

Тема 3.1. Ассортимент и технология приготовления сложных холодных соусов

Лекция 3:

1. Ассортимент вкусовых добавок для сложных холодных соусов и варианты их использования.
2. Правила выбора вина и других алкогольных напитков для сложных холодных соусов.

Построение схемы вкуса

Большинство людей едят, потому что им нравится вкусная еда, а не просто, потому что им нужна энергия для поддержания жизни. Внешний вид, текстура, питательность блюда важны, но важнее всего вкус. Именно вкус определяет хорошее приготовление блюда.

– главные задачи повара, требующие опыта и правильного суждения.

Сразу маленькое отступление. В английском языке есть слово «flavor». Словарь переводит его просто как «вкус». Но это не совсем так. **Flavor – сочетание вкуса и аромата.**

Самые важные вкусовые качества блюда – вкусовые качества его основных ингредиентов. У говяжьего стейка должен быть вкус стейка, а у зеленого горошка – вкус зеленого горошка и т.д. Тем не менее, сам по себе продукт часто имеет слабовыраженный и плоский вкус, поэтому задача повара – сделать продукт интереснее путем соединения различных ингредиентов, улучшить и изменить вкус.

Гармония вкуса и аромата, которую создает повар, умело комбинируя ингредиенты, называется - **схема вкуса.**

Не существует четких правил сочетания различных вкусовых качеств, но есть общие принципы:

1. **У каждого ингредиента должно быть предназначение.** Начните с главных ингредиентов, подумайте, что с ними хорошо сочетается. Постепенно выстраивайте блюдо, добавляя новые ингредиенты.
2. **Ингредиенты могут смешиваться путем согласования или противопоставления (контраста).** Например, нежный вкус телятины и лезона - гармонируют. Кислинка же лимона контрастирует со сливками.
3. **Когда два ингредиента контрастируют, убедитесь, что вы соблюдаете баланс.** Лимонного сока должно быть ровно столько, сколько нужно, чтобы сбалансировать вкус сливок. Не больше, не меньше.
4. **Подумайте не только о самом блюде, но и о другой еде, которая будет с ним подаваться.** Планируйте соусы и гарниры, так чтобы они гармонировали, контрастировали с главным блюдом и между собой, подобно ингредиентам в самом блюде.

Простота и сложность.

С одной стороны, чем проще, тем лучше. Некоторые повара ошибочно полагают, что лучше добавить побольше ингредиентов в блюдо. Ведь, чем больше ингредиентов в блюде, тем сложнее их сбалансировать. Тем не менее, ошибочно заявлять, что проще – всегда лучше. Просмотрите рецепты китайской, мексиканской, индийской кухни, и вы поймете, что во многих рецептах используется большое количество специй и вкусовых добавок. И они прекрасно сочетаются! В хорошем карри практически невозможно различить вкус всех используемых специй. Но блюдо должно действительно работать! Создать такое блюдо не каждому под силу.

Классические схемы вкусов

Как же нам научиться смешивать вкусы? Возможно, лучше всего начать с изучения традиционных рецептов различных национальных кухонь, блюд, которые выдержали испытание временем.

Нам знакомы определенные успешные вкусовые комбинации, потому что они используются веками.

В индийской кухне часто встречается комбинация лука, чеснока и свежего имбиря. Комбинация имбиря и соевого соуса – характерна для японской кухни. Чеснок, помидоры и петрушка – вот вам комбинация из Прованса.

Для поваров, мечтающих создавать свои собственные блюда, нет ничего лучше, чем начать с изучения классических рецептов.

Классических комбинаций много. Примеры:

- Сметана, паприка, тмин (Венгрия)
- Сметана или горчица, укроп (Скандинавия)
- Тмин, лук, уксус (Германия)
- Яблоки, яблочный уксус или яблочный бренди, сливки (Франция – Нормандия)
- Лук-шалот, чеснок, петрушка (Франция – Бургундия)
- Помидоры, базилик, оливковое масло (Италия)
- Оливковое масло, чеснок, анчоусы (Италия)
- Лимон, майоран (Греция)
- Корица, орехи, мед (Восточное и южное средиземноморье, Ближний Восток)
- Имбирь, лук, чеснок (Индия)
- Рыбный соус (нам пла), лимонное сорго, перец чили (Тайланд)
- Имбирь, соевый соус (Япония)
- Соевый соус, сяке или мирин, сушеный бонито (Япония)
- Имбирь, чеснок, зеленый лук (Китай)

Итак, главные ингредиенты в блюде – основной источник вкуса. Выбирайте ингредиенты хорошего качества, правильно с ними обращайтесь, выбирайте правильные методы обработки. Помните, что травы и специи играют вторичную роль. Плохо приготовленную еду не спасут травы и специи, добавленные в конце.

Приправы, вкусовые добавки

Приправы (spices) улучшают натуральный вкус продуктов, не изменяя его значительно. Соль – самая основная приправа.

Вкусовые добавки или ароматизаторы (flavorings) приносят дополнительный вкус в блюдо, таким образом, меняя или слегка изменяя вкус блюда. К ним относится, например, чеснок.

Хотя часто разница между добавлением приправ в блюдо и добавлением в него вкусовых добавок с трудом различима. Например, соль - приправа, а не вкусовая добавка. Но в случае с картофельными ломтиками или бубликами претцелями, соль доминирует и вполне может считаться вкусовой добавкой. Мускатный орех же ценится за его яркий аромат, но всего лишь щепотка может улучшить вкус сливочного соуса, при этом большинство людей не поймут, что в блюде есть мускатный орех. То есть специя может выступить и как приправа, и как вкусовая добавка. Грань здесь очень тонкая.

Приправы, правила их применения

1. Важно посолить жидкую пищу в конце приготовления. Последний штрих в любом рецепте (неважно прописан он или нет) - «Проверьте, достаточно ли приправ, добавьте еще, если нужно». От вас требуется оценить вкус блюда, решить нужно ли что-то еще добавить, чтобы улучшить вкус. Умение оценить необходимые добавки приходит с опытом, и является одним из самых важных качеств, которые повар со временем приобретает.
2. Соль и другие приправы часто добавляются и в начале процесса приготовления, особенно если готовятся крупные части продукта. Это объясняется тем, что приправы, добавленные в конце, могут не успеть впитаться и смешаться с остальными ингредиентами.
3. Добавление небольшого количества специй в течение процесса приготовления, позволяет оценивать вкус блюда в течении всего процесса.
4. Не добавляйте много специй, если вы увариваете жидкость, иначе вкус может оказаться слишком концентрированным.

Вкусовые добавки и правила их применения

1. Вкусовые добавки могут добавляться в еду в начале приготовления, в середине, или в конце, в зависимости от длительности и способа приготовления блюда, и природы самой добавки.

Только некоторые вкусовые добавки могут быть успешно добавлены по окончанию приготовления. Например, свежие (но не сухие) травы, шерри или бренди, горчица, «Ворчестер» или ворчестерширский соус — кисло-сладкий,

слегка пикантный ферментированный английский **соус**, приготавливаемый на основе уксуса, сахара и рыбы.

2. Большинству добавок нужно тепло, чтобы высвободить свои ароматы и впитаться в продукты. Целые специи требуют больше времени, молотые работают быстрее.

3. Излишне долгое приготовление приводит к потере вкуса и аромата. Аромат и вкус большинства продуктов и специй испаряется при тепловом воздействии. Вот почему мы чувствуем запахи и ароматы при готовке.

Выводы: Например, свежие (но не сухие) травы, шерри или бренди, горчица, специи и сухие травы должны готовиться вместе с основными ингредиентами достаточно долго, чтобы высвободить свой вкус и аромат, но не настолько долго, чтобы их потерять. Если время приготовления короткое, в большинстве случаев можно добавить специи в начале или середине процесса приготовления. Если время приготовления длительное, лучше добавить приправы в середине или ближе к концу приготовления.

На заметку: специалисты по пищевой безопасности рекомендуют добавлять специи и травы как минимум за полчаса до конца приготовления, чтобы за это время уничтожились любые возможные микроорганизмы.

Самые распространенные приправы и вкусовые добавки



Соль – самая важная приправа. Не солите излишне, вы всегда можете добавить больше соли при необходимости, но не сможете избавиться от лишней соли. Столовая соль имеет мелкие гранулы, в нее часто добавляется йод, и другие добавки, чтобы избежать образования комков.

Морская соль происходит из различных мест, и бывает различных видов. Ее цвет может варьироваться от серого до зеленого и красного, в зависимости от присутствующих минералов и других веществ. Эти вещества придают соли различные оттенки вкуса, а крупные гранулы приятны по своей текстуре. Более подробно про соль читайте [здесь](#).

Целый и раздавленный черный перец – чаще всего используется для добавления к бульонам и соусам, и иногда к красному мясу. *Молотый черный перец* используется едоком во время трапезы.

Молотый белый перец – очень важен на профессиональных кухнях. Его вкус слегка отличается от вкуса черного перца, в небольших количествах он отлично смешивается с другими продуктами. Его белый цвет делает его незаметным в «светлых» блюдах.

Зеленый перец горошком относительно дорогой и часто используется в особых рецептах в дорогих ресторанах. Он бывает мягким, консервированным в воде, рассоле, уксусе. Тот, что в воде или рассоле по вкусу лучше, чем тот, что в уксусе. Но использовать его нужно в течение нескольких дней после открытия. В сухом виде он тоже продается.

Кайенский перец - если его использовать в малюсеньких количествах, добавляет остроты супам и соусам, не изменяя их вкус. В больших количествах он прибавляет остроту и вкус многим блюдам, например Мексиканской или Индийской кухни.

Лимонный сок – часто используется для оживления вкуса соусов, закусок и супов.

Свежие травы почти всегда предпочтительнее сухих. Сегодня можно купить практически любые травы. Пользуйтесь этой возможностью!

Чеснок, репчатый лук, лук-шалот, а также морковь и сельдерей – очень часто используемые добавки. Их тоже лучше использовать свежими, а не сушенными.

Вино, бренди и другой алкоголь – используется для ароматизации соусов и супов, многих закусок. Бренди нужно поджигать или кипятить, чтобы избавиться от излишней крепости. Столовые вина часто нуждаются в уваривании, чтобы получить нужный вкус. Крепленые вина, например шерри или мадера, могут добавляться в конце приготовления, как вкусовые добавки.

Готовая горчица – смешение молотых зерен горчицы, уксуса и других специй. Она используется для добавления к мясу, соусам, салатным заправкам и просто как приправа к столу.

Тёртая кожура лимона или апельсина используется в соусах, добавляется к мясу, птице, рыбе и выпечке. Использовать нужно только цветную часть кожуры – цедру.

Глутамат натрия – часто используется в азиатской кухне. Он не изменяет вкус продуктов, но воздействует на вкусовые рецепторы. У некоторых людей он может вызывать головные боли и боли в груди.



Травы и специи

Травы – листья растений, обычно произрастающих в умеренном климате. Специи – бутоны, фрукты, семена, цветки, кора, кони растений и деревьев, многие из которых произрастают в тропическом климате. Иногда трудно различить травы и специи, но это не столь важно для их грамотного использования в кулинарии.

Правила использования трав и специй

1. Познакомьтесь с ароматом, вкусом и воздействием на продукты каждой травы и специи.
2. Храните сухие травы и специи в прохладном месте, хорошо закрытыми, в непрозрачных контейнерах. Тепло, свет и влага негативно воздействуют на травы и специи.
3. Не используйте несвежие травы и специи, и не покупайте больше, чем вы можете использовать за 6 месяцев.
4. Будьте внимательны при использовании недавно купленных трав и специй, их вкус будет сильнее, поэтому легко переборщить.
5. Используйте специи хорошего качества, не экономьте на них, это мнимая экономия.
6. Целые специи требуют более длительного приготовления, чем молотые. Учитывайте это.
7. Чтобы легко извлечь специи из жидких блюд, заверните их в кусочек марли или муслина.
8. Лучше добавить меньше, а потом еще чуть-чуть, чем переборщить.
9. Кроме как в некоторых блюдах (например, в карри) специи не должны доминировать. Часто они даже не должны быть очевидны.

10. Специи и травы, добавленные в блюда, приготовленные без тепловой обработки, например в салаты и заправки, требуют несколько часов, чтобы их вкус и аромат смешался с блюдом.

11. Пробуйте блюда перед подачей. Как еще вы сможете добавить специй при необходимости?

2. Правила выбора вина и других алкогольных напитков для сложных холодных соусов.

Понятие эногастрономия

Слово «эногастрономия» появилось из сочетания слов «эно» и «гастрономия», или иными словами «вино» и «комплекс правил и обычаев приготовления пищи». И это также искусство выбора вина, наиболее подходящего к каждому блюду.

В отношении еды можно говорить о двух элементах. Когда говориться о вине, принимается во внимание три аспекта:

- визуальный анализ,
- обонятельный анализ,
- вкусовой анализ.

Кстати этот последний имеет наибольшую достоверность. Следовательно, в отношении вина можно рассматривать следующие компоненты:

1. четыре основных вкуса: сладкий, соленый, кислый и горький;
2. шипучесть (если присутствует);
3. алкоголь (всегда)
4. Вкусообразительные ощущения.

Если целью объединения еды и вина служит их совершенное сочетание, становится ясно, что этого можно достичь только при совокупности вкусовых и вкусообразительных элементов подобных или противоположных.

Сочетание при контрасте:

1. Еде, в которой преобладает ощущение твердости (повышенная кислотность, острота, горечь) противопоставим мягкость вина;
2. еде с преобладанием сладости, противопоставим твердость (жесткость) вина: его кислотность, минеральность, шипучесть;
3. еде, в которой преобладает жирность - противопоставим такие элементы вина, которые «обезжиривают» его: кислота и шипучесть;
4. сочности еды можно противопоставить элементы вина, которые «обезвоживают» его: танинность и алкоголь.
5. Сочетание при аналогии (это относится в основном к десертам и соответственно к полусухим, полусладким и сладким винам):
6. еда, в которой преобладает сладость, сочетается со сладкими винами;

7. еда ароматная должна сочетаться с одинаковым по интенсивности аромата вином;

8. продолжительность вкусовых ощущений от еды должна соответствовать продолжительности этих ощущений от вина.

Окончательные соображения.

Можно утверждать, что для создания совершенного сочетания необходимо:

1. Следовать правильному анализу в еде и вине.
2. Интерпретировать и разделять ощущения, воспринимаемые и узнаваемые.
3. Комбинировать схожие ощущения, чтобы добиться общей гармонии.
4. Все вышесказанное необходимо пропускать через фильтр собственного вкуса.

Некоторые рекомендации:

1) речная рыба требует для своего сопровождения мягкого и нежного вина с небольшой кислотностью, но в то же время не слишком выразительного и ароматического (речь идет о жареной рыбе или рыбе, приготовленной на пару без использования густых соусов),

2) морская рыба обладает более плотной структурой и отчетливым морским запахом (йод и специфические микроэлементы) - она требует для себя вино с отчетливой минеральной составляющей и с хорошей кислотностью, в тоже время достаточно полнотелое и даже «жирное».

1) Омар, Лангуст - Шампанское «брют» или сухое или полнотелое изысканное белое вино. В любом случае вино должно быть сухим и богатым ароматами.

2) Креветки (коктейль из их различных видов) - Игристое или тихое белое вино с хорошей кислотностью.

3) Речная форель, обжаренная в панировке или муке - Изящное тонкое белое вино, мягкое и очень хрупкое.

4) Щука под соусом на основе белого вина, предпочтительно использование вина - аналогичному по аромату и консистенции, которое вошло в состав соуса.

5) Дорада с пряностями - Сухое белое и ароматное вино Тюрбо. Требуется для себя весьма деликатное белое вино, очень сложное и изысканное.

6) Налим - Пряное и нежное белое вино с малой кислотностью.

7) Карп - Очень сухое и ароматное белое вино.

8) Лосось - очень сложная рыба ее вкус меняется в зависимости от ингредиентов, используемых в соусе. Белое вино - от очень сухого и минерального до полнотелого и сбалансированного по кислоте, а также весьма ароматного (зависит от состава компонентов, входящих в соус)

Мясо (белое мясо и птица): в наиболее общем случае требует знаний способа их приготовления и наличия дополнительных составляющих (соус и (или) гарнир).

1. Жаркое из свинины - Полнотелые и ароматные белые вина с низкой кислотностью. В случае использования красного соуса допускает использования легкого малоэкстрактивного красного вина.

2. Телятина - Высоко алкогольное сухое белое вино из южных регионов с маслянистой структурой.

3. Индейка - Предложение вина зависит от способа приготовления основного блюда и его наполнения (фаршированная индейка наиболее предпочтительна с полнотелым красным вином, однако не слишком танинным).

4. Курица - Ароматное вино белое или красное - достаточно мягкое и плотное

5. Красное мясо - для правильного его сопровождения в первую очередь следует принимать во внимание не столько другие ингредиенты блюда, сколько способ его приготовления. Основные правила такие: мясо с кровью подают с мощным вином, сильные танины которого сочетаются со слабо обжаренным мясом.

6. Вареное мясо - требует для себя также красное вино, но уже более мягкое, со сглаженными временем или сортом используемого винограда танинами.

7. В случае использования для основного блюда рубленого мяса и добавления других составляющих (котлеты) - хорошо подойдет плотное алкогольное белое вино, однако его аромат должен соответствовать основному аромату, используемого для фарша мяса.

8. Отбивная из говядины на косточке - Хорошо структурированное красное вино со слегка «шершавыми» танинами, но не слишком агрессивными.

9. Говядина с перцем - Необходимо более ароматное вино, нежели в первом случае.

10. Баранина (как правило, при приготовлении используется большое количество ароматных специй) Выбираем ароматное мощное тяжеловесное вино, однако с небольшим содержанием танинов или с очень мягкими и сглаженными

Дичь - предполагает привлечение винного разнообразия. Как правило, блюда из дичи требуют к себе бережного отношения из-за своего сложного вкуса и предполагают для сопровождения зрелые вина с богатым животным ароматом и

вкусом и сглаженными временем танинами, достигшие апогея своего развития. Способ приготовления блюд из дичи и состав используемых соусов имеют в этом случае решающее значение.

- 1) Дикая утка - Хорошее красное вино - полностью созревшее, ароматное и с мягкими танинами.
- 2) Мясо кабана - (в приготовлении его часто используется красное вино и специи) Для подчеркивания вкуса требуется вино такого же уровня или более зрелое и мощное.
- 3) Фазан - Мягкое, весьма почтенного возраста красное вино с животными и растительными нотками в букете и во вкусе.
- 4) Перепелка - К ее мягкому и нежному мясу подойдет ароматное белое вино с полным и насыщенным вкусом.
- 5) Косуля - Требуется элиты красных вин почтенного возраста

Сыры: наиболее сложный момент для подачи к нему вин. Вино и сыр просто созданы друг для друга, но огромное разнообразие - как первых, так и вторых порождает трудность в вопросе их правильного сочетания. Однако существуют наиболее общие рекомендации: при выборе вина к сыру необходимо учитывать его состояние и возраст, а также следовать простому правилу - к сухим сырам подходит свежее, живое и фруктовое вино, тогда как для «тягучего» сыра необходимо вино, способное выдержать его мощный аромат.

1. Сыры с мытой коркой - Полнотелое вино с мощным ароматом, но мягкими танинами.
2. Вареные прессованные сыры - Мягкие обволакивающие, очень фруктовые вина или очень молодые, хорошо утоляющие жажду.
3. Невареные прессованные сыры - Свежее живое, легко пьющееся белое или красное вино.
4. Мягкие сыры с плесневелой коркой - Вино с сильным изысканным ароматом, полнотелое (возраст вина зависит от возраста сыра).
5. Козьи сыры - Вино с острым и нервным ароматом и вкусом, не только сухое, но и полусухое.
6. Голубые сыры - Десертные белые вина или же благородные, полностью созревшие красные

Рецептуры соусов к блюдам с использованием алкоголя

Клюквенный соус



Закладка сырья:

Сырье	Вес нетто	Вес брутто	
Сок клюквенный	168г.	160г.	
Сахар или мед	160г.	160г.	
Вино «Шардоне»	100г.	100г.	
Крахмал	30г.	30г.	
Корица	0.1г.	0.1г.	
Жгучий красный перец	1г.	1г.	
Выход		136	

Технология приготовления:

- Сок ягод смешать с сахаром и корицей, влить вино и дать прокипеть 5 минут.
- Затем влить разведенный холодным соком картофельный крахмал и довести до кипения, непрерывно помешивая.
- Этот соус можно делать и из красной смородины.

Подача:

Подается к жареной птице и дичи, блюдам из мяса.

Брусничный соус как нельзя лучше подходит к жареному мясу, особенно к говядине или свинине. Такое вкусное и оригинальное блюдо по нашему специальному рецепту, как говядина с брусничным соусом, обязательно станет украшением любого праздничного стола. Кроме тонкого и нежного, с кислинкой вкуса, брусника известна также наличием в составе ягод огромного количества полезных веществ и витаминов.

Для того чтобы правильно приготовить мясо, сначала нужно подобрать лучший кусок свежей говядины, в нашем случае - вырезку (и обязательно только свежую).

Мясо перед обжаркой со всех сторон натирается солью, перцем и травами по вкусу. Рекомендуется использовать шалфей и розмарин, можно как сушеный, так и свежий. Кусок нужно натереть со всех сторон и оставить на час. Замаринованную говядину обжариваем на сковороде до аппетитной корочки и отправляем в духовку, запекаемся до готовности, на час-полтора.

Соус из брусники



Закладка сырья:

Сырье	Вес нетто	Вес Брутто	
Ягоды брусники свежие	133 г.	120 г.	
Сахар или мед	10 г.	10 г.	
Белое вино	100 г.	100 г	
Корица	0.1 г.	0.1 г.	
Выход		24.31	

Технология приготовления:

- Соус готовится очень быстро - на сковороду льется вода, добавляются ягоды брусники, сахар.
- После закипания готовую массу нужно тщательно перетереть, добавить вино и корицу, по желанию - лимонный сок и перец для остроты.
- После полного выпаривания алкоголя из вина, соус готов.



Подача:

Готовая говядина нарезается поперек волокон аккуратными ломтиками и поливается соусом. Говяжья вырезка с соусом из брусники является полноценным блюдом, которое не требует гарниров.

Телятина в сливочном соусе

Телятина -- мясо нежное, диетическое, очень вкусное. Настолько нежное, что готовить ее нужно скорее как мясо птицы, а не как говядину. И соусы, с которыми можно подавать телятину, должны быть деликатно подчеркивающими тонкий молочный вкус мяса. Как правило, лучше всего подходят соусы на молочной основе. Поистине королевским блюдом будет телятина в сливочном соусе -- сочетание изысканное, для настоящих гурманов. А приготовить его очень легко.

Закладка сырья:

Сырье	Вес нетто	Вес брутто	
Парная телятина	236 г.	156 г.	
Белое вино	100 г.	100 г.	
Сливки (жирностью 20% и выше)	100 г.	100 г.	
Лук репчатый	48 г.	40 г.	
Чеснок	4 г.	3 г.	
Грибы	41 г.	41 г.	
Мука	50 г.	50 г.	
Сливочное масло	100 г.	100 г.	
Соль	20 г.	20 г.	
Перец	1 г.	1 г.	
Растительное масло	750 г.	750 г.	
Выход		145	

Технология приготовления:

1. Мясо хорошо моем, обсушиваем салфеткой и нарезаем на небольшие кусочки.
2. В сковороде разогреваем масло и слегка обжариваем телятину. Лучше делать это в несколько заходов, чтобы каждый кусочек приобрел золотистый цвет. Следим, чтобы мясо ни в коем случае не подгорело. Как только все кусочки будут обжарены, солим и перчим их, и отставляем мясо в сторону, накрыв крышкой.
3. На другой сковороде в сливочном масле обжариваем нарезанный лук в течение 2 мин. (до прозрачности)
4. Добавляем нарезанные грибы и мелко нарубленный чеснок. Обжариваем ещё 5 мин.
5. Сверху, при помощи ситечка, равномерно рассыпаем муку. Перемешиваем и жарим 2 мин.
6. Добавляем вино, хорошо перемешиваем и варим, пока не испарится половина вина.
7. Вливаем сливки, даем закипеть.
8. В готовый соус выкладываем обжаренные кусочки мяса и тушим на очень маленьком огне 10-15 мин.

Подача:

Подают с отварным рисом, с картофельным пюре или макаронами. Несравненные вкусы телятины и сливочного соуса в этом рецепте органично дополняют друг друга, несомненно, такое блюдо никого не оставит равнодушным.

Креветки в винном соусе

Закладка сырья:

Сырье	Вес нетто	Вес брутто	
Креветки крупные	208 г.	208 г.	
Белое сухое вино	100 г.	100 г.	
Морковь	15 г.	12 г.	
Помидор	941 г.	800 г.	
Чеснок	4 г.	3 г.	
Репчатый лук	48 г.	40 г.	
Сливки (жирностью 20% и выше)	100 г.	100 г.	
Оливковое масло	15 г.	15 г.	
Соль	20 г.	20 г.	
Зелень	30 г.	30 г.	
Выход		148.1	

Технология приготовления:

1. Промываем и очищаем морковь и луковицу. Лук нарезаем как можно мельче, а морковь натираем стандартной «лапшой» на терке.
2. Сначала на оливковом масле - обязательном для кухни Средиземноморья -- обжариваем до прозрачности лук, затем к нему высыпаем нашу морковь. Оставляем на сковороде, примерно на 3 минуты.
3. Помешивая пассировку лопаткой, вливаем вино и тушим не больше 3 минут.
4. Сюда же выкладываем помидор, предварительно сняв с него кожицу и порубив на мелкие кубики.
5. Заливаем овощную массу молочными сливками, посыпаем той зеленью, которая придется больше всего по вкусу, и готовим еще порядка 4 минут.
6. В это время можно параллельно подготовить креветки: снять панцирь, избавиться от всего лишнего и промыть.
7. Очищенные морепродукты отправляем к уже полу готовому блюду. Накрываем посуду крышкой и продолжаем приготовление 3-4 минуты.
8. Перед тем, как снять с огня, солим, добавляем выдавленный чеснок. Гасим огонь и держим под крышкой последние минут 5, чтобы максимально насытить ингредиенты чесночным запахом.

Подача:

Вылавливаем и раскладываем креветки по тарелкам, заливаем винным соусом, в котором они готовились и подаем!

Свинина в вишневом соусе

Сколько бы ни говорили о вкусах, но мясо в кислой подливке, а особенно свинина в вишневом соусе стоит того, чтобы готовить ее каждый день. Нежная мякоть тает во рту, а пикантный привкус вишни придает ей неповторимую и особенную изящность. Вишневый соус для свинины -- тот самый вкус, который возбуждает аппетит.

Закладка сырья:

Сырье	Вес нетто	Вес брутто	
Свинина	196 г.	167 г.	
Вишня (замороженная или свежая)	500 г.	500г.	
Куриный или свиной бульон	150 г.	150 г.	
Репчатый лук	600 г.	.510 г	
Красное полусладкое вино	100 г.	100 г.	
Апельсиновый сок	149 г.	100 г.	
Апельсиновая цедра	30 г.	20 г.	
Крахмал	300 г.	300 г.	
Сахар	25 г.	25 г.	
Соль	20 г.	20 г.	

Тимьян	300 г.	300 г.	
Зернышко горчицы	10 г.	10 г.	
Лавровый лист	0.02 г.	0.02 г.	
Выход		238.002	

Технология приготовления:

Готовим маринад: для этого мелко рубим лук и смешиваем со всеми ингредиентами маринада. Вырезку рубим на куски размером 2х2, замачиваем в маринаде и отправляем на 2 часа в холод. Пока мясо стоит в холодильнике, можно приготовить гарнир.

По истечении двух часов достаем мясо, аккуратно сливаем маринад в отдельную посудину, а мясо заворачиваем в фольгу и ставим в разогретую до 200 градусов духовку на 40 минут.

Пока мясо томится в духовке, пора готовить соус.

В маринад, оставшийся после мяса, добавляем сахар, тимьян, лавровый листик, горчицу, апельсиновый сок и вино. Заметьте, что после этого у нас на столе должен остаться крахмал. Пусть пока постоит, а мы аккуратно ставим кастрюлю с получившейся смесью на огонь и выпариваем до густоты сметаны. После этого в 1 ст. л. воды разводим крахмал и добавляем его в соус. Размешиваем, снимаем с огня.

Подача:

Заливаем готовое мясо на блюде.

Клюквенный соус к свинине

Придать изысканный вкус блюдам из мяса помогают разнообразные соусы. Для жирного мяса лучше приготовить кисло-сладкие соусы. Очень вкусные приправы получаются из брусники, клюквы. Идеально подходит клюквенный соус к свинине. Нежная консистенция, пряный аромат и очень приятная кислинка придают блюдам из свинины какую-то особую нежность.

Закладка сырья:

Сырье	Вес нетто	Вес брутто	
Клюква (замороженная или свежая)	168 г.	160г.	
Вода	40г.	40 г.	
Коньяк	25 г.	25 г.	
Апельсиновый сок	149 г.	100 г.	
Сахарный песок	25 г.	25 г.	
Выход		40.7	

Технология приготовления:

Начинаем приготовление. Все продукты смешиваем и выкладываем в сотейник. Ставим посуду на небольшой огонь, чтобы наша смесь не пригорела. Накрываем крышкой и оставляем кипеть на 20 минут. Через некоторое время ягоды клюквы лопнут, и масса станет однородной.

Перемешиваем и пробуем на вкус. Если соус слишком кислый, добавляем сахар. Если сладкий - вливаем лимонный сок. Как довели приправу до нужного вкуса, готовим еще 7 минут. Выключаем, остужаем.

Для любителей остренького можно приправить соус молотым черным перцем. А вот чеснок добавлять в приправу не следует, он может испортить нежный кисловатый вкус.

Подача:

Подают с жирным мясом, свининой. Блюдо получается необыкновенно вкусным и нежным.

Соус можно заготовить впрок. Его разливают по небольшим баночкам и хранят в холодильнике. Приправа при хранении становится густой. Поэтому перед тем, как использовать соус, его разминают ложкой.

Лимонный соус для рыбы

Соус хорош тем, что не перебивает вкус рыбы, а лишь оттеняет и подчеркивает его.



Закладка сырья:

Сырье	Вес нетто	Вес брутто	
Яичные желтки	3г.	120 г.	
Лимон	1г.	1 г.	
Белое сухое вино	100 г.	100 г.	
Рыбный бульон	150 г.	150 г.	
Сливки	100 г.	100 г.	
Горчица	25 г.	25 г.	
Сахарный песок	25 г.	25 г.	
Черный перец	1 г.	1 г.	
Соль	20 г.	20 г.	

Технология приготовления:

1. В сотейнике желтки яиц нужно растереть с 30 мл рыбного бульона и горчицей.
2. Затем добавляем в смесь измельченную мякоть лимона вместе с соком.

Тщательно перемешиваем будущий соус.

3. Далее вливаем в соус оставшийся бульон, добавляем соль, сахар, перец и ставим на плиту (на небольшой огонь).

4. Когда соус прогреется в него можно влить белое вино и довести все это великолепие до кипения. Когда соус прокипит и немного выпарится, осторожно вводим сливки и еще раз прогреваем (больше кипятить не нужно).

Если есть желание, готовый соус можно процедить, тогда он будет более однородным. Можно обойтись и без этого.

Однако если хочется, чтобы соус из лимона к рыбе был более пряным, можно добавить в него любимые травы и специи (розмарин, тимьян, фенхель и другие).

Если под рукой нет рыбного бульона, его можно заменить водой.

Лимонный соус к мясу

Ингредиенты:

- жидкий мед – 1 ст. ложка;
- оливковое масло – 6 ст. ложек;
- сок лимонный – 3 ст. ложки;
- соль, молотый перец – 1 ч. ложка.

Приготовление

Для приготовления медово-лимонного соуса, оливковое масло наливаем в мисочку, добавляем жидкий мед, вливаем лимонный сок и хорошенько все перемешиваем до однородности. Затем приправляем массу солью и перцем по вкусу, слегка взбиваем и подаем готовый сладко-лимонный соус к мясным котлетам, отбивным, пельменям и т.д.

Лимонный соус для салата из морепродуктов.

Ингредиенты:

- соевый соус – 2 ст. ложки;
- оливковое масло – 150 мл;
- чеснок – 1 зубчик;
- лимон – 0,5 шт.;
- базилик – 2 листика;
- специи – по вкусу.

Приготовление

Сначала очищаем чеснок и пропускаем его через специальный пресс, или, если у вас нет этого инструмента, то просто как можно мельче нарубаем чесночок острым ножом. Теперь высыпем его в оливковое маслице, сюда же выливаем соевый соус, добавляем свежавыжатый лимонный сок, бросаем перец и немного поваренной соли. Хорошо перемешиваем все ингредиенты. Базилик промываем,

встряхиваем и тщательно мнем руками. После вводим его в блюдо, взбиваем все составляющие соуса венчиком и переливаем заправку в чистую емкость. Плотно закрываем контейнер крышкой и храним в холоде не больше недели.



Соус «Правильный тартар»



Закладка сырья:

Сырье	Вес нетто	Вес брутто	
Сметана	100 г.	100 г.	
Майонез	730 г.	730 г.	
Белое сухое вино	100 г.	100 г.	
Огурцы маринованные	182 г.	100 г.	
Каперсы	200 г.	100 г.	
Яичные желтки	3 г.	120 г.	
Зелень (укроп, петрушка)	50 г.	50 г.	
Черный перец	1 г.	1 г.	
Соль	20 г.	20 г.	
Выход		158.6	

Технология приготовления:

- Для приготовления соуса нужно сварить и очистить яйца, отделить желток от белка.

- Белок в соусе не используется, его можно добавить в другой салат.
- Огурцы для соуса нужно нарезать мелким кубиком, каперсы - соломкой или кубиком, зелень также нужно мелко нарубить.
- Отдельно в блендере соединить сметану, майонез и желтки, сбить все до однородности, а в конце влить белое вино.
- В готовую смесь добавить специи, огурцы, каперсы и зелень, тщательно перемешать и охладить.
- Подавать отдельно в соуснике.
- Представленный в рецепте рыбный соус является стандартным, в котором используется только укроп, но по желанию можно использовать и другую зелень, если нет, свежей - сушеную.

Подача:

Тартар - классический французский соус для рыбы, мяса и морепродуктов. Этот рецепт соуса для рыбы универсален, так как подходит ко всем видам морепродуктов.



Соус «Терияки»



В японской кухне «Терияки» - это особый способ приготовления блюд с использованием сладкого соуса. Сам термин «Терияки» переводится как сочетание двух слов: блеск и жарить. Такой перевод вполне оправдан, т.к. при термической обработке сахар, который является неотъемлемым ингредиентом соуса, карамелизирует обжариваемый продукт. Именно карамель и придает характерный глянцевый блеск блюду. Однако, за пределами японской кухни терияки больше известен именно как соус или маринад.

Закладка сырья:

Сырье	Вес нетто	Вес брутто	
Соевый соус	400 г.	400 г.	
Саке	30г.	20 г.	
Мирин (сладкое рисовое вино)	100 г.	100 г.	
Тростниковый сахар	25 г.	25 г.	
Выход		55.5	

Технология приготовления:

1. Наливаем в сотейник натуральный соевый соус, добавляем сахар, размешиваем и ставим на плиту.
2. К соевому соусу добавляем саке и мирин.
3. Добавляем нагрев плиты и доводим соус до кипения.
4. Соус готовим на умеренном огне несколько минут. Часть соуса должна выкипеть, а сам он должен загустеть. Когда соус приобретет глянцевый блеск и загустеет, снимаем его с плиты.
5. Готовый соус снимаем с плиты и охлаждаем.



Подача:

Соус можно хранить в холодильнике, но не долго. По желанию в соус можно добавить измельченный имбирь, рыбный соус и другие компоненты. В готовом виде он отлично сочетается с мясом, птицей, рыбой, овощами, морепродуктами. Также его можно использовать как маринад для любого вида мяса и добавлять в процессе жарки. Терияки можно смело назвать универсальным японским соусом.

Идеальные союзы

Вино	Продукты
Красное вино	Фарш для рагу, бекон и томаты, лук, картошка и красная фасоль
Белое вино	Фарш из курицы или индейки, шампиньоны, бекон и сливки, классический соус из белых грибов, артишоки, филе дорады или тунца и помидоры черри. Рагу из кролика, рагу «ин бьянко» (белое рагу из телячьей вырезки).
Водка	Любой соус на базе сливок или томатной сальсы, к которому можно добавить семгу, креветки, бекон, грибы. Соус «четыре сыра» с водкой
Коньяк	(с помидорами лучше не сочетать). Сливки или маскарпоне, грибы, обжаренный лук-шалот, сыр горгонзола, песто из грецких или лесных орехов (его можно сделать самим, перетерев или размолот в блендере орехи с небольшим количеством оливкового масла)
Мартини или сухая марсала	Домашние тальятелле со сливочным маслом и молотым черным перцем, туда же можно добавить горсть кедровых орешков или рагу из куриной печени
Виски	Морепродукты, сливки, морские гребешки с добавлением апельсиновой цедры, тунец, томатная сальса и пеперончино
Текила	Цедра лайма, сливки и креветки, красный острый перец
Ром	Несладкая груша и горгонзола, рагу из курицы и маленькие кусочки ананаса, несладкое кокосовое молоко, креветки и красный перец

Вопросы для закрепления темы

Лекция 3:

1. Ассортимент вкусовых добавок для сложных холодных соусов и варианты их использования.

2. Правила выбора вина и других алкогольных напитков для сложных холодных соусов.

- 1 Что (какой показатель) определяет хорошее приготовление блюда?
- 2 Что означает английское слово- Flavor?
- 3 Какова главная задача повара при приготовлении соусов?
- 4 Что называют схемой вкуса?
- 5 Какие существуют общие принципы сочетания различных вкусовых качеств?
- 6 Что является основным источником вкуса в блюдах и кулинарных изделиях?
- 7 Какие продукты играют вторичную роль в блюдах и кулинарных изделиях?
- 8 Как влияют приправы на вкус блюда?
- 9 Что является самой основной приправой к блюдам и соусам?
- 10 Как влияют на вкус блюд вкусовые добавки или ароматизаторы?
- 11 Какие вкусовые добавки наиболее часто применяются при приготовлении соусов?
- 12 Какие правила применения вкусовых добавок нужно соблюдать при приготовлении соусов?
- 13 В какой момент приготовления соусов специалисты по пищевой безопасности рекомендуют добавлять специи и травы?
- 14 Правила использования трав и специй при приготовлении соусов.
- 15 Правила выбора вина и других алкогольных напитков для сложных холодных соусов.