



БИБЛИОТЕКА КУЛИНАРА



СОУСЫ

**Саиджон Садыкович Аминов  
Константин Николаевич Лобанов  
Ольга Викторовна Перфилова  
Александр Сергеевич Ратушный  
Соусы  
Серия «Библиотека кулинара»**

*Текст предоставлен правообладателем*

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=42194167](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=42194167)*

*Соусы / А. С. Ратушный, С. С. Аминов, К. Н. Лобанов, О. В. Перфилова;  
под ред. д.т.н., проф. А. С. Ратушного: Дашиков и К; Москва; 2019  
ISBN 978-5-394-03348-3*

## **Аннотация**

В книге представлен широкий ассортимент соусов. Приведены рецептуры соусов, а также подробное описание технологического процесса их приготовления. Данная книга входит в серию «Библиотека кулинара», которая включает следующие издания: «Холодные и горячие закуски»; «Супы»; «Рыбные блюда»; «Мясные блюда»; «Блюда из птицы, дичи и кролика»; «Блюда из овощей и грибов»; «Мучные, творожные и яичные блюда»; «Блюда из круп, бобовых и макаронных изделий»; «Сладкие блюда»; «Напитки»; «Соусы»; «Мучные кулинарные и кондитерские изделия». Книга предназначена для приготовления

пищи в домашних условиях. Также она может быть полезна профессионалам, работающим в системе общественного питания.

# Содержание

|                                                     |    |
|-----------------------------------------------------|----|
| Предисловие                                         | 5  |
| Виды соусов и общие сведения об их<br>приготовлении | 10 |
| Конец ознакомительного фрагмента.                   | 12 |

# **Александр Ратушный, Саиджон Аминов, Константин Лобанов, Ольга Перфилова Соусы**

## **Предисловие**

Книги серии “Библиотека кулинара” включают рецептуры закусок, блюд и изделий, а также подробное описание технологического процесса их приготовления. Рецептуры составлены с учетом действующих норм отходов и потерь продуктов при кулинарной обработке, отработаны технологами в технологических лабораториях и экспериментально проработаны на предприятиях общественного питания под руководством опытных кулинаров.

В рецептуры заложены оптимальные соотношения компонентов, обеспечивающие наилучшие вкусовые достоинства блюд. Эти соотношения выработаны кулинарами многих поколений.

Рецептуры в книгах построены по принципу округленной

массы основного продукта: например, мясные изделия – 75 и 100 г, изделия из птицы и рыбы – 100 и 125 г. В то же время в каждой рецептуре указано, сколько сырья массой брутто (необработанного) и массой нетто (обработанного) надо израсходовать для получения изделия с указанным выше выходом. Так, например, для одной порции антрекота предусмотрено 216/159 г говядины (толстый и тонкий край), что означает – 216 г мяса на костях (брутто) или 159 г мякоти, нетто (полуфабрикат). В тексте приводятся номера рецептур и даются на них ссылки. При организации банкета на 100 персон шеф-повар, руководствуясь рецептурой, должен выдать, например, на производство 1 кг 590 г говядины без костей (толстый и тонкий край говяжьей туши). Для домашнего приготовления обеда на 5 человек надо купить 800 г мякоти или 1 кг 380 г мяса на костях (край).

Расход некоторых продуктов в рецептурах не указан. Соль расходуется из расчета 1 г на 100 г готового продукта, перец и пряности, за редким исключением, – исходя из вкуса повара-изготовителя.

В отличие от рецептур пищевой промышленности, нормы потерь продуктов, связанные с приготовлением пищи, не указываются. Эти потери включены в кулинарные рецептуры.

При описании технологии приготовления блюд указаны следующие способы тепловой кулинарной обработки продуктов:

**Варка в воде** или другой жидкой среде, когда продукт полностью погружается в жидкость, кипение поддерживается тихое.

**Варка в атмосфере насыщенного водяного пара** в специальных пароварочных аппаратах.

- **Припускание** – варка продукта при соотношении вода: продукт = 0,3: 1, когда часть продукта находится в жидкой среде, а другая часть – в атмосфере пара. Крышка посуды при этом способе варки должна быть плотно закрыта. Припускают продукты, не требующие длительной тепловой обработки, – картофель, кабачки, морковь, шпинат, рыбу, цыплят и др.

**Тушение** – способ тепловой обработки, близкий к припусканию. Отличается тем, что некоторые продукты перед тушением слегка обжаривают, добавляют большое количество специй и приправ, иногда продукты тушат в соусе. При варке, припускании и тушении температура среды около 100 °С.

**Жарка** – сухой нагрев продукта без добавления воды, с добавлением или без добавления жира. Температура поверхностного слоя продукта достигает 130–135 °С, что способствует образованию окрашенной корочки, характерной для жареных продуктов. Окрашенная корочка формируется в результате теплового распада белков и углеводов с образованием новых веществ с характерным запахом и вкусом. Жарка без добавления жира применяется для мяса в

виде плоских порционных кусков на разогретой металлической поверхности, а для мяса и рыбы ценных пород используется жарка инфракрасными лучами. Источниками ИК-излучения могут быть древесные угли, газовые горелки специальной конструкции и электронагревательные устройства. Жарка продуктов с жиром имеет две модификации: жарка с небольшим количеством жира (8—10 % к массе продукта) и жарка в большом количестве жира (четырекратное количество жира к массе продукта, именуемое “жаркой во фритюре”).

**Запекание (выпекание)** продуктов производится обычно без добавления жира в специальных жарочных шкафах при температурах от 200 до 300 °С.

**СВЧ-нагрев** производится в микроволновых печах и применяется для разогрева охлажденной и замороженной кулинарной продукции.

Для жарки используют рафинированные растительные масла и высококачественные топленые животные жиры. Для предупреждения адгезии обжариваемого продукта и жарочной поверхности в ряде случаев применяют предварительное панирование изделий перед жаркой. Для панировки используют пшеничную муку, сухарную и хлебную крошку. В процессе жарки некоторая часть жира впитывается обжариваемым продуктом, т. е. жир участвует в формировании вкуса готового изделия. В связи с этим к качеству жира, используемого для жарки продуктов, предъявляются повышенные



требования.

Правильное питание является одним из факторов хорошего здоровья и активного долголетия людей. Его можно обеспечить только на основе научно обоснованного приготовления пищи. В связи с этим все рецептуры, помещенные в наших книгах, снабжены подробным описанием правил приготовления блюд и изделий. Среди мер, направленных на обеспечение населения здоровым питанием, следует указать на необходимость сокращения потребления рафинированных продуктов, а также прошедших глубокую технологическую переработку, на исключение из регулярного питания продуктов, прошедших двойную тепловую обработку, сокращение высокотемпературного нагрева продуктов, снижение удельного веса в питании жареных блюд, консервов, копченостей, сахара, соли.

Высокое качество кулинарной продукции должно быть обеспечено ее высокой пищевой ценностью и безопасностью для потребителей.

# Виды соусов и общие сведения об их приготовлении

Соусы, приготовляемые на предприятиях общественного питания, не содержат консервантов и биологически активных добавок. Большинство соусов имеют консистенцию жидкой сметаны. Соусом поливают основной продукт блюда, а иногда в нем доводят продукты блюда до состояния полной кулинарной готовности. В ресторанах и фирменных предприятиях общественного питания соусы к блюдам подают отдельно в однопорционных и многопорционных соусниках.

Соусы подразделяются на две большие группы: холодные и горячие. К *холодным* соусам относятся: соус майонез и его производные; холодные овощные соусы; заправки для салатов и сельди; фруктово-ягодные и сладкие соусы; желе мясное и рыбное; сиропы для сладких блюд; масляные смеси. К *горячим* соусам относятся: соусы на мясном, рыбном и грибном бульонах; сметанные; молочные; яично-масляные соусы.

Бульоны для мясных и рыбных соусов используют насыщенные экстрактивными, минеральными веществами и глютином. Для усиления мясного вкуса можно использовать глютамат натрия (натриевая соль глютаминовой аминокис-

лоты, водные растворы которой имеют мясной вкус) в количестве 1 г на 1 л бульона.

В качестве загустителей для соусов на бульонах, сметане и молоке используют пассерованную пшеничную муку высшего сорта или модифицированный крахмал. Муку пассеруют одним из двух способов: с жиром и без жира. Жир используют безводный, соотношение муки и жира 1:1, температура пассерования 120–130 °С. Во время пассерования в муке протекают сложные процессы теплового распада и синтеза веществ, в результате чего вкус и аромат муки улучшаются. Для красного соуса температура пассерования немного выше, что приводит к изменению светло-желтого цвета муки на светло-коричневый и углублению декстринизации крахмала муки. В некоторые соусы добавляют мелко нарезанные соленые огурцы, пассерованный лук и другие добавки, которые называются гарнирной частью соуса.

# Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.