливості, які враховують фізіологічні потреби

організму, ступінь порушення обміну речовин та функціональний стан уражених органів.

При **захворюваннях шлунково-кишкового тракту** (гастритах, виразковій хворобі, колітах) застосовуються щадні дієти, що зменшують механічне, хімічне та термічне подразнення слизової оболонки. Страви готують вареними, тушкованими або на пару, подрібнюють, уникають гострих, кислих та смажених продуктів. Калорійність і обсяг порцій регулюються залежно від стану пацієнта.

Для **захворювань печінки та жовчного міхура** характерні дієти з обмеженням тваринних жирів та продуктів, що стимулюють виділення жовчі. Використовуються відварені, тушковані страви, овочі та фрукти в пюреподібному вигляді, легкі супи, нежирне м'ясо і риба, кисломолочні продукти. Забороняються смажені та гострі страви, копченості, маринади та алкоголь.

При **захворюваннях нирок** (нефрит, пієлонефрит) дієти передбачають контроль кількості солі, білка та рідини. Переважно застосовують відварені та тушковані страви, багаті на вітаміни та мікроелементи. Обмежується м'ясо та риба жирних сортів, бобові, гострі приправи та консерванти.

Для **серцево-судинних захворювань** (гіпертонія, атеросклероз) використовують дієти з обмеженням солі, насичених жирів і холестерину. В раціон включають нежирне м'ясо, рибу, овочі, фрукти, крупи та рослинні олії, відмовляються від жирного м'яса, копченостей, смажених страв та кондитерських виробів із високим вмістом цукру.

При **ожирінні** основний акцент робиться на зниження калорійності раціону, обмеження жирів і простих вуглеводів. Рекомендуються дробове харчування, варені, тушковані або приготовані на пару страви, збільшення споживання овочів і фруктів, обмеження солодоців, хліба та макаронних виробів.

Для **цукрового діабету** дієти спрямовані на регулювання вуглеводного обміну, контроль глікемічного індексу продуктів. Використовуються складні вуглеводи, білкові страви, обмежуються цукор, кондитерські вироби, солодкі напої.

При **туберкульозі легенів і кісток** харчування висококалорійне та білкове для підвищення імунного захисту і стимуляції відновлення тканин. Використовують м'ясо, рибу, молочні продукти, яйця, овочі та фрукти, страви готують вареними, тушкованими або запеченими, уникають важкої та смаженої їжі.

Раціонально підібрані дієти для кожного захворювання забезпечують **оптимальне відновлення функцій органів, підтримку енергетичного**

балансу та профілактику ускладнень, що дозволяє закладам ресторанного господарства ефективно впроваджувати лікувально-профілактичне харчування.

7. Основні прийоми приготування страв дієтичного харчування. Рекомендовані продукти та страви для діт. Особливості приготування холодних дієтичних закусок, перших дієтичних страв, других гарячих страв з риби, м'яса, овочів, круп, макаронних виробів, страв дієтичних з яєць та сиру кисломолочного, солодких дієтичних страв, напоїв для дієтичного харчування

Приготування страв дієтичного харчування у закладах ресторанного господарства передбачає дотримання спеціальних технологічних прийомів, які дозволяють зберегти харчову, біологічну цінність продуктів і одночасно зменшити навантаження на травний тракт споживача. Основним принципом є щадна кулінарна обробка, обмеження жирів, солі та спецій, а також використання продуктів високої якості та свіжості.

Основні прийоми приготування страв дієтичного харчування включають варіння, приготування на пару, тушкування, запікання без додавання великої кількості жиру, використання бульйонів і соусів на овочевій основі. Для деяких видів страв застосовують припускання або гасіння у невеликій кількості рідини. Важливе значення має подрібнення або протирання продуктів для пацієнтів із порушенням жувальної функції або травлення, що забезпечує легке засвоєння страви.

Рекомендовані продукти для діт включають нежирне м'ясо (яловичина, телятина, птиця), рибу нежирних сортів, молочні та кисломолочні продукти, яйця, крупи (гречка, рис, вівсянка), макаронні вироби з твердих сортів пшениці, свіжі та відварені овочі, фрукти, ягоди, трав'яні відвари та компоти без цукру. Для солодких дієтичних страв використовують замінники цукру або невелику кількість меду, а також желе та киселі на фруктовій основі.

Холодні дієтичні закуски готують із свіжих або відварених овочів, яєць, нежирного сиру та риби. Використовуються легкі заправки на основі рослинної олії або йогурту, обмежується застосування майонезу та гострих спецій. Подача закусок здійснюється в невеликих порціях, іноді з прикрасою із зелені.

Перші дієтичні страви включають овочеві, круп'яні та рибні супи. Технологія приготування передбачає варіння або тушкування компонентів, обмеження додавання жиру та солі, подрібнення продуктів до м'якої консистенції. В окремих випадках застосовують приготування на пару або протирання для легшого засвоєння.

Другі гарячі страви готують з риби, м'яса, овочів, круп та макаронних виробів. Для м'яса та риби використовують варіння, тушкування або запікання,

при цьому обмежується додавання жирів. Овочі подають у відвареному, тушкованому або запеченому вигляді, крупи та макарони варять до м'якої, але не розвареної консистенції.

Страви дієтичного харчування з яєць та сиру кисломолочного включають омлети на пару, запіканки, суфле, сирники та творожні маси з обмеженою кількістю цукру. Всі страви готуються із мінімальною кількістю жиру, іноді з використанням рослинної олії замість вершкового масла.

Солодкі дієтичні страви включають киселі, желе, муси, фруктові салати та запіканки. Використовують фрукти, ягоди, замінники цукру, а при необхідності додають мед. Технологія передбачає щадне термічне оброблення для збереження вітамінів і легкого засвоєння.

Напої для дієтичного харчування охоплюють трав'яні відвари, компоти, морси, киселі, слабкі чаї та молочні напої. Напої подають у температурних режимах, які відповідають дієті, з дотриманням санітарних норм і вимог до калорійності.

Застосування цих технологічних прийомів і правильний підбір продуктів дозволяє закладам ресторанного господарства формувати **раціонально збалансоване, щадне та смачне дієтичне харчування**, що відповідає потребам різних категорій споживачів.

8. Дієтичні кисломолочні продукти

Дієтичні кисломолочні продукти займають важливе місце в системі лікувального та профілактичного харчування, оскільки поєднують високі харчові та біологічні властивості з легкою засвоюваністю. Вони багаті білками, органічними кислотами, вітамінами групи В, кальцієм, магнієм та іншими мінеральними речовинами, що сприяють нормалізації обмінних процесів, поліпшенню травлення та підвищенню імунного захисту організму.

До дієтичних кисломолочних продуктів відносяться: **кефір, йогурт, ряжанка, ацидофілін, кисле молоко, сир, сиркові маси та деякі види кисломолочних десертів**. Кожен з них має свої специфічні властивості та особливості застосування у дієтичному харчуванні.

Кефір містить молочнокислі бактерії, що нормалізують мікрофлору кишечника, покращують перистальтику та сприяють засвоєнню білків і жирів. Його використовують при гастритах зі зниженою кислотністю, порушеннях кишкового травлення, ожирінні та цукровому діабеті. Для дієтичного харчування перевага надається знежиреному або маложирному кефіру.

Йогурт відрізняється високим вмістом білка та корисних бактерій *Lactobacillus bulgaricus* та *Streptococcus thermophilus*. Його застосовують для

відновлення нормальної мікрофлори кишечника, при хронічних гастритах, а також у програмах зниження ваги. Йогурт може бути використаний у приготуванні дієтичних десертів та соусів.

Ряжанка та кисле молоко є джерелами легко засвоюваного білка та кальцію. Вони мають м'який кислуватий смак, який стимулює травні процеси, знижує навантаження на шлунок та кишковий тракт. Ці продукти використовують як самостійний напій або компонент дієтичних страв, наприклад запіканок та омлетів.

Сир та сиркові маси характеризуються високим вмістом білка та мінімальною кількістю жирів у дієтичних варіантах. Вони застосовуються для приготування запіканок, суфле, салатів та десертів, що відповідають вимогам лікувальних дієт. Особливо цінним є свіжий сир, який легко засвоюється, має підвищену біологічну цінність та допомагає підтримувати оптимальний білковий баланс.

При приготуванні дієтичних страв із кисломолочних продуктів **важливо дотримуватися щадних технологій**: використовувати мінімальну термічну обробку, уникати додавання великої кількості цукру, жирів і спецій. Це дозволяє зберегти корисну мікрофлору, органічні кислоти, вітаміни та амінокислоти.

Дієтичні кисломолочні продукти застосовуються у **профілактичному харчуванні, при захворюваннях шлунково-кишкового тракту, серцево-судинних та обмінних розладах, цукровому діабеті**, а також у раціонах для осіб із підвищеною фізичною активністю. Їх використання в меню закладів ресторанного господарства дозволяє забезпечити **збалансоване, поживне та легко засвоюване харчування**, що відповідає сучасним вимогам лікувально-профілактичних дієт.