

- Задание: 1. Изучить материалы лекции
2. Ответить на вопросы (в конце лекции)

Тема 3.1. Ассортимент и технология приготовления сложных холодных соусов

Лекция 10: Технология, способы приготовления, методы сервировки и температура подачи сложных холодных соусов на растительном масле (соус майонез).

Соусы и заправки на растительном масле

Ассортимент данного вида соусов включает **Соус майонез (провансаль).**

О майонезе

- Майонез – одно из чудес мирового кулинарного искусства. Он не только сам по себе высокопитательный продукт, но и, что важно, способствует легкому усвоению принимаемой с ним пищи. Хотя все знают название знаменитого соуса **майонез**, большинство людей его не только не пробовали



Чем полезен соус майонез



Майонез – продукт не самый диетический. Он достаточно жирный из-за большого количества растительного масла, и очень калорийный. Но если готовить соус дома, то он может быть очень питательным и полезным.

Куриные яйца в сыром виде очень полезны для укрепления иммунитета, а также в них большое количество кальция и редких витаминов. Натуральное растительное масло — идеальный продукт для кожи, волос, ногтей, а также для работы кишечника. Полезна для красоты и здоровья и горчица, особенно в зимний период.

Растительные масла являются важнейшим источником непредельных жирных кислот, играющих важную роль в питании человека. При изготовлении холодных соусов и заправок на растительном масле биологическая ценность последнего не снижается; масло эмульгирует и поэтому легко усваивается.

Если употреблять майонез в меру, и готовить его самостоятельно — из натуральных продуктов, это будет полезный и сытный соус!

Как готовят майонез: тонкости и нюансы приготовления

Что входит в состав майонеза

Состав его остается неизменным: это

- свежие куриные яйца,
- растительное масло,
- горчица,
- уксус или лимонный сок,
- соль и сахар.

Все компоненты должны идти в строгих пропорциях, а соус получится только при правильном соблюдении всей последовательности рецепта.



Приготовление майонеза

- Сырые яичные желтки растирают с готовой горчицей, солью и сахаром.
- В полученной смеси эмульгируют растительное масло, приливая его небольшими порциями, каждый раз хорошо взбивая венчиком, чтобы оно полностью проэмульгировало.
- Когда все масло соединится с желтками, образуется однородная густая масса темно - желтого цвета. К ней добавляют уксус, соус разжижается и белеет.
- Готовый соус процеживают.
- Содержание жира в этом майонезе составляет 77%.

Для приготовления майонеза пригодны любое растительное масло, только рафинированное и дезодорированное. Нерафинированные масла придадут соусу непривлекательные качества.

Самая главная тонкость заключается в том, чтобы лить масло очень тонкой струйкой, при этом взбивая соус миксером на высокой скорости. Это достаточно долгий процесс, но это очень важно: *чем тоньше струйка, тем гуще и вкуснее получится.*

Еще одно важное правило: соблюдать пропорции. Эксперименты допустимы только в плане добавления дополнительных ингредиентов и специй, но в самом рецепте майонеза все должно быть строго и без отклонений.

Дисперсионной средой в этой эмульсии является вода желтков и уксуса, дисперсной фазой - масло, эмульгатором - фосфатиды яичных желтков и белки горчицы. Размер шариков масла при ручном взбивании колеблется в пределах 15...20 мкм. Если использовать миксер, то удастся раздробить жировые шарики до 1 ...4 мкм.

Устойчивость такого майонеза при хранении значительно выше.

Если для приготовления майонеза растительное масло берут теплое, то расслоение эмульсии может наступить уже в процессе взбивания. Если же масло будет очень холодное, то на эмульгирование придется затрачивать много энергии.

Оптимальная температура масла для эмульгирования 16-18⁰С.

При хранении майонеза в открытой посуде поверхность его высыхает. Происходит дегидротация эмульгатора и разрушение эмульсии. Под действием яркого света жиры окисляются.

Образование даже малых количеств поверхностно-активных продуктов окисления приводит к расслоению эмульсии. При хранении майонеза в условиях повышенной температуры (20— 30°) также происходит быстрое разрушение эмульсии. При низкой температуре (ниже —5°) дисперсионная среда (вода, уксус) замораживается, что при последующем оттаивании приводит к разрушению эмульсии.

Отслоившийся майонез можно восстановить. Для этого растирают желтки и горчицу, добавляя отслоившийся майонез, и растирают его, вновь получая эмульсию.

Используют майонез для

- заправки салатов,
- к холодным блюдам из рыбы, мяса, яиц, овощей,
- а также для приготовления целого ряда производных соусов.

ТРЕБОВАНИЯ К СЫРЬЮ

Продовольственное сырье, пищевые продукты и полуфабрикаты, используемые для приготовления майонеза должны соответствовать требованиям действующих нормативных и технических документов, иметь сопроводительные документы, подтверждающие их безопасность и качество (сертификат соответствия, декларацию о соответствии, качественное удостоверение и пр.).

Подготовка сырья производится в соответствии с рекомендациями Сборника технологических нормативов для предприятий общественного питания и технологическими рекомендациями для импортного сырья.

3. РЕЦЕПТУРА

Наименование	Расход сырья на порцию, г				
	Вес брутто, г	% при холодной обработке	Вес нетто, г	% при тепловой обработке	Выход, г
Яйца куриные	7 шт.	5,00 (перемешивание)	333,0	333,0	333,0
Масло растительное	620,0	4,00 (перемешивание)	595,0	0,00	595,0
Горчица	40,0	4,00 (перемешивание)	38,0	0,00	38,0
Сахар	12,0	0,00	12,0	0,00	12,0
Соль	10,0	0,00	10,0	100,00	0,0
Перец черный молотый	2,0	0,00	2,0	100,00	0,0
Уксус винный	28,0	4,00 (перемешивание)	27,0	0,00	27,0
Выход					1000

Технология приготовления Майонез домашний, полуфабрикат

Одно из главных правил приготовления майонеза: все ингредиенты должны быть комнатной температуры. Тогда растительное масло лучше эмульгируется.

1. Загружают в чашу миксера:

- Сырые яичные желтки,
- горчицу дижонскую,
- соль, сахар,
- перец черный молотый

2. Взбивают на средней скорости в течение 5-7 минут.

3. Начинают тонкой струйкой добавлять растительное масло.

4. В самом конце добавляют винный уксус, перемешивают при помощи миксера еще 1-2 минуты.

- Майонез должен получиться густой.
- Майонез домашний используют всегда охлажденным.
- Поэтому прежде, чем использовать готовый соус, следует минимум 10-15 минут подержать его в холодильнике.

Характеристика готового блюда, полуфабриката Майонез домашний, полуфабрикат

Внешний вид – соус кремового цвета.

Консистенция соуса – густая мелкопузырьковая эмульсия.

Вкус – входящих в соус ингредиентов. Без постороннего привкуса.

Запах – входящих в соус ингредиентов. Без постороннего запаха.

Требования к оформлению, реализации и хранению Майонез домашний, полуфабрикат

Майонез домашний, полуфабрикат изготавливают по мере необходимости. Допустимый срок хранения полуфабриката соуса, согласно СанПиН 2.3.2.1324-03 при температуре +(2+4) градусов С, не более 72 часов с момента окончания технологического процесса.

Полуфабрикат Майонеза домашнего должен соответствовать требованиям СанПиН 2.3.2.1078-01.

При приготовлении майонеза вручную жировые шарики получаются различного размера и недостаточно мелкими, поэтому эмульсия оказывается нестойкой.

При изготовлении во взбивальных машинах диаметр шариков не превышает 2 мкм и эмульсия получается более стойкой.

Можно использовать сухие яичные желтки и белки: желтки замачивают на 1 ч в равном по массе количестве холодной воды, белки растирают в 1,5-кратном количестве воды. Если используют сухие белки, добавляют при эмульгировании воду и уксус, при введении их чередуют с маслом.











Подведем итоги

Чем полезен соус майонез?

Полезные свойства майонеза:

- масло, входящее в состав майонеза содержит полиненасыщенные жирные кислоты, а также полезный холестерин, которые являются ценнейшим источником энергии. Кроме того в состав растительного масла входят витамин А — замедляющий процесс старения, витамин Е – позволяющий организму легче переносить агрессивное воздействие окружающей среды, витамин F — благотворно влияющий на процесс обмена веществ, витамины PP, B2, B1, E, моно — и дисахариды, кальций, магний, натрий, железо, калий, фосфор, жиры помогающие омолодить кожу. Кроме того растительное масло благотворно воздействует на организм при заболеваниях ССС (сердечнососудистой системы);
- в яичном желтке содержится альбумин и холин, так же необходимый для нашего организма;
- под воздействием уксуса, входящего в состав майонеза нейтрализуются вредные вещества и бактерии, а применение для приготовления яблочного уксуса позволяет отбеливать зубы;
- для тех, кому требуется набрать вес, майонез способствует повышению аппетита, позволяя быстро насытиться, делая еду более вкусной.

Чем вреден майонез?

Теперь о вредных свойствах, в большей степени они все же относятся не к домашнему майонезу, а к его коммерческим аналогам:

- применение большого количества растительных жиров сказывается на повышенной калорийности майонеза, тем не менее, альтернативой своим собратям могут быть низкокалорийные аналоги;
- большое количество применяемых консервантов, убивает полезные свойства майонеза;
- применение вместо натуральных яиц яичного порошка, красителей, эмульгаторов, транс-жиров;
- применение глутамата вызывает привыкание и зависимость, оказывает пагубное воздействие на пищеварительный тракт;
- высокое содержание жиров, приводит к болезням ССС (сердечнососудистой системы), в результате чего появляются преждевременная усталость, одышка, увеличение веса и т.д.;
- в следствии чрезмерного применения майонеза в пищу повышается нагрузка на печень;
- содержит стабилизаторы и загустители, приводящие к заболеваниям ЖКТ, способствующие так же разрушению эмали зубов.

- Перед тем как перейти к непосредственному изложению рецептов приготовления майонеза хотелось бы подвести итог его плюсам и минусам:
- Прежде всего, во всем необходимо знать меру, поскольку любой самый полезнейший продукт будет вреден, если им злоупотреблять, помните это не еда, а всего лишь приправа.

Как готовят майонез — тонкости и нюансы приготовления

Хотелось бы выделить, что приготовление майонеза имеет свои особенности и маленькие хитрости, которыми мы с вами сейчас поделимся, итак:

- к выбору продуктов отнеситесь ответственно, берите только свежие из них;
- выбирая оливковое масло необходимо остановиться на нерафинированном, а растительное масло предпочтительнее рафинированное;
- температура используемых продуктов – комнатная;
- при приготовлении соуса необходимо майонез перемешивать круговыми движениями по часовой стрелке (этот процесс называют эмульгирование), взбивание в этом случае не подойдет, может привести к расслоению массы;
- в случае если расслоение все же произошло, перемешайте все заново, добавив новый яичный желток, подмешивая к нему по чуть-чуть расслоившуюся смесь, затем по не многу вливайте масло;
- при приготовлении майонеза с применением миксера (блендера) перемешивать следует на малых оборотах, не допуская взбивания массы, а после ее загустения обороты можно увеличить;
- для перемешивания майонеза используйте фарфоровую или стеклянную посуду (металлическая не подойдет) это позволит избежать преждевременного окисления соуса;
- приготовление майонеза это процесс творческий, поэтому не стоит перемешивать сразу все ингредиенты, следуйте определенному порядку;
- масло (оливковое или растительное) следует добавлять по не многу при непрерывном перемешивании массы, в случае быстрого добавления масла, масса свернется;
- уменьшить калорийность майонеза, можно добавив в массу несколько столовых ложек кипятка, после чего все перемешать;
- для улучшения вкусовых качеств майонеза добавьте в него оливки, маслины, перец, лук, чеснок, зелень, сыр и др.;
- майонез, приготовленный в домашних условиях длительное время не хранят, поскольку он готовится из сырых желтков (хранение в холодильнике не более 1-2 дней), для увеличения срока хранения добавьте больше масла.
- Стоит упомянуть, что майонез имеет как полезные, так и вредные для нашего организма свойства, отдельно остановимся на основных из них.

Когда принимаете решение, какой майонез использовать в пищу домашний или коммерческий, думаю, выбор ясен — конечно же домашний.

Вопросы для контроля знаний. Лекция 10: Технология, способы приготовления, методы сервировки и температура подачи сложных холодных соусов на растительном масле (соус майонез).

№	Вопросы	Ответы
1	Какие соусы относятся к соусам на растительном масле?	
2	Какие продукты входят в состав майонеза?	
3	Из каких технологических операций состоит приготовление майонеза?	
4	Какое масло пригодно для приготовления майонеза?	
5	Какое количество жира должен содержать такой майонез?	
6	Майонез – это эмульсия. - Что является дисперсионной средой в этой эмульсии? - Что является дисперсной фазой в этой эмульсии? - Что является эмульгатором в этой эмульсии?	
7	Что приводит к расслоению эмульсии майонеза?	
8	Можно ли восстановить отслоившийся майонез?	
9	Каким образом можно восстановить отслоившийся майонез?	
10	Назовите одно из главных правил приготовления майонеза, позволяющее лучше эмульгироваться маслу.	
11	Как используют майонез?	
12	Какие требования предъявляются к качеству готового майонеза домашнего полуфабриката?	
13	Назовите условия и сроки хранения майонеза домашнего полуфабриката.	

Адрес для связи: angel-040558@mail.ru