

УДК 663

ОСОБЕННОСТИ ТЕХНОЛОГИИ ПРИГОТОВЛЕНИЯ ХОЛОДНОГО СУПА «ОКРОШКА» И ЕЁ ОРГАНОЛЕПТИЧЕСКАЯ ОЦЕНКА

*Шатрова О. А., студентка 4 курса ФАЗРиПП
Научный руководитель – Ерисанова О.Е., д. с.-х.н., профессор
ФГБОУ ВО Ульяновский ГАУ*

Ключевые слова: *холодные супы, окрошка, мясо, овощи, квас, калорийность.*

В статье представлено значение первых блюд в рационе человека, отмечены технологические особенности приготовления холодного супа «Окрошка» и представлены её качественные показатели.

Если говорить о первых горячих блюдах в системе общественного питания, то на первое место можно поставить борщи, на второе - щи, а третье место в этом символическом рейтинге популярности занимают холодные супы. В эту группу входят окрошки, свекольник, ботвинья, щи зеленые [1;2].

Супы являются важным источником минеральных веществ, витаминов и других биологически активных веществ в рационе человека. Потери минеральных веществ при варке супов не происходят, так как они остаются в бульоне, в холодных же супах потери пищевой ценности продуктов практически сводятся к нулю. Витамины группы В и каротин сохраняются примерно на 85%. Минимальные потери витамина С, компенсируются свежей зеленью, которую добавляют при приготовлении супа. Супы покрывают до 30% потребности организма в жидкости и обеспечивают необходимую консистенцию пищевой массы в желудке. Калорийность жидкой части супа невелика и составляет всего лишь 1-5 ккал на 100 г бульона. Это позволяет включать холодные супы практически во все лечебные диеты. Холодные супы относятся к сезонным супам, так как их приготавливают в летний период. Приготавливают эти супы в холодном цехе, используя для этого специально выделенную посуду, инвентарь и доски [2].

Технология приготовления холодного супа «Окрошка» состоит из следующих операций: зеленый лук шинкуют, часть лука растирают с солью до появления сока; свежие огурцы очищают от грубой и горькой кожицы, удаляют крупные семена, огурцы с тонкой кожицей не очищают. Обработанные огурцы нарезают мелкими кубиками или соломкой (подготовленные продукты до отпуска хранят в холодильнике); яйца ва-

Таблица 1 - Органолептическая оценка холодного супа – Окошка с мясом

Наименование блюда	Внешний вид	Цвет	Консистенция	Вкус и запах
Холодный суп- ОКРОШКА С МЯСОМ	Овощи нарезаны кубиком, желтки яиц растертые, со сметаной и горчицей, сметана размешана, сверху – мелко рубленая зелень.	В зависимости от жидкой основы: желтоватый – кваса, овощам, мясopодуктам, входящим в состав гарнира	Соблюдено соотношение жидкой и плотной части супа. Мясopодукты мягкие, но не разварены, овощи хрустящие.	Слегка острый от горчицы, в меру соленый соответствующий вареным компонентам, входящим в состав гарнира. С привкусом сметаны.

Таблица 2 - Температура и вес блюда, при подаче

Определяемые показатели, единицы измерения	Результаты исследований				
	образец 1	образец 2	образец 3	среднее значение	норма
1. Температура, °C	10	9	12	10,3	7 - 14
2. Вес, грамм	200	205	202	251	202±5

рѐные, очищают, отделяют белок от желтка. Желтки протирают через сито, а белки нарезают мелкими кубиками; мясо варѐное, охлаждают и нарезают мелкими кубиками или соломкой; укроп мелко шинкуют; вареные яичные желтки растирают с готовой горчицей, солью, сахаром и частью сметаны, соединяют с зеленым луком, растертым с солью, постепенно при помешивании разводят хлебным квасом и ставят в холодильник. Заправленный квас придает окрошке хороший вкус; При отпуске в тарелку кладут нарезанное мясо, белки яйца, огурцы, лук, наливают заправленный квас, кладут сметану и посыпают укропом. Если мясную окрошку готовится без яиц, в этом случае норма вложения вареного мяса увеличивается на 20 г на 1000 г окрошки. Готовые супы хранят в холодильнике. В тарелку при отпуске можно положить кусочки пищевого льда или подать его отдельно на розетке [2].

В условиях общественного питания «Дворянская усадьба» города Ульяновска, оценивались органолептические показатели блюда

«Окрошка с мясом». Из таблицы 1, следует, что, внешний вид, цвет, консистенция, вкус и запах, соответствовали данному виду блюду.

Вкус многих холодных блюд обусловлен не только основным продуктом (мясом, рыбой и др.), но и теми заправками или соусами, с которыми они отпускаются. Вкус и запах холодного супа «Окрошка с мясом» слегка острый от горчицы, в меру солёный, с привкусом сметаны.

Из таблицы 2, следует, что у исследуемых образцов, приготовленных в условиях ООО «Дворянская усадьба», средняя температура подачи составила 10°С, а вес блюда – 202 .

Таким образом, при изготовлении холодного блюда «Окрошка с мясом» выделяются следующие особенности её приготовления: продукты, используемые для приготовления, охлаждены до температуры от +8 до +10°С; овощные наборы приготавливают за 1 – 2 часа до отпуска и хранятся в охлажденном месте; перемешивают продукты осторожно, чтобы сохранить форму нарезки продуктов; заправляют холодное блюдо «Окрошка с мясом» непосредственно перед отпуском. Все органолептические и физические показатели, полученные в ходе исследований, готового блюда «Окрошка с мясом» соответствует требованиям указанным в технологической карте предприятия и учебных пособиях и сборниках рецептур. Калорийность блюда составляет – 47,33 ккалорий на 100 грамм продукта.

Библиографический список:

1. Альхамова, Г.К. Основные задачи продуктов функционального назначения / Г.К. Альхамова, Е.Я.Варганова, Е.К. Зубарева// Современное состояние и перспективы развития пищевой промышленности и общественного питания. Материалы III Всероссийской научно-практической конференции с международным участием. –Челябинск,2010. -Том 1.- С.12-122.
2. Шильман, Л.З. Технология кулинарной продукции: учебное пособие / Л.З.Шильман.- Москва:«Академия», 2012.- С.173.

FEATURES OF PREPARATION TECHNOLOGY OF COLD SOUP “OKROSHKA” AND ITS ORGANOLEPTIC EVALUATION

Shatrova O. A.

Key words: *cold soups, soup, meat, vegetables, kvass, energy.*

The article presents the meaning of the first courses in the human diet, marked technological features of the preparation of cold soup «OK-Roshka» and presents its qualitative indicators.