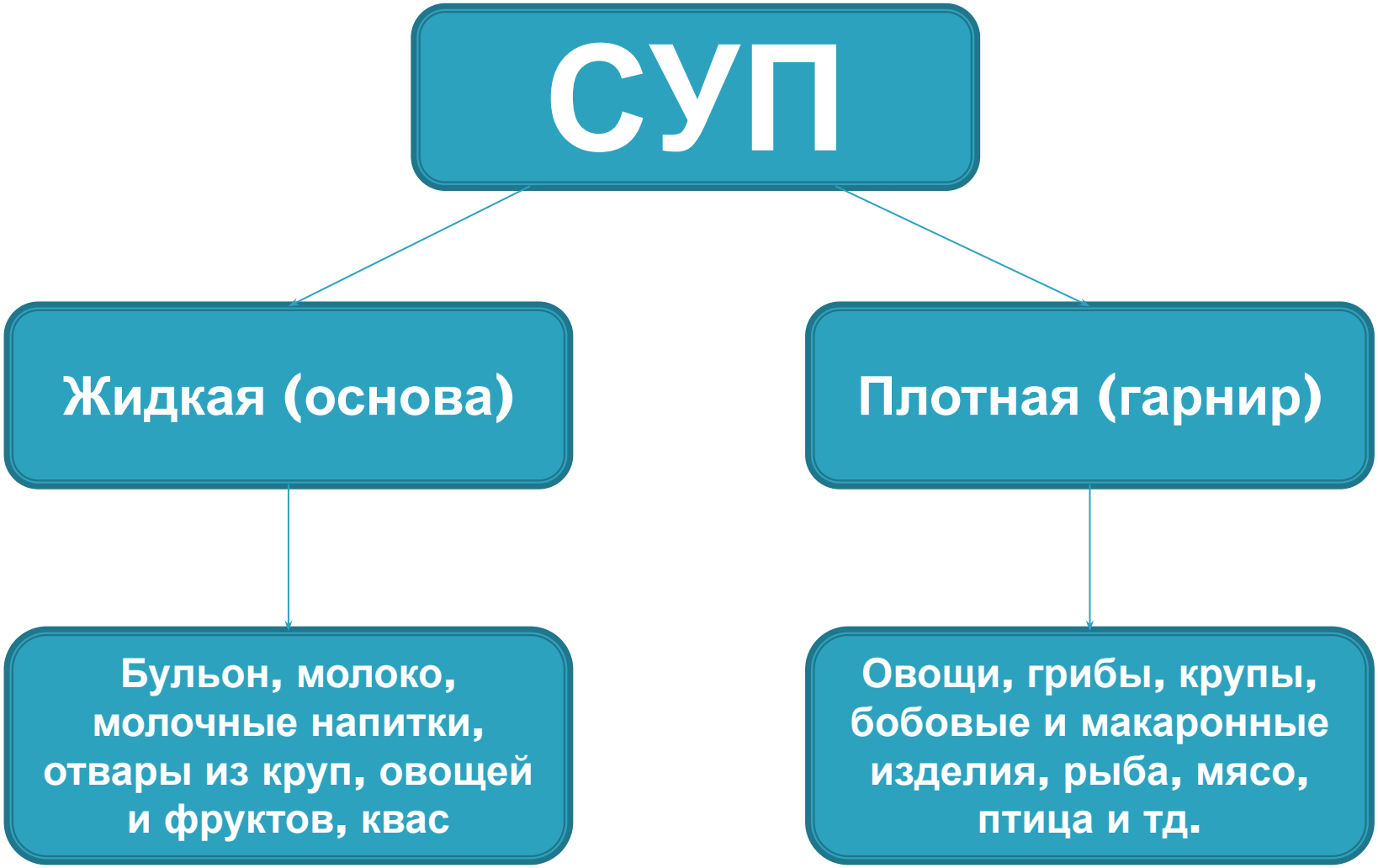
Технология приготовления первых блюд

Учитель технологии
МБОУ «Академический лицей» г. Томска
Рыбалкина Г. Н.


СУП
Жидкая (основа)
Плотная (гарнир)
Бульон, молоко, молочные напитки, отвары из круп, овощей и фруктов, квас
Овощи, грибы, крупы, бобовые и макаронные изделия, рыба, мясо, птица и тд.

Бульон – жидкий навар из мяса, рыбы или овощей

Технология приготовления бульона

Задание 1: обозначьте правильную последовательность приготовления бульона.

- Довести до кипения, снять пену и уменьшить нагрев.
- Вынуть шумовкой морковь, лук и мясо.
- Положить мясо в кастрюлю и залить холодной водой.
- Процедить бульон.
- Заложить в кипящий бульон морковь, лук и специи.

Классификация супов

- По температуре подачи: горячие(75-80˚С), холодные (10-14˚С)
- По способу приготовления: заправочные, прозрачные, супы-пюре, сладкие и холодные
- По виду основы: на бульоне (отваре), на молоке

Классификация супов

Заправочные – супы, при приготовлении которых в бульоне варят до готовности овощи, макаронные изделия, крупы, бобовые. Заправляют пассерованными овощами.

Супы-пюре готовят из птицы, печени, рыбы, грибов, овощей, круп, бобовых, которые протирают до однородной консистенции.

Прозрачные – супы, состоящие из бульона и гарнира, которые варят отдельно друг от друга.

Холодные супы и борщи готовят на квасе, свекольных и фруктовых отварах.

Сладкие супы готовят на основе отваров из свежих, сушеных, замороженных фруктов и ягод, консервированных плодово-ягодных пюре.

Молочные супы готовят на молоке, смеси молока и воды, из сухого или сгущенного молока. Плотной частью могут быть крупы, макаронные изделия или овощи.

Технология приготовления супа

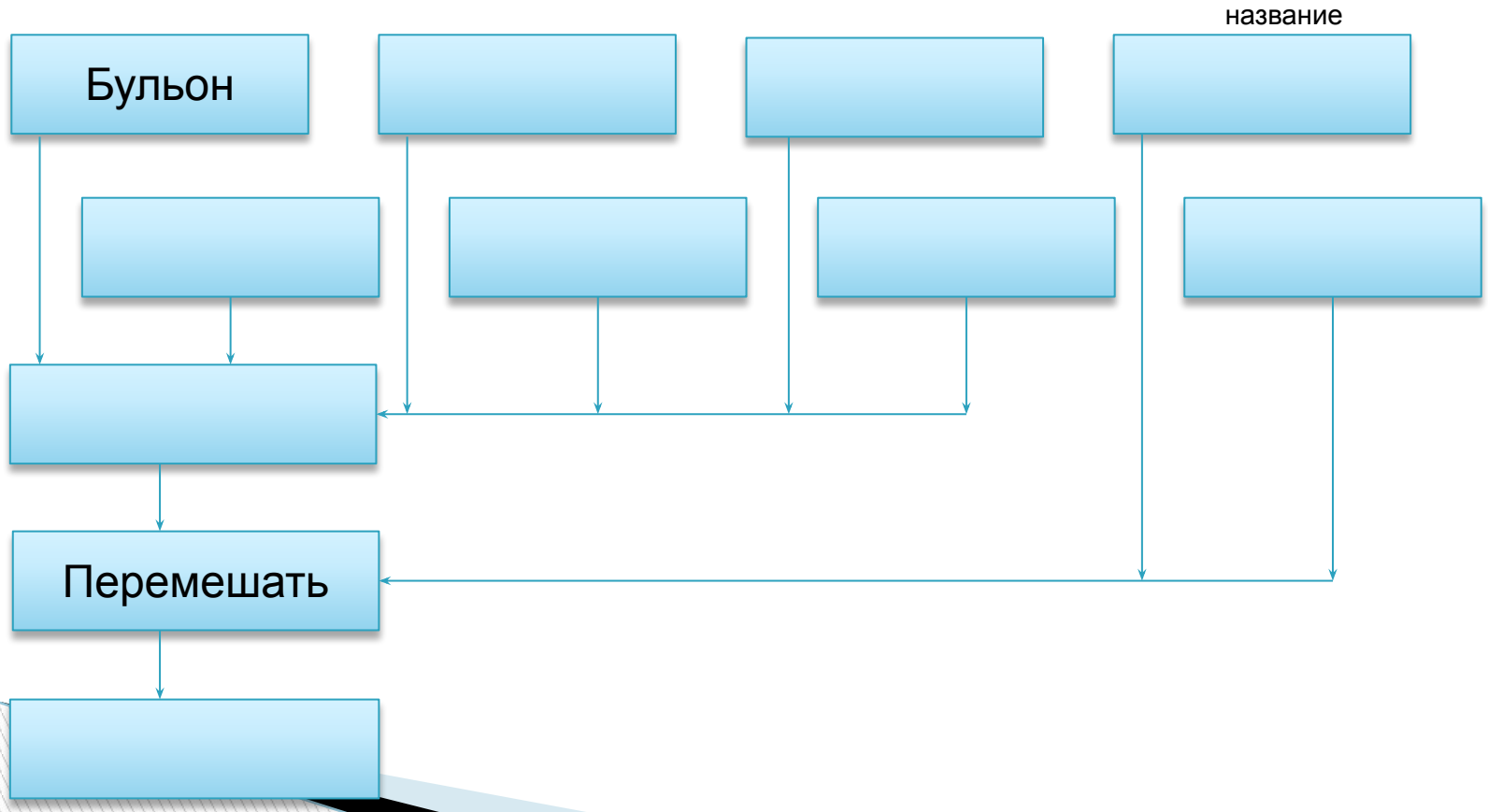
- Довести до кипения бульон или отвар.
- Заложить в кипящий бульон подготовленные продукты в определенной последовательности в зависимости от продолжительности варки продуктов, чтобы они были доведены до готовности одновременно.
- Варить при слабом кипении.
- Заложить в суп пассерованные коренья и репчатый лук за 10-15 минут до готовности.
- Положить специи и соль за 5-7 минут до готовности.
- Оставить сваренный суп без кипения на 10-15 минут для настаивания.
- Подавать суп в подогретой тарелке или суповой миске.

Продолжительность варки продуктов:

Продукты	Варка в минутах	Продукты	Варка в минутах
Фасоль (вымоченная)	60-70	Вермишель	10-12
Перловая крупа	40-50	Пассерованные овощи	12-15
Лущёный горох	30-50	Картофель	12-15
Макароны	10-15	Тушёная свекла	10-12
Рис	30	Суповая заправка	10-12
Белокочанная капуста	20-30	Зелёный горошек	8-10
Цветная капуста	20-25	Стручковая фасоль	8-10
Лапша	15-20	Шпинат	5-7

Задание 2: заполните схему приготовления заправочного супа и придумайте для него название.

Схема приготовления супа _____



Задание 3:
Проверь себя. Впиши в клетки слова-ответы.

1. Жидкий навар из мяса, рыбы или овощей

2. Суп из овощей, макаронных изделий или бобовых на бульоне или отваре

3. Суп, имеющий однородную консистенцию

4. Супы на основе отваров из фруктов и ягод

5. Обобщённое название супов, хорошо освежающих в жару