

Л. Г. ШАТУН

КУЛИНАРИЯ

Рекомендовано

*Федеральным государственным автономным учреждением
«Федеральный институт развития образования»
в качестве учебного пособия для использования
в учебном процессе образовательных учреждений,
реализующих программы начального профессионального образования*

*Регистрационный номер рецензии 801
от 26 декабря 2012 г. ФГАУ «ФИРО»*

5-е издание, стереотипное



Москва
Издательский центр «Академия»
2013

УДК 613.295(075.32)

ББК 36.99я722

Ш294

Рецензенты:

заместитель директора по начальному профессиональному образованию
Московского колледжа предпринимательства № 15

Н. Ю. Кузнецова;

повар ресторана «Золотой Гусь» *М. С. Нестеров*

Шатун Л.Г.

Ш294 Кулинария : учеб. пособие для нач. проф. образования /
Л.Г.Шатун. — 5-е изд., стер. — М. : Издательский центр
«Академия», 2013. — 320 с.

ISBN 978-5-7695-9979-8

Изложены теоретические аспекты технологической обработки сырья и приготовления блюд из овощей, грибов, мяса и мясопродуктов, сельскохозяйственной птицы, дичи, рыбы и нерыбных морепродуктов, яиц, творога и других продуктов. Приведены расчеты продовольственного сырья для приготовления разного числа порций и его потерь при обработке, а также технологические карты и схемы приготовления разных блюд и их рецептуры. Рассмотрены значение отдельных продуктов в лечебном питании, биологически активные добавки, блюда из соев.

Учебное пособие может быть использовано при освоении междисциплинарных курсов, входящих в профессиональный цикл профессии 260807.01 «Повар, кондитер» в соответствии с ФГОС НПО.

Для обучающихся образовательных учреждений начального профессионального образования. Может быть полезно персоналу предприятий общественного питания.

УДК 613.295(075.32)

ББК 36.99я722

*Оригинал-макет данного издания является собственностью
Издательского центра «Академия», и его воспроизведение любым способом
без согласия правообладателя запрещается*

© Шатун Л.Г., 2006

© Образовательно-издательский центр «Академия», 2008

ISBN 978-5-7695-9979-8

© Оформление. Издательский центр «Академия», 2008

В общественном питании в условиях рыночной экономики изменилась целостная система потребительского рынка. Проведенная в 1990-х гг. приватизация большинства предприятий, высокие налоги лишили недорогую былую систему общественного питания ее прежней значимости. В этой связи большое развитие получил высокодоходный ресторанный бизнес. Чтобы обеспечить территориальную и ценовую доступность общественного питания, возникла необходимость в укреплении материально-технической базы предприятий общественного питания всех видов собственности, их модернизации и реконструкции. Открываются новые возможности использования молекулярной кухни с применением химических реакций, эмульгирования, центрифугирования и других химических преобразований.

На предприятиях общественного питания стали широко применять современную электронную технику, позволяющую осуществлять контроль за их хозяйственной деятельностью, выпуском продукции, компьютеризировать бухгалтерский учет, включая расчеты с поставщиками производственного сырья, обмен документами с банком и ряд других операций.

Высокотехнологичное новейшее оборудование для разных видов обработки продовольственного сырья позволяет повару решать все задачи, стоящие перед ним ежедневно. Например, при использовании комбинированного пароконвекционного автомата можно одновременно печь, готовить на гриле, на пару, жарить, тушить и бланшировать.

Чтобы соответствовать современным требованиям, повар должен уметь работать с заказчиком, проводить технические и экономические расчеты, обслуживать современное технологическое оборудование, быть в курсе требований новой организации труда и новых технологий. Например, широкое распространение в последнее время получила такая форма обслуживания,

как доготовка блюда самим посетителем предприятия общественного питания.

Развитие общественного питания на новом уровне имеет два направления: приготовление пищи с добавками и стабилизаторами и приготовление экологически чистой пищи.

Важное место занимает творческое развитие народной кухни, использование из нее всего лучшего.

На улицах наших городов появились предприятия быстрого обслуживания известных по всему миру сетей «Макдоналдс», «Мастер-пицца», «Ростик'с» и др. В торговле заметно увеличилось число продаваемых готовых блюд, полуфабрикатов быстрого приготовления, кулинарных и кондитерских изделий. Большое внимание стало уделяться упаковочным материалам. Сейчас в пищевом производстве наиболее популярны упаковки из термосвариваемых полимерных пленок.

Немаловажное значение в повышении престижа работников сферы общественного питания стало проведение олимпиад и фестивалей, способствующих популяризации кулинарного искусства. Выступление участников этих олимпиад и фестивалей в мероприятиях «Мастер-класс» и «Арт-класс» создают возможность для молодежи постигать новые технологии кулинарного мастерства, совершенствовать имеющиеся навыки.

Кулинария — это наука о способах обработки пищевых продуктов для приготовления пищи, искусство ее приготовления. Она изучает технологические процессы приготовления качественной кулинарной продукции.

Сырьем называют продукты, необходимые для приготовления пищи.

Полуфабрикаты — это продукты, прошедшие первичную обработку, но не пригодные к употреблению.

Готовая продукция — полуфабрикат, прошедший тепловую обработку и готовый к употреблению.

Технологический процесс — это совокупность всех процессов, применяемых при приготовлении пищи.

Кулинария тесно связана с такими дисциплинами, как товароведение продовольственных товаров, санитария и гигиена, физиология питания, оснащение предприятий общественного питания оборудованием, организация производства, химия и физика, а также с экономическими дисциплинами. Тесная взаимосвязь кулинарии с другими науками обогащает ее содержание, поднимает ее социальную значимость, позволяет эффективно воздействовать на расширение круго-

зора и развитие интеллектуального потенциала будущих специалистов.

Товароведение направлено на выявление полезных свойств пищевых продуктов. Качество готовой продукции зависит от качества сырья. Пищевые продукты представляют собой питательную среду для развития микроорганизмов; нарушение правил хранения сырья и продуктов питания, готовой продукции приводит к пищевым отравлениям, поэтому необходимы знания по санитарии и гигиене. Повар должен знать устройство и эксплуатацию оборудования, требования безопасности при его эксплуатации. Физиология питания позволяет оценить пищевые продукты с точки зрения их целесообразности в потреблении с учетом состояния здоровья и занятости человека. Физика и химия дают общие сведения о веществах, их строении и свойствах. В процессе тепловой переработки происходят различные физические и химические изменения, продукты приобретают новые вкусовые качества. Знание экономических дисциплин позволяет работать с прибылью, т. е. влиять на рентабельность предприятий.

Из сказанного следует, чтобы соответствовать современным требованиям профессионального кулинара (повара), требуется значительный объем знаний и навыков.

ОБРАБОТКА ОВОЩЕЙ И ГРИБОВ

1.1. Значение овощей и грибов в питании

Картофель. За счет содержания крахмала пищевая ценность картофеля высокая. В нем мало грубых волокон, а пектиновых веществ больше, чем в других овощных культурах. Он содержит много растительных белков, углеводов, минеральных солей и витаминов. Наличие в нем солей калия способствует выведению из организма жидкости и избытка поваренной соли. В проросших и зеленых клубнях содержится ядовитое вещество соланин.

Цвет картофеля обуславливает красящее вещество — флавоны.

Помидоры. Богаты легкоусвояемыми углеводами, витаминами С, группы В, РР, минеральными веществами (калием, магнием, натрием и др.), каротином, яблочной и лимонной кислотой, нежной клетчаткой, которая благоприятно влияет на жизнедеятельность полезной микрофлоры кишечника.

Свекла. Широко применяется в кулинарии, содержит красящее вещество — антоцианы. Она богата растительными белками, углеводами, минеральными веществами (калием, фосфором, магнием и др.), витаминами С, группы В, РР. Традиционно применяется в народной медицине.

Тыквенные овощи. Из тыквенных овощей чаще всего используют огурцы, кабачки и тыкву.

Огурцы содержат 25 % воды, в небольшом количестве — углеводы, белки, витамины, минеральные вещества. Наличие солей цинка способствует нормальной функции поджелудочной железы. В тыкве содержится большое количество каротина (провитамина А), а также минеральных веществ (калия, кальция, магния, железа, фосфора, кобальта), которые имеют важное значение для обмена веществ в организме человека, много пектинов, витамины С, В₁, В₂, В₃, Е.

Разновидность тыквы — патиссоны, из которых готовят пюре, оладьи и другие блюда.

Шпинат, щавель. Имеют зеленую окраску за счет содержания хлорофилла. В них содержатся азотистые, минеральные (калий, кальций, магний и железо вещества), а также органические кислоты и витамины, в том числе каротин.

Горох и фасоль. Они содержат витамины группы В, РР, липотропные и склеротические вещества — инозит и холин, большое количество легкоусвояемых белков (32 %). Белки содержат много незаменимых аминокислот, в них нежная клетчатка, витамины С, группы В, РР, каротин.

Лук репчатый, чеснок. Луковые овощи очень полезны и необходимы для питания. Они содержат витамины, фитонциды, минеральные вещества, углеводы и эфирные масла.

Наличие этих питательных веществ придают блюдам неповторимый колорит, вкус, запах. Фитонциды убивают вирусы бактерий, содержат красящее вещество — флавоны.

Морковь. Содержит много каротина и очень полезна в питании. В ней имеются витамины, белки, углеводы, минеральные вещества (калий, кальций, натрий, магний, железо и др.) Такое содержание питательных веществ усиливает сопротивляемость организма заболеваниям, способствует улучшению зрения. Морковь широко используется в народной медицине.

Пряные овощи. Укроп, зелень петрушки, эстрагон, кинза, чабер содержат эфирные масла, минеральные соли, витамины группы В, С, РР, растительные белки, углеводы. Эфирные масла придают блюдам неповторимый аромат, усиливают аппетит, улучшают настроение.

Капуста. Содержит много растительных белков, минеральных веществ (калия, натрия, магния, железа и др.) и витаминов группы В, С, РР. Сок свежей капусты содержит витамин И, целебное средство против язвенной болезни желудка. Тартроновая кислота предупреждает ожирение. Капуста удовлетворяет потребность организма в солях калия и витамине С на протяжении года. Фолиевая кислота (витамин В₉) способствует кроветворению и образованию в организме антисклеротического вещества — холина.

Арбуз. Ценный пищевой продукт, с отличными пищевыми качествами. Содержащиеся в нем фруктоза и сахароза придают неповторимый сладкий вкус. Питательные свойства арбуза увеличиваются за счет содержания в нем витаминов. В сравнении с другими овощами содержание минеральных веществ, кроме магния, незначительное.

Баклажаны. Содержат небольшое количество витаминов, органические кислоты и минеральные вещества (калий, фосфор, кальций, железо и др.). Соли калия способствуют выведению из организма жидкости и солей хлористого натрия, усиливают сокращение мышц сердца.

Грибы. Грибы отличаются от растений тем, что не содержат хлорофилла и питаются за счет листовенного и древесного перегноя.

Шляпка покрыта кожицей, окрашенной в различные цвета, свойственные степени зрелости. У некоторых грибов (сыроежек,

масленков) кожица легко отделяется от мякоти, у других видов (подосиновиков, рыжиков) мякоть при изломе, соприкасаясь с воздухом, меняет свою окраску.

Первые грибы — сморчки, строчки — появляются весной в конце апреля, белый гриб — в конце июля.

Грибы являются ценным пищевым продуктом. В них содержатся: вода — 90 %, белки — 3,9, жиры — 0,9, минеральные вещества (калий, магний, натрий, фосфор, кальций) — до 1 %, а также ароматические и экстрактивные вещества. Главное их значение — вкусовое.

1.2. Правила обработки клубнеплодов

Первичную обработку картофеля можно производить механически — это наиболее распространенный вид обработки.

Механический способ состоит из следующих операций: сортировки, мытья, очистки.

Сортируют картофель по размерам, вручную или в сортировочных машинах. Удаляют загнивший, поврежденный или просроченный картофель (так как в глазках содержится ядовитое вещество — соланин), посторонние примеси.

Калибруют картофель по размерам, так как при машинной очистке крупный картофель очищается быстрее и теряет больше мякоти к тому времени, когда очистится мелкий.

Мытье картофеля обеспечивает лучшую очистку и улучшает санитарные условия дальнейшей обработки. При этом песок не попадает в картофелечистку, тем самым сохраняя поверхность терочных дисков.

Из очистков вымытого картофеля получается крахмал более высокого качества.

На крупных предприятиях общественного питания используют моечно-очистительные картофелечистки и без терочной поверхности, в верхнем отсеке моют, в нижнем — очищают.

Очистка осуществляется путем трения о шероховатую поверхность диска и стенок картофелечистки с подачей воды. Продолжительность операции — 2—2,5 мин. При ручной очистке кожицу счищают тонким слоем, чтобы избежать потери питательных веществ.

Доочистка осуществляется вручную коренчатым или желобковым ножом, затем овощи моют в холодной воде.

Формы нарезки. Очищенные овощи используют для тепловой обработки, приготовления холодных блюд и закусок целыми или предварительно нарезанными. Овощи нарезают простой нарезкой и сложной (табл. 1.1).

Кулинарное назначение овощей

| Форма нарезки | Овощи | Размеры | Кулинарное использование |
|---------------|---|---|--|
| Соломка | Картофель | Квадратное сечение $0,2 \times 0,2$ см; длина — 4 — 5 см | Картофель «пай», картофель фри на гарнир к панированным котлетам из кур, котлетам по-киевски, шницелю по-министерски, филе, бифштексам |
| | Морковь, петрушка, сельдерей, свекла, лук | Квадратное сечение $0,2 \times 0,2$ см; длина — 4 — 5 см | Для борщей (кроме флотского и сибирского), шей из свежей капусты и квашеной, рассольников, супов из овощей, супов с макаронными изделиями (кроме фигурных), свекольника, маринада |
| | Белокочанная капуста | Произвольные | Для борщей (кроме флотского и сибирского), шей из свежей и квашеной капусты, котлет, рассольника, капусты тушеной |
| | Кольраби | То же | Для бульонов с овощами и супов |
| | Краснокочанная капуста | То же | Для салата, на гарнир к холодным и горячим блюдам |
| Брусочки | Картофель | Квадратное сечение $0,7 \times 0,7$ см; длина — 3 — 5 см | Для жарки во фритюре, супов с макаронными изделиями, рассольника домашнего, жарки во фритюре на гарнир к филе, бифштексам, антрекоту, филе рыбы фри, судаку, жареному с зеленым маслом и жареному на гриле и др. |

| Форма нарезки | Овощи | Размеры | Кулинарное использование |
|---------------|--|--|--|
| Кружочки | Картофель | Диаметр — 2—3 см, толщина — 0,2—0,3 см | На гарнир к запеченной рыбе: по-московски, по-русски, в сметане; для запеченного мяса, жарки |
| | Морковь, петрушка, сельдерей | Диаметр 2—2,5 см; толщина — 0,1—0,3 см | Для супа крестьянского (сырые), вареные для холодных блюд |
| Ломтики | Морковь, свекла | 2—3 см | Сырые овощи — для борща флотского, сибирского, вареные — для салатов и винегретов |
| | Картофель | Длина — 2,5—3 см, толщина — 0,3—0,5 см | Для жарки основным способом на гарнир к жареным блюдам из мяса и рыбы; вареный — на гарнир к запеченной говядине, для салатов и винегретов |
| | Кольраби | Длина — 2—2,5 см, толщина — 0,2—0,3 см | Для салатов и винегретов |
| Дольки | Картофель | Разные, но не более 5 см | Сырой — для рассольников; обжаренный картофель, для жарки во фритюре, для рагу, духовой говядины |
| | Морковь, петрушка, сельдерей, репчатый лук | Разные, но не более 3,5 см | Для щей из свежей капусты, рагу, духовой говядины, почек по-русски, жарки во фритюре |
| | Капуста | То же | Для припускания овощей, жарки |
| Брусочки | Морковь, петрушка, сельдерей | Квадратное сечение от 0,4 × 0,4 см, длина — 2,5—3,5 см | Для бульона с овощами, припущенных блюд, супа с макаронами и других блюд |

| Форма нарезки | Овощи | Размеры | Кулинарное использование |
|----------------------|--|---------------------------------|--|
| Брусочки | Кольраби | То же | Для бульона с овощами и других блюд |
| Кубики | Картофель | Величина ребра 1 × 1,25 см | Для супов крестьянского и картофельного с крупами; борщей флотского, сибирского; окрошки, «картофеля в молоке»; тушения, на гарнир к горячим и холодным блюдам; салатов и винегретов и др. |
| | Морковь, петрушка, сельдерей, репчатый лук | Величина ребра — 0,3 — 0,75 см | Для щей суточных, из крапивы, супов из круп и бобовых; на гарнир к различным блюдам; вареная — для холодных блюд, крошка из сырой моркови — для щей суточных, супа рисового |
| | Баклажаны | Произвольные | Для супов, тушения, икры и др. |
| | Тыква, кабачки, патиссоны | То же | Для варки, тушения, жарки |
| | Огурцы свежие | Мелкие кубики | Для салатов, окрошки |
| | Перец стручковый | То же | Для салатов, борща украинского и др. |
| Квадратики (шашечки) | Белокочанная капуста | Ширина — 3 — 3,5 см | Для борщей (флотского, сибирского), рассольника домашнего, супа овощного, фаршей и др. |
| Рубка | Капуста | Толщина пластины — 0,2 — 0,3 см | Для фаршей |

| Форма нарезки | Овощи | Размеры | Кулинарное использование |
|--|--------------|---|---|
| Кубики мелкие (крошка) | Лук репчатый | Толщина пластины — 1—3 мм | Для крупяных супов, харчо, фаршей, шей супочных и др. |
| Кольца и полукольца | Лук репчатый | Диаметр — 3—6 см | На гарнир к бифштексу с луком, к рыбе по-ленинградски, шашлыку и др. |
| Кольца и полукольца | Лук-порей | Диаметр — 1—2,5 см | Для сельди с гарниром, на салаты и винегреты и др. |
| Колечки (мелко нарезанный лук) | Лук зеленый | То же | Для салатов, холодного борща, окрошки, к холодным блюдам, закускам и др. |
| Мелкие шпалки | Лук зеленый | Длина — 1—2 см | Для приготовления салатов, при подаче на дополнительный гарнир |
| Крупные шпалки | Лук зеленый | Длина — 5—6 см | Для гарниров к шашлыкам, люля-кебаб, цыплетам табака |
| Стружка (строгание) | Хрен | Длина — 4—6 см, ширина — 1—1,5 см, толщина — 0,1—0,2 см | На гарнир к натуральному бифштексу, ростбифу, отварному мясу |
| | Картофель | Толщина — 0,3 см; длина — 1,5—2,5 см | Для жарки во фритюре, на гарнир к жареным мясным и рыбным блюдам |
| Бочонки, груши, орешки (шарики), чесночки (обта- | Картофель | 3,5—4×6 см (у бочоночков) | Вареный картофель — на гарнир к селедке натуральной и к рыбе польски, паровой в томате, рассоле |
| | Картофель | Диаметр (орешки) — 1,5—2,5 см | Орешки, чесночки, шарики — для жарки во |

| Форма нарезки | Овощи | Размеры | Кулинарное использование |
|---------------------------------|-------------------|---|--|
| чивание) на вы- емку | | | фритюре, на гарнир к жареному мясу и жареной рыбе |
| | Морковь, петрушка | Диаметр (шарики, орешки) — 1 — 1,5 см | На гарнир к холодным и горячим блюдам |
| Гребешки, звездочки, шестеренки | Морковь, петрушка | Диаметр 2 — 3 × 1,25 см, толщина — 1 см | На гарнир к заливной рыбе, языку, в маринады, для украшения, в прозрачные супы |
| Спираль | Картофель | Произвольные | Для жарки во фритюре, на гарнир |
| | Морковь, свекла | То же | Для украшения блюд, на гарнир |

Простая нарезка. К простой нарезке относят: соломку, брусочки, кубики, дольки, ломтики, кружочки, кольца (полукольца) (рис. 1.1).

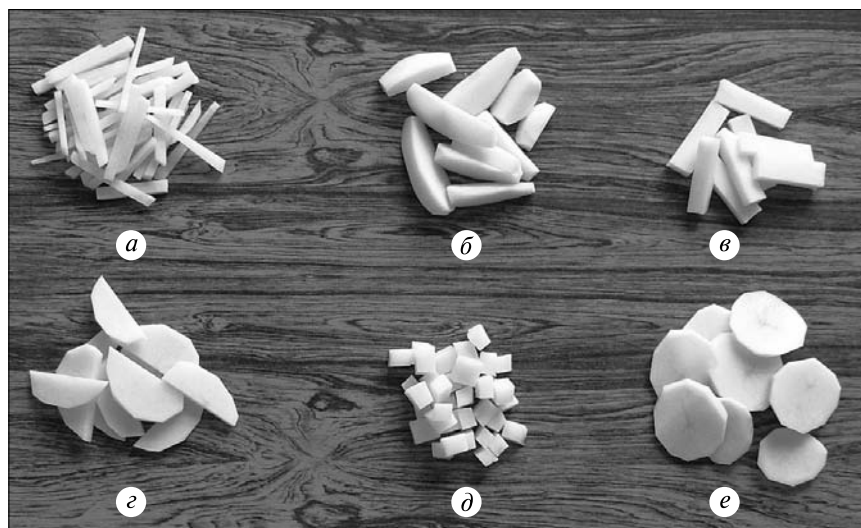


Рис. 1.1. Формы нарезки картофеля и корнеплодов:

a — соломка; *б* — дольки; *в* — брусочки; *г* — ломтики; *д* — кубики; *е* — кружочки

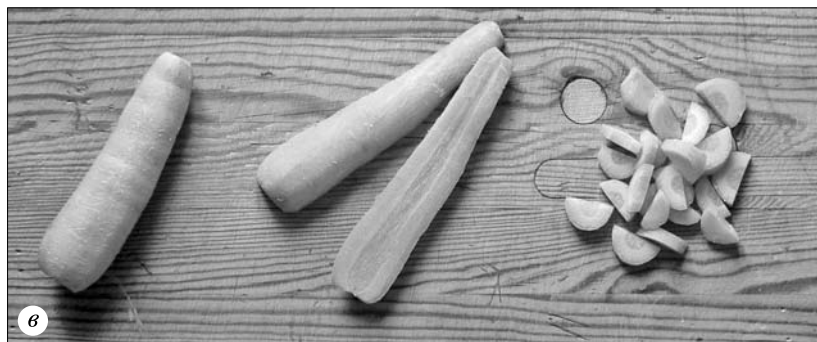


Рис. 1.2. Формы нарезки моркови:
a — соломка; *б* — кубики; *в* — дольки; *г* — ломтики

Соломка. Картофель обтачивают, придают форму куба, режут на пластины, которые укладывают одна на другую, шинкуют на соломку длиной 4—5 см, толщиной 0,2×0,2 см.

Эту форму нарезки применяют для корнеплодов, белокочанной и краснокочанной капусты, лука. Морковь, свеклу, петрушку (корень) нарезают сначала на пластины толщиной 0,1—0,3 см, а затем соломкой под углом 30 или 90° (рис. 1.2). Капусту разрезают на четыре части, удаляют кочерыжку и шинкуют поперек листьев, получая форму, близкую к соломке. Репчатый лук разрезают пополам (на две половинки), укладывают его на стол наружной или внутренней стороной и шинкуют поперек листьев (рис. 1.3).

Брусочки. Картофель обтачивают, нарезают пластинками, которые затем нарезают на брусочки длиной 3—5 см. Толщина брусочков из корнеплодов — 0,25—0,5, картофеля — 0,5—1 см.

Кубики. Бывают крупных, средних и мелких размеров. Средними и мелкими кубиками нарезают главным образом корнеплоды, мелкие овощи для салатов и винегретов; крупными и средними кубиками нарезают картофель, мелкими — овощи для салатов и винегретов. Для этого средние по величине клубни обтачивают, нарезают на пластины соответствующих размеров и под углом 90° режут на брусочки, затем разрезая поперек на кубики.

Дольки. Картофель, лук, морковь, репу нарезают дольками. Картофелю придают форму бочонка, разрезают сначала вдоль на две части, потом по радиусу на дольки. У лука при очистке аккуратно срезают корешок, затем разрезают на четыре части. Однородные овощи, одинаково нарезанные по величине и форме, при



а



б

Рис. 1.3. Нарезка репчатого лука:

а — кольцами; *б* — дольками

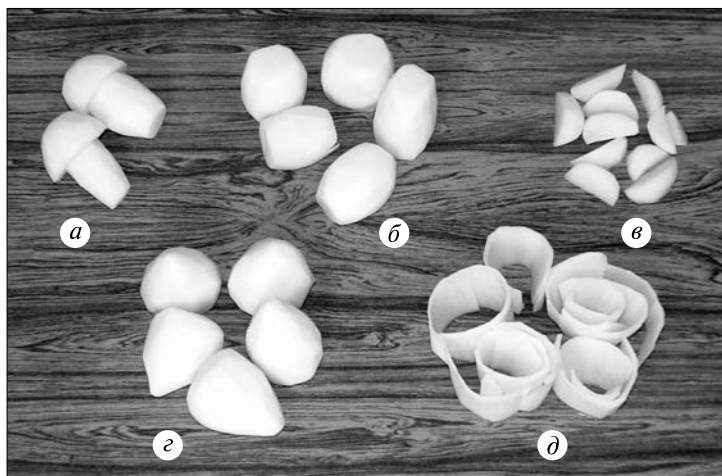


Рис. 1.4. Фигурные формы нарезки овощей:

а — грибы; *б* — бочоночки; *в* — чесночки; *г* — груши; *д* — спирали

тепловой обработке достигают готовности одновременно и придают блюдам красивый вид.

Ломтики. Сырые и вареные корнеплоды и клубнеплоды нарезают сначала вдоль пополам или на четыре части, после чего — поперек ломтиками.

Кружочки. Картофель, предварительно обточенный в форме цилиндра, нарезают поперек под углом 90° . Морковь не обтачивают.

Кольца (полукольца). Эту форму применяют для нарезки репчатого лука и лука-порея. Лук нарезают кружками по оси, затем разделяют на кольца. Для получения полуколец лук разрезают на две части.

Сложная нарезка. После очистки и промывания овощи нарезают. Нарезка овощей осуществляется специальными инструментами, ножами вручную и овощерезательными машинами. Для оформления банкетных столов используют декоративную нарезку из редиса, лука, огурцов, редьки, моркови и других овощей в форме цветов, листочков, фигурок животных. Банкетные блюда оформляют фигурной (сложной) нарезкой (рис. 1.4).

Бочонки, грибы, груши. Используют для варки, мелкие — для жарки во фритюре. Корнеплодам и картофелю придают соответствующую форму, обтачивая очищенные овощи маленьким ножом.

Чесночки. Картофель разрезают на дольки, в которых делают выемку, обтачивают, придают форму чесночка.

Спираль. Вырезают специальным ножом из картофеля, моркови, свеклы. Эта форма нарезки применяется при оформлении блюд.



a



б

Рис. 1.5. Фигурная нарезка картофеля:

a — обтачивание бочонком; *б* — срезание стружки

Стружка. Этот вид нарезки получают только из картофеля. На крупном картофеле делают срезы, чтобы получился цилиндр высотой 2—3 см. После чего тонким слоем вокруг картофеля срезается лента (рис. 1.5) и складывается в виде банта. Толщина ленты не должна превышать 3 мм (толстая лента ломается).

Шарики (орешки). Вырезают специальной ложечкой-выемкой с острыми краями. Ложечку накладывают на картофель, морковь или свеклу и вращательным движением вырезают шарик или при-



Рис. 1.6. Фигурные формы нарезки моркови

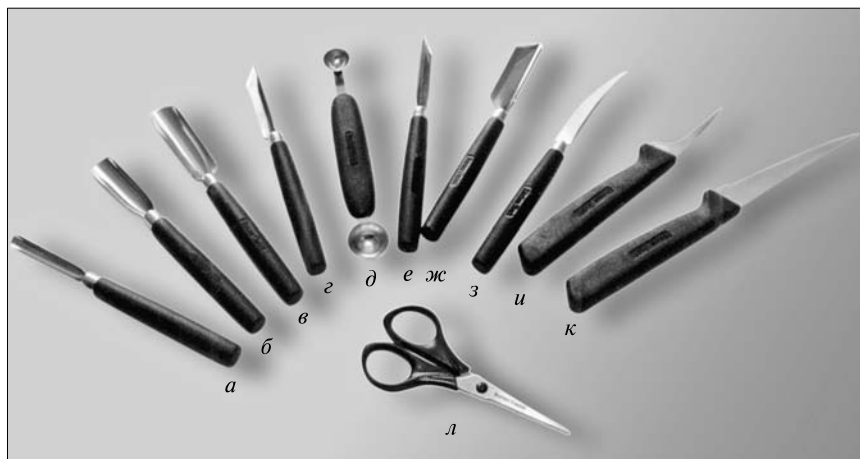


Рис. 1.7. Ножи для фигурной нарезки овощей::

а—г, е, ж — карбовочные ножи; *д* — двухсторонняя ложка-нарезка; *з* — серповидный; *и* — нуазетный; *к* — кухонный универсальный; *л* — ножницы для придания продукту плоского среза

дают форму шарика способом обтачивания, предварительно разрезая овощи на кубики.

Гребешки, звездочки, шестеренки. Нарезают главным образом петрушку, репу, огурцы маринованные и свежие, редьку, свеклу. Карбуют специальным ножом или делают коренчатым ножом вдоль корнеплодов бороздки, под острым углом для звездочек, под тупым углом для шестеренок. Морковь разрезают вдоль, затем под прямым углом или наискось нарезают на пластины (рис. 1.6).

Умением фигурной нарезки занимаются профессионалы.

Карвинг — по-английски означает вырезание, т.е. художественная резьба по разным материалам. Искусство карвинга по фруктам и овощам возникло на Дальнем Востоке. Китайская техника карвинга использует трафарет, выемки, формочки, ножи (рис. 1.7). При вырезании украшений из больших фруктов и овощей для лучшей сохранности необходимо их ополоснуть в ледяной воде и накрыть тканью. Если вырезанные фрукты остаются долго на столе, то их необходимо каждый час опрыскивать лимонным соком и жидким желатином из пульверизатора. Тарелку или поднос, на котором размещается композиция, украшают мелкими деталями. Детали на тарелке закрепляют при помощи желатина.

Искусство вырезания требует терпения, сосредоточивания, внимательности и уважения к натуральному продукту.

1.3. Правила обработки корнеплодов

Первичная обработка корнеплодов состоит из следующих операций: сортировка и калибровка, мойка, очистка, доочистка и промывка. Корнеплоды сортируют вручную, в калибровочных и сортировочных машинах.

Механическую обработку (очистку) производят вручную и в картофелечистке. После машинной очистки корнеплоды дочищают вручную. Морковь длинную и тонкую очищают вручную, так как в машине она ломается.

Корень петрушки, пастернак, сельдерей очищают вручную.

Репа очищается в картофелечистке более длительное время (3—5 мин), так как кожица толще, чем в других корнеплодах.

У редиса удаляют корешок, хвостик, редьку очищают от кожицы.

1.4. Правила обработки капустных, листовых, плодовых и других овощей

Капустные овощи. Белокочанную, краснокочанную и савойскую капусту обрабатывают одинаково. У белокочанной капусты удаляют поврежденные, загнившие, грязные листья, для этого срезают кочерыжки и подрезают листья. Капусту следует обмыть. Для шинкования капусту разрезают на четыре части, удаляют кочерыжку, выдерживают 20 мин в подсоленной воде (на 1 л воды — 20 г соли); если в капусте есть гусеницы и улитки, они всплывут на поверхность.

Краснокочанную капусту после шинкования следует обдать крутым кипятком для удаления горечи, затем выдержать в воде 20—30 мин.

В брюссельской капусте мелкие кочаны срезают перед приготовлением, удаляют загрязненные места, моют.

У кочана цветной капусты обрезают кочерыжку на 1 см ниже разветвления, загрязненные листья срезают ножом или соскабливают теркой, после чего кочан промывают.

Листовые овощи. Перебирают, удаляют поврежденные, пожелтевшие листья, обрезают корни, у зелени петрушки и укропа отделяют веточки от стеблей, промывают в проточной воде. Сырые овощи и зелень, предназначенные для приготовления салатов, следует выдержать 10 мин в 3%-ном растворе уксусной кислоты или в 10%-ном растворе поваренной соли.

Десертные овощи. Самая ценная часть спаржи — головка. Очищать надо осторожно, не повреждая головки. Головка спаржи со стеблем должна лежать в левой руке. Тонким ножом срезают кожицу со стебля, концы ровно обрезают, промывают, связывают в пучки по 8—10 шт.

Артишоки покрыты листьями с острыми концами чешуек. Листья и концы чешуек срезают, оставшиеся чешуйки остригают ножницами. Нижнюю часть стебля срезают у самого основания, затем натирают лимоном, чтобы он не потемнел. В верхней части плода на срезе с помощью черенка ложки удаляют сердцевину. Приготовленные артишоки промывают.

В пищу используют молодые, сочные черешки зеленоватой или красноватой окраски ревеня. Для понижения кислотности черешки вымачивают в воде 1—2 ч. Молодые черешки промывают, у старых счищают кожицу, затем промывают. Черешки быстро портятся, поэтому их хранят в холодильнике, упакованными в целлофан.

Луковые. Луковица состоит из небольшого донца, от которого вниз отходят корешки. Верхние листья (чешуя) образуют рубашку. Верхняя часть луковицы называется шейкой. При очистке репчатого лука удаляют нижнюю часть, донце; затем удаляют верхние листья, шейку, моют в холодной воде. У лука-порея отрезают корешок, очищают от сухих и поврежденных листьев, разрезают вдоль пополам, промывают в проточной воде. У чеснока удаляют корешок, разделяют на дольки, очищают от оболочек.

Фруктовые овощи. *Кабачки.* Молодые кабачки моют, удаляют плодоножку, очищают, разрезают вдоль, удаляют семена, разрезают поперек на куски толщиной 2 см. В недозрелых кабачках мякоть нежная. Для жарки надо выбирать некрупные кабачки с мелкими зернами, нарезают кружочками, семена не удаляют. Перезрелые кабачки без кожицы и семян используют для приготовления икры кабачковой.

Баклажаны. У баклажанов срезают плодоножку, моют, разрезают вдоль, ошпаривают или запекают, очищают кожицу, нарезают тонкими ломтиками для жарки, а кубиками для варки, тушения. Для удаления горечи нарезанные баклажаны солят, выдерживают 20 мин и промывают.

Помидоры. Сортируют по степени зрелости и назначения. Моют, при обработке удаляют плодоножку с частью прилегающей мякоти. В томатах, используемых для фарширования ложкой, удаляют семена. Для салатов нарезают кружочками, дольками, для супов, соусов и тушеных блюд — кубиками.

Перец острый и сладкий. Сортируют, моют, срезают верхушки и вычищают семена. Перец сладкий, предназначенный для салатов, ошпаривают. Для супов, салатов перец нарезают кружочками, мелкими кубиками. Целые экземпляры перца используют для фарширования.

Зеленый горошек, фасоль. Молодые стручки фасоли, гороха выщипывают из стручков. Горошек и фасоль «молочной» спелости используют для салатов и винегретов, перезревший, грубый — для супов.