

Тема уроку. Смажені м'ясні страви

План уроку

- 1. Правила смаження м'яса великими шматком**
- 2. Страви з м'яса смаженого великим шматком**
- 3. Вимоги до якості страв з м'яса, смаженого великими шматками**

Для приготування смажених страв використовують ті частини м'яса, які містять незначну кількість нестійкої сполучної тканини і велику кількість м'ясного соку: яловичини — вирізку, товстий і тонкий краї, верхню і внутрішню частини задньої ноги; баранини, телятини, козлятини — усі частини туші, крім шийної, а свинини — і шийну. Під час смаження цих частин колаген встигає перейти у глютин, завдяки чому тканини м'яса розм'якшуються.

Щоб м'ясо не втратило приємного смаку й аромату, його смажать безпосередньо перед подаванням великими, дрібними, порціонними (натуральними і запанірованими) шматочками. Для смаження використовують сковороди чавунні, листи, електросковороди.

1. Правила смаження м'яса великими шматком

Великі шматки м'яса, призначені для смаження, мають бути масою 1-2 кг і приблизно однакової товщини. М'ясо лопаткової частини згортають рулетом і перев'язують. Тазостегнові частини малої худоби розрізають шарами на 2-3 шматки. Грудинку свинини, баранини смажать з реберними кістками. Перед смаженням з внутрішнього боку вздовж ребер підрізують плівки, щоб краще було видаляти кістки після смаження. Підготовлені шматки м'яса посипають сіллю і перцем, укладають на лист чи сковороду з розігрітим до температури 140-150 °С жиром на відстані 5 см один від одного, обсмажують на плиті або в жаровій шафі при температурі 200-250 °С. При щільному укладанні шматків м'яса значно знижується температура жиру, сповільнюється утворення кірочки і сік витікає. Досмажують м'ясо у жаровій шафі при температурі 150-160 °С, періодично (через кожні 10-15 хв) перевертаючи і поливаючи жиром і соком, що виділяється. Залежно від розмірів шматків і виду м'яса процес смаження триває від 40 хв до 1 год 40 хв. Готове м'ясо охолоджують, перед подаванням його нарізують упоперек волокон на порціонні шматочки 1-3 шт. на порцію, заливають м'ясним соком і прогрівають.

2. Страви з м'яса смаженого великим шматком

Полядниця. Підготовлену вирізку, товстий, тонкий краї і внутрішню частину задньої ноги яловичини збризкують розчином лимонної кислоти або натирають лимоном, перцем, сіллю, кладуть на розігрітий лист з жиром, обсмажують і доводять до готовності у жаровій шафі (20-25 хв). Готове м'ясо охолоджують, нарізують тонкими шматочками по 2-3 шт. на порцію, заливають м'ясним соком і прогрівають.

Перед подаванням на тарілку кладуть гарнір — картоплю смажену або комбінований, поряд — 2-3 шматочки м'яса, поливають м'ясним соком.

Яловичина (вирізка, товстий і тонкий краї, внутрішня частина задньої ноги) — 156/115, жир тваринний топлений харчовий — 3, кислота лимонна — 0,02 або лимон — 5,5/5, маса смаженої полядвіці — 75; гарнір — 150.

В и х і д — 235.

***Щоб отримати рівномірно підсмажену кірку на великих шматках м'яса свинини, яловичини, його треба спочатку обсмажити на плиті, а потім довести до готовності в жаровій шафі. Якщо м'ясо смажити тільки в жаровій шафі, кірочка буде нерівномірною.**

***Якщо при обсмажуванні м'яса великими шматками витікає багато соку, треба обсмаження припинити, м'ясо перекласти на добре розігрітий з жиром лист так, щоб шматки не торкалися одне одного. Смажити треба на сильному вогні до утворення рум'яної кірочки, а потім довести до готовності у жаровій шафі. М'ясний сік, що виділився на початку обсмажування, можна використовувати для поливання м'яса при досмажуванні його в жаровій шафі.**

М'ясо смажене, шпиговане часником і цибулею. Тазостегнову частину свинини або баранини (без кісток) шпигують часником і цибулею, кладуть у посуд, який не окислюється, збризкують оцтом, додають лавровий лист, перець чорний горошком, суху м'яту і залишають у холодному місці на 6-8 год для маринування. Мариноване м'ясо солять, обсмажують і доводять до готовності у жаровій шафі. Потім його охолоджують, нарізують 2-3 шматочки на порцію, заливають м'ясним соком і прогрівають.

Перед подаванням на підігріту тарілку кладуть гарнір — картоплю варену або смажену, капусту шинковану, розсипчасту гречану кашу, варені бобові чи складний гарнір, поряд — шматочки м'яса і поливають м'ясним соком.

Свинина (тазостегнова частина) — 129/110 або баранина (тазостегнова частина) — 166/119, цибуля ріпчаста — 30/25, часник — 3/2, оцет 9 % — 5, м'ята суха — 1, жир тваринний топлений харчовий — 5, маса готового шпигованого м'яса — 85; гарнір — 150. В и х і д — 235

3. Вимоги до якості страв з м'яса, смаженого великими шматками

Смажені натуральні м'ясні страви мають добре підсмажену рум'яну кірочку. Яловичина і баранина можуть бути добре, слабко- або середньопросмаженими, а свинина — повністю просмаженою.

М'ясо нарізують упоперек волокон тоненькими шматочками. Колір на розрізі у слабко - просмаженого м'яса — від червоного до рожевого, у середньо - просмаженого — від рожевого до сірого, у повністю просмаженого — від сірого до коричневого. Консистенція м'яка, у слабко-

і середньо - смаженого м'яса більш соковита. Смак у міру солоний, запах смаженого м'яса.

М'ясні страви, смажені великими шматками, зберігають 3 год гарячими, для тривалішого зберігання їх охолоджують і кладують у холодильник на 48 год.

Питання для самоконтролю

1. Які частини яловичини використовують для смаження?
2. Назвіть посуд, який використовують для смаження.
3. Які частини свинини використовують для смаження?
4. При якій температурі смажать м'ясо?
5. Який відсоток втрат маси при смаженні м'яса великим шматком?
6. Який гарнір використовують до смаженої баранини?
7. Який термін зберігання м'яса смаженого великим шматком?

Домашнє завдання: опрацювати параграф 3 стор. 216-217 (конспект) за підручником Технологія приготування їжі В.С. Доцяк.

Визначіть відмінні особливості в приготуванні і подаванні страв: полядниця, м'ясо смажене, шпиговане часником і цибулею. Дані занесіть у таблицю за зразком:

Страва	Відмінні особливості приготування і подавання страв

Тема уроку: Страви з м'яса смаженого натуральними порційними, запанірованими та дрібними шматочками

План уроку

1. Правила смаження м'яса натуральними порційними шматочками.
 2. Страви з м'яса, смаженого запанірованими порційними шматочками.
 3. Страви з м'яса смаженого дрібними шматочками.
 4. Вимоги до якості страв з смаженого м'яса.
1. Правила смаження м'яса натуральними порційними шматочками.

Порціонні шматочки натурального м'яса смажать основним способом (жиру беруть 5-10 % маси м'яса) на сковородах, листах або електросковородах.

Підготовлені порціонні шматочки посипають сіллю і перцем, кладуть на розігріту до 180 °С сковороду чи листи з жиром і смажать до утворення з обох боків рум'яної кірочки. Втрати під час смаження м'яса натурального порціонними шматочками становлять 37 %. На стіл подають з простим або складним гарніром, поливаючи м'ясним соком, маслом чи соусом. *В и х і д* — 50, 75 або 100.

Котлети натуральні. Натуральні котлети, нарізані з корейки по одному шматочку на порцію разом з реберною кісточкою, смажать на добре розігрітій сковороді з жиром з обох боків до утворення рум'яної кірочки і доводять до готовності в жаровій шафі протягом 10-12 хв.

Перед подаванням на порціонне блюдо або тарілку кладуть картоплю смажену або варену чи комбінований гарнір з овочів, поряд — котлету і поливають її вершковим маслом. На кісточку надягають папільйотку.

Баранина (корейка) — 158/113, або свинина (корейка) — 123/105, чи телятина (корейка) — 159/105, маса реберної кісточки в котлетах з баранини — 12, свинини або телятини — 20, жир тваринний топлений харчовий — 7, маса смажених котлет: з баранини — 93, свинини — 92, телятини — 86, гарнір — 150. В и х і д : 233 або 241 або 236.

М'ясо яловичини, смажене порціонними натуральними шматочками (біфштекс натуральний). Підготовлений напівфабрикат посипають сіллю, перцем, кладуть на розігріту сковороду і смажать з обох боків до готовності: з кров'ю 5-7 хв на сильному вогні (на поверхні м'яса утворюється рум'яна кірочка, при надавлюванні виділяється кров'янистий м'ясний сік); напівпросмажене — 7-10 хв (при надавлюванні виділяється сік коричневосіруватого кольору); просмажене — 10-15 хв до повної готовності (при надавлюванні виділяється прозорий безбарвний сік).

Подають м'ясо з гарніром і струганим хрінном, поливають м'ясним соком, зверху

можна покласти зелене масло. На гарнір можна подавати картоплю, смажену основним способом, картоплю, смажену у фритюрі, кабачки, баклажани смажені, складні гарніри.

Яловичина (вирізка) — 170/125, жир тваринний топлений харчовий — 7, маса смаженого м'яса — 79; хрін — 16/10, гарнір — 150. В и х і д — 239.

Яловичина смажена з цибулею (біфштекс з цибулею). Готують так само, як біфштекс натуральний. Перед подаванням на тарілку кладуть гарнір — картоплю смажену або фрі, поряд — м'ясо, яке поливають м'ясним соком, на нього — цибулю, смажену у фритюрі.

Яловичина (вирізка) — 170/125, жир — 7, маса смаженого біфштекса — 79, цибуля, смажена у фритюрі, — 35, гарнір — 150. В и х і д — 264.

Свинина, смажена порціонними шматочками (ескалоп). Підготовлений напівфабрикат посипають сіллю і перцем, кладуть на розігріту сковороду з жиром і смажать до готовності.

Перед подаванням на тарілку кладуть картоплю смажену або фрі, складний овочевий гарнір. Ескалоп кладуть поряд на крутон з пшеничного хліба і поливають м'ясним соком.

Свинина — 147/125, телятина — 189/125 або баранина (корейка) — 175/125, жир тваринний топлений харчовий — 7, маса смаженого ескалопа з свинини — 85, з баранини або телятини — 79; грінки — 20, гарнір — 150. В и х і д — 255 або 249.

Баранина з цибулею. Баранину, нарізану порціонними шматочками, солять і смажать до готовності. Наприкінці смаження додають нарізану кільцями цибулю.

Подають баранину із смаженою цибулею, вареною квасолею, смаженою або вареною картоплею

Баранина (корейка, тазостегнова частина) — 166/119, жир тваринний топлений харчовий — 10, цибуля ріпчаста — 40/34, маса смаженого м'яса — 75; маса смаженої цибулі — 25; гарнір — 150. В и х і д — 255 або 249.

2. Правила смаження м'яса з а п а н і р о в а н и м и порціонними шматочками.

Запаніровані м'ясні напівфабрикати порціонними шматочками обсмажують основним способом на добре розігрітій сковороді з жиром до утворення рум'яної кірочки і доводять до готовності у жаровій шафі. М'ясо слід смажити доти, доки на поверхні його не утворяться прозорі бульбашки. Перед подаванням смажені запаніровані вироби поливають розтопленим вершковим маслом.

****Не пересмажуйте м'ясо: від цього погіршується його смак і зовнішній вигляд.***

Котлета відбивна. Готовий напівфабрикат підсмажують на добре розігрітій сковороді до утворення рум'яної кірочки і доводять до готовності у жаровій шафі. Перед подаванням на порціонне блюдо або тарілку кладуть смажену картоплю або складний гарнір, поряд — котлету і поливають вершковим маслом. На кісточку надягають папільйотку. До котлет з баранини можна окремо подати соус молочний з цибулею, на гарнір (крім картоплі) — стручки квасолі в маслі або розсипчастий рис, квасолі у томаті чи маслі, до котлет з свинини і телятини — картоплю у молоці або овочі у молочному соусі.

Свинина — 106/90 (телятина — 136/90), баранина (корейка) — 137/98, маса реберної кісточкі в котлетах з свинини і телятини — 20, баранини — 12 г, яйця — 5, сухарі мелені — 15, маса напівфабрикату з свинини, телятини, баранини — 125; жир — 10, маса смажених котлет з свинини, телятини — 97, з баранини — 91; гарнір — 150, масло вершкове або маргарин столовий — 5. В и х і д — 252 або 246.

Битки кийвські. Підготовлений напівфабрикат солять, посипають перцем, обкачують у борошні, змочують в яйцях і смажать.

Перед подаванням битки поливають маслом вершковим чи маргарином. Гарнір — комбінований.

Свинина (корейка) — 94/80, борошно пшеничне — 4, яйця — 5, маса напівфабрикату — 85; жир тваринний топлений харчовий — 10, маса смажених битків — 75; гарнір — 150, масло вершкове або маргарин столовий — 5.

В и х і д — 230.

Биточки по-вінницькому. Підготовлений напівфабрикат у вигляді биточків (з начинкою) змочують у яйцях, смажать основним способом, доводять до готовності у жаровій шафі.

Приготування начинки. Посічені пасеровану цибулю і варені гриби з'єднують, додають сіль, перець, перемішують.

На стіл битки подають з комбінованим гарніром, поливають вершковим маслом або маргарином.

Свинина (корейка) — 147/125; для начинки: цибуля ріпчаста — 14/12, маргарин столовий — 4, цибуля пасерована — 6; яйця — 8, гриби білі сушені — 4, маса начинки — 22; яйця (для змочування) — 6; маса напівфабрикату — 140; жир тваринний топлений харчовий — 3, маса смажених битків — 105; масло вершкове чи маргарин столовий — 8, гарнір — 150. В и х і д — 263.

М'ясо хрустке.

З м'якоті корейки або тазостегнової частини свинини нарізують порціонні шматочки (2 шт. на порцію), відбивають, солять, змочують у льезоні, обкачують у тертому сирі, посипають кмином і смажать з обох боків до утворення золотистої кірочки. Смажене м'ясо подають на грінках.

Приготування г р і н о к . Батон нарізують скибочками завтовшки 0,5 см, змочують у льезоні, обкачують у тертому сирі, посипають кмином і смажать з обох боків.

Перед подаванням на тарілку кладуть гарнір (комбінований), поряд — 2 грінки, на них — смажене м'ясо. М'ясо поливають вершковим маслом чи маргарином столовим.

Свинина (корейка або тазостегнова частина) — 147/125, яйця — 7, сир твердий — 16/15, кмин — 0,5, маса напівфабрикату — 145; жир тваринний топлений харчовий — 10, маса смаженого м'яса — 100; для грінок: батон — 50, яйця — 20,

сир твердий — 16/15, кмин — 0,5, жир тваринний топлений харчовий — 5, маса готових грінок — 55; гарнір — 150, масло вершкове або маргарин — 5. В и х і д — 310.

***Щоб м'ясо при смаженні не прилипало до сковороди — покладіть у жир кілька кружалець моркви.**

Котлети Марічка. Підготовлені напівфабрикати яйцевидної форми з начинкою з чорносливу і вершкового масла змочують у льезоні і смажать у фритюрі.

Перед подаванням на порціонне блюдо або тарілку кладуть гарнір — каші розсипчасті, рис відварений, картопляне пюре, поряд — котлету.

Свинина (тазостегнова частина) — 117/100, чорнослив — 35, маса вареного чорносливу — 53, маса чорносливу без кісточки — 40, масло вершкове — 5, яйця

— 10, сухарі паніровочні — 10, маса напівфабрикату — 160, олія — 15, маса смаженої котлети — 140, гарнір — 150. В и х і д — 290.

Котлети, фаршировані печінкою. Підготовлені котлети у вигляді циліндра з начинкою всередині змочують в яйцях, панірують у білій паніровці, знову змочують в яйцях і панірують у білій паніровці і смажать у жирі. Доводять до готовності в жаровій шафі. Подають котлети з комбінованим гарніром, поливають їх вершковим маслом або маргарином столовим.

Свинина (тазостегнова частина) — 94/80, сало штик — 20,8/20, для начинки: печінка яловича — 42/35 або бараняча (свиняча, теляча) — 40/35, маса смаженої печінки — 24, цибуля ріпчаста — 10/8, маса пасерованої цибулі — 4, жир тваринний топлений харчовий — 2, яйця — 10, маса начинки — 40, яйця — 10, хліб пшеничний — 20, маса напівфабрикату — 170, жир тваринний топлений харчовий — 15, маса смажених котлет — 155, гарнір — 150. Масло вершкове або маргарин столовий — 5. Вихід — 310.

3. Правила смаження м'яса дрібними шматочками.

Для смаження дрібними шматочками використовують вирізку, товстий і тонкий краї, внутрішню і верхню частини задньої ноги. Нарізане м'ясо кладуть на добре розігріту сковороду з жиром завтовшки 1-1,5 см, щоб м'ясо швидше підсмажилось і менше втрачало м'ясного соку. Смажать м'ясо на сильному вогні, помішуючи кухарською лопаточкою.

Піджарка. Нарізані брусочки м'яса кладуть на розжарену сковороду з жиром, посипають сіллю, перцем і смажать. За 2-3 хв до готовності додають нашатковану пасеровану ріпчасту цибулю і томатне пюре.

Перед подаванням на тарілку кладуть гарнір — картоплю смажену або розсипчасту кашу, поряд — м'ясо і посипають подрібненою зеленню.

Яловичина — 162/119 (свинина — 129-110, баранина, козлятина — 166/119 або телятина — 180/119), маса смаженого м'яса — 75; цибуля ріпчаста — 36/30, жир

тваринний топлений харчовий — 10, маса пасерованої цибулі — 15; томатне пюре — 15, маса пасерованої цибулі і томату — 25; гарнір — 150. В и х і д 250.

4. Вимоги до якості смажених м'ясних страв.

Смажені натуральні м'ясні страви мають добре підсмажену рум'яну кірочку. Яловичина і баранина можуть бути добре, слабко- або середньопросмаженими, а свинина — повністю просмаженою. М'ясо нарізують упоперек волокон тоненькими шматочками. Колір на розрізі у слабкопросмаженого м'яса — від

червоного до рожевого, у середньопросмаженого — від рожевого до сірого, у повністю просмаженого — від сірого до коричневого. Консистенція м'яка, у слабо- і середньосмаженого м'яса більш соковита. Смак у міру солоний, запах смаженого м'яса.

•Не в и к о р и с т о в у й т е для смаження м'ясо, яке містить багато сполучної тканини: під час смаження воно скрутиться і стане твердим. Краще його тушкувати.

Порціонні шматочки непаніровані — однакової товщини, обсмажені з обох боків до утворення рум'яної кірочки. Колір — від рожевого до сірого. Смак і запах властиві смаженому м'ясу, з ароматом, характерним для певного виду м'яса. Консистенція яловичини соковита, добре просмажена, інші вироби можуть бути менш соковитими.

Паніровані смажені страви мають овальну форму, з рівними неприпіднятими краями, поверхня рівна, з хрусткою кірочкою. Колір на розрізі — від сірого до коричневого. Смак і запах властиві м'ясу, смаженому в сухарях. Допускається присмак жирів, які використовувалися для смаження. Консистенція виробів пружна, м'ясо м'яке, соковите, смак і запах м'яса з ароматом томатного пюре.

М'ясні страви, смажені великими шматками, зберігають 3 год гарячими, для тривалішого зберігання їх охолоджують і кладують у холодильник на 48 год. Натуральні порціонні дрібні шматочки м'яса, паніровані порціонні вироби слід смажити перед подаванням; допускається зберігати їх не більше 30 хв.

Завдання для самоконтролю

Вкажіть в яку групу відносяться подані страви: піджарка, філе, лангет, антрекот, ескалоп, котлети натуральні, ромштекс, битки київські, шніцель відбивний, котлета відбивна, бефстроганов, шашлик з яловичини, біфштекс натуральний, біфштекс з цибулею. **Заповніть таблицю за зразком:**

Страви з м'яса смаженого натуральними порційними шматочками	Страви з м'яса смаженого запанірованими порційними шматочками	Страви з м'яса смаженого дрібними шматочками

Домашнє завдання: опрацювати параграф 3, стор. 217-220 (конспект) підручника Технологія приготування їжі з основами товарознавства В.С. Доцяк.

Творче завдання. Кухару надійшло замовлення на приготування страви «Біфштекс натуральний». В наявності є такі частини м'яса: товстий і тонкий краї, пружок, бокова і зовнішня частини задньої ноги, вирізка. Яку частину використає кухар для виконання замовлення? Чому? Відповідь обґрунтуйте.