

Тема. Страви з субпродуктів

Страви із субпродуктів поживні і смачні, оскільки містять жири, білки, вітаміни і мінеральні солі. Субпродукти широко використовували у народній кулінарії. Споживали українці печінку й легені як начинку для святкових пирогів, хляки або рубці з січеного вареного шлунка й кишок (баранячих або телячих) з пшоном і спеціями. Підготовлені субпродукти слід негайно направляти на теплову обробку, оскільки вони нестійкі при зберіганні (легко можуть обсіменятися бактеріями). Готуючи страви, слід суворо додержуватись правил санітарії і гігієни, щоб запобігти харчовому отруєнню. Субпродукти варять, а потім смажать, тушкують або відразу використовують для смаження,



Язик відварний з соусом.

Язики, підготовлені для варіння, кладуть у посуд, заливають гарячою водою, доводять до кипіння і знімають піну. Додають сирі моркву, петрушку, ріпчасту цибулю, зменшують нагрівання і варять до готовності. Наприкінці варіння солять. Тривалість варіння залежить від виду язиків і коливається від однієї до трьох годин. Зварені гарячі язики занурюють у холодну воду на 5 хв. і обчищають. Язики нарізують упоперек волокон на шматочки (2-3 шт. на порцію), заливають невеликою кількістю бульйону і доводять до кипіння. До подавання зберігають у бульйоні.

Подаючи на стіл, на порціонне блюдо або тарілку кладуть гарнір (картопляне пюре, відварну картоплю, овочі у молочному соусі, бобові відварні з жиром), поряд – язик, який поливають червоним основним соусом або сметанним із хроном.

Язик яловичий – 126 (баранячий – 143, свинячий або телячий – 127), морква – 4/3, цибуля ріпчаста – 4/3, петрушка (корінь) – 3/2, маса вареного язика – 75; гарнір – 150, соус – 75. Вихід – 300.

Рубці в соусі. Оброблені рубці згортають рулетом, перев'язують шпагатом, кладуть у казан, заливають холодною водою і варять 4-5 год. За 30 хв. до закінчення варіння кладуть сіль, моркву, петрушку, цибулю, наприкінці варіння – спеції. Варені рубці нарізують соломкою завдовжки 3-4 см, масою 5-7 г, заливають соусом червоним основним чи цибулевим, або томатним і варять 15-20 хв. Перед подаванням на тарілку кладуть гарнір – кашу розсипчасту або рис припущений, варені макаронні вироби, картоплю чи овочі відварні, поряд – рубці з соусом.

Рубці – 143/136, цибуля ріпчаста – 4/3, морква – 4/3, петрушка (корінь) – 3/2, маса варених рубців – 75; гарнір – 150, соус – 75. Вихід – 300.



Рубці по-українськи. Зварені рубці яловичі, свинячі і баранячі нарізують на невеликі шматочки.

Моркву, петрушку, ріпчасту цибулю, нарізані соломкою, пасерують, картоплю, нарізану брусочками, обсмажують. Овочі перекладають у сотейник, додають пасероване пшеничне борошно, розведене бульйоном, кладуть нарізані рубці, перебрані і промите пшоно, перемішують і тушкують до готовності при закритій кришці. Потім масу охолоджують до температури 50-60 °С, посипають перцем, заправляють сирими яйцями, перемішують, перекладають у змащений маслом і посипаний сухарями сотейник, поливають розтопленим вершковим маслом і запікають. Перед подаванням порціонують, зверху посипають подрібненою зеленню.

Рубці – 192/182, морква – 6/4, цибуля ріпчаста – 5/4, петрушка – 6/4, маса варених рубців – 100; морква – 30/24, петрушка – 24/18, цибуля ріпчаста – 20/16,8, борошно пшеничне – 4,5, картопля – 80/60, пшоно – 20, бульйон – 40, яйця – 16, масло вершкове – 16, сухарі – 10. Вихід – 240

Вим'я варене з соусом. Підготовлені шматки вим'я масою 1,5-2 кг закладають у гарячу воду (на 1 кг вим'я 1-1,5 л води), швидко доводять до кипіння, нагрів зменшують і варять при повільному кипінні до напівготовності. Потім додають обчищені і нарізані моркву, петрушку, цибулю, лавровий лист, сіль, перець чорний горошком і варять до готовності.

Варене вим'я злегка охолоджують, нарізують широкими шматочками 1 см завтовшки (1-2 шт. на порцію), заливають соусом цибулевим або томатним і кип'ятять 10-15 хв.

Перед подаванням на тарілку кладуть гарнір – картопля варена, пюре картопляне, розсипчаста рисова каша, поряд – вим'я, поливають соусом і посипають подрібненою зеленню петрушки або кропу.

Вим'я яловиче – 136, морква – 4/3, цибуля ріпчаста – 4/3, петрушка (корінь) – 3/2, маса вареного вим'я – 75; гарнір – 150, соус – 75. Вихід – 300.



Вим'я, смажене в сухарях.

Вим'я (масою 1,5-2 кг) варять з морквою, цибулею, коренем петрушки. Варене вим'я охолоджують і нарізують на широкі порціонні шматочки 1,0 см завтовшки, панірують у борошні, змочують у льезоні, ще раз панірують у сухарях і смажать на смальці з обох боків до утворення рум'яної кірочки.

Перед подаванням на тарілку кладуть гарнір – картоплю варену чи смажену або пюре картопляне, поряд – вим'я і поливають розтопленим вершковим маслом.

Вим'я яловиче – 156, маса вареного вим'я – 86, борошно пшеничне – 4, яйця – 4, сухарі – 17, маса напівфабрикату – 110, смалець – 8, маса смаженого вим'я – 100, гарнір – 150, масло вершкове – 5. Вихід – 255.

Печінка, шпигована салом. Печінку (великий шматок) шпигують салом, натирають сіллю та перцем, обсмажують разом із цибулею, заливають бульйоном і тушкують 20-25 хв., готову печінку ріжуть на порції.

Подають з картопляним пюре, цибулею і соком, який утворився при тушкуванні.

Печінка яловича – 120/100 (свиняча, бараняча або теляча – 114/100), сало шпик – 10,4/10, маса напівфабрикату – 110; цибуля ріпчаста – 30/25, жир тваринний топлений харчовий – 7, маса тушкованої печінки – 75; маса цибулі та соку, який утворився при тушкуванні, – 25; гарнір – 150. Вихід – 250.



Печінка смажена з жиром або цибулею.

Печінку нарізують на шматочки (1-2 шт. на порцію), свинячу печінку заздалегідь бланшують, посипають сіллю, перцем, обкачують у борошні і смажать з обох боків до готовності.

Перед подаванням на тарілку кладуть гарнір – картоплю смажену чи варену, або картопляне пюре, чи розсипчасту кашу, поряд – печінку і поливають розтопленим маслом, зверху можна покласти смажену цибулю.

Печінка яловича – 127/105 (бараняча, свиняча або теляча – 119/105), борошно пшеничне – 5, маса напівфабрикату – 110; жир тваринний топлений харчовий –

10, маса смаженої печінки – 75; гарнір – 150, масло вершкове або маргарин столовий – 5, цибуля, смажена у фритюрі, – 15. Вихід – 230 або 240.

Не пересмажуйте печінку: вона стане твердою.

Печінка по-краснолуцьки. Підготовлений напівфабрикат у вигляді рулету перев'язують шпагатом, кладуть на змащений жиром лист, поверхню рулету змащують сметаною і обсмажують у жаровій шафі, потім перекладають у сотейник, додають трохи бульйону і тушкують до готовності. Перед подаванням знімають шпагат і порціонують.

Відпускають з комбінованим гарніром. Рулет поливають вершковим маслом.

Печінка яловича – 113/94, свинина (лопаткова, шийна частина) – 44/38, морква – 5/4, часник – 8/6, сметана – 3. Маса напівфабрикату – 140; жир тваринний топлений харчовий – 5, маса готової страви – 100, гарнір – 150, масло вершкове – 5. Вихід – 255.

Печінка по-херсонськи. Напівфабрикати у вигляді ковбасок перев'язують ниткою, панірують у борошні і обсмажують. З виробів знімають нитку, кладуть у сотейник, додають трохи бульйону і тушкують 20-25хв.

Перед подаванням на тарілку кладуть гарнір: каші розсипчасті, овочі варені, пюре з картоплі, картоплю варену, комбінований овочевий гарнір, поряд – ковбаски з печінки, поливають соусом цибулевим.

Печінка яловича – 157/130, сало шпик – 27,1/26, цибуля ріпчаста – 37/31, маса пасерованої на салі цибулі – 36, борошно пшеничне – 6, маса напівфабрикату – 170; жир тваринний топлений харчовий – 6, маса готової печінки – 140, соус – 50, гарнір – 100. Вихід – 290.



Биточки з печінки.

Підготовлену печінку пропускають через м'ясорубку, додають сало, нарізане дрібними кубиками, відтиснений замочений хліб, сирі яйця, сіль, перець і вимішують.

Масу викладають ложкою у вигляді битків на розігріту з жиром сковороду, обсмажують і доводять до готовності в жаровій шафі.

Перед подаванням на тарілку кладуть гарнір, поряд – битки і поливають маслом вершковим або маргарином столовим. На гарнір подають картопляне пюре чи розсипчасті каші або комбінований.

Печінка яловича – 75/62 (свиняча, бараняча або теляча – 71/62), сало шпик – 10,4/10, хліб пшеничний – 12, яйця – 8, борошно пшеничне – 4, маса напівфабрикату – 94; жир тваринний топлений харчовий – 5, маса готових битків – 75; гарнір – 150, масло вершкове або маргарин столовий – 5. Вихід – 230.



Легені смажені.

Оброблені легені кладуть у гарячу підсолону воду, додають нарізані цибулю, моркву, петрушку і варять до готовності (близько двох годин). Наприкінці кладуть лавровий лист і перець горошком.

Зварені легені охолоджують, нарізують на порціонні шматочки 1,5 см завтовшки, панірують у борошні, змочують у льезоні, знову панірують у сухарях і смажать у жирі.

Подають з картоплею смаженою, картопляним пюре або комбінованим овочевим гарніром. Легені поливають жиром або подають окремо соус.

Легені – 125, маса варених легенів – 64, морква – 3/2, цибуля ріпчаста – 4/3, петрушка (корінь) – 3/2, борошно пшеничне – 4, яйця – 4, сухарі – 15, маса напівфабрикату – 82; жир тваринний топлений харчовий – 10, маса смажених легенів – 75, гарнір – 150, масло вершкове або маргарин столовий – 5, чи соус – 75. Вихід – 230 або 300.



Піджарка чумацька.

Варені легені, серце, печінку нарізують брусочками або скибочками, солять і злегка обсмажують, кладуть у сотейник, додають подрібнену пасеровану цибулю, заливають водою або бульйоном і тушкують майже до готовності. Наприкінці тушкування додають лавровий лист і перець. На гарнір подають пшоняну або пшеничну кашу.

Легені – 50/46, печінка яловича – 61/51 або свиняча – 58/51, серце – 68/58, жир тваринний топлений харчовий – 15, цибуля ріпчаста – 50/42, гарнір – 150. Вихід – 275

Мозок відварний. Оброблений мозок кладуть у холодну підкислену оцтом воду, додають моркву, цибулю, петрушку, доводять до кипіння і варять до готовності при слабкому кипінні 10-15 хв. Наприкінці варіння (за 5-10 хв до закінчення) додають сіль, спеції. Зберігають мозок у тому самому відварі.

Перед подаванням зварений мозок розділяють на часточки, кладуть скибочки варених печериць або білих грибів і поливають вершковим маслом, підсмаженим із сухарями чи підливою. Можна подавати без грибів. На гарнір – картопляне пюре або картопля варена, рис припущений. Можна подавати з соусом білим основним, паровим, томатним.

Мозок – 125/100, морква – 4/3, цибуля ріпчаста – 4/3, петрушка (корінь) – 3/2, оцет 3 % – 4, маса вареного мозку – 75; печериці свіжі – 38/29 або гриби білі свіжі – 38/29, маса варених грибів – 20; гарнір – 100, соус – 75 або масло вершкове – 3. Вихід – 270 або 198.



Мозок смажений.

Варений мозок охолоджують, нарізують на порції скибочками, посипають сіллю, обкачують у борошні і обсмажують у жирі до утворення рум'яної кірочки.

Перед подаванням на тарілку кладуть гарнір – каші розсипчасті або картопляне пюре, картоплю смажену (з вареної), картоплю смажену (з сирії), складний гарнір, поряд – смажений мозок, який поливають жиром, і часточку лимона.

Мозок – 130/104, морква – 4/3, цибуля ріпчаста – 4/3, петрушка (корінь) – 3/2, оцет 3 % – 4, маса вареного мозку – 78; борошно пшеничне – 4, маса напівфабрикату – 82; маргарин столовий – 8, маса смаженого мозку – 75; лимон – 11/10, гарнір – 150, маргарин столовий – 5. Вихід – 240.



Мозок, смажений у фритюрі.

Охолоджений варений мозок цілим чи половинками, або нарізаний по одному шматочку на порцію завтовшки 1-1,5 см посипають сіллю, перцем, панірують у борошні, змочують у льезоні, обкачують у мелених сухарях і смажать у фритюрі до утворення рум'яної кірочки. Перед подаванням на тарілку кладуть гарнір – каші розсипчасті або варені бобові і картоплю відварну чи смажену, картопляне пюре, овочі,

припущені з жиром, поряд – шматочок смаженого мозку і поливають жиром або подають окремо соус червоний основний, томатний.

Мозок – 107, морква – 3/2, цибуля ріпчаста – 4/3, петрушка (корінь) – 3/2, оцет 3 % – 5, маса вареного мозку – 67; борошно – 4, яйця – 4, сухарі мелені – 15, маса напівфабрикату – 82; жир тваринний топлений харчовий – 10, маса смаженого мозку – 75; гарнір – 150, масло вершкове чи маргарин столовий – 5, соус – 75. Вихід – 230 або 300.

Вимоги до якості страв із субпродуктів.

Язик нарізають тонкими шматочками, смак і запах властивий вареному язику, смак у міру солоний, з ароматом спецій, коріння і цибулі. Колір від світло-сірого до сірого. Консистенція пружна, м'яка, соковита. Для страви "Рубці в соусі" рубці нарізують соломкою, смак і запах властиві рубцям із томатом і пасерованими овочами, смак злегка гострий. Колір рубців сірий, соусу – від світло-коричневого до коричневого з оранжевим відтінком. Консистенція рубців м'яка, соусу – однорідна, злегка в'язка. Страви з печінки мають смак і запах смаженої печінки з ароматом продуктів, з якими їх готували, і соусів. Колір на розрізі від світло-сірого до темно-коричневого. Консистенція м'яка, соковита. Мозок відварний має смак і запах, властиві вареному мозку з ароматом спецій, коріння, цибулі. Колір світло-сірий. Консистенція м'яка, ніжна, соковита. Мозок смажений на поверхні має кірочку золотистого кольору, на розрізі колір світло-коричневий. Консистенція кірочки хрустка, всередині м'яка.

Питання для самоконтролю:

1. Як подають страву «Мозок, смажений у фритюрі»?
2. Які субпродукти використовують для приготування страви «Піджарка чумацька»?
3. Яку кількість легень потрібно взяти, щоб приготувати 18 порцій страви «Легені смажені»?
4. Який соус подають до страви «Печінка по-херсонськи»?
5. З яким гарніром подають страву «Рубці в соусі»

Домашнє завдання: опрацювати параграф 8, стор. 227-229 (конспект) за підручником Технологія приготування їжі з основами товарознавства Доцяк В.С.

Творче завдання. Скласти таблицю за зразком:

№з/п	Назва страви	Особливості приготування	Подача страви
1.	Язик відварний		
2.	Печінка смажена		
3.	Мозок смажений		
4.	Вим'я смажене в сухарях		

