Пища - основа жизни человека. От того, как человек питается, зависит его здоровье, настроение, трудоспособность. Следовательно, питание человека-это не только его личное, но и общественное дело. Французскому физиологу Брмат-Саварену принадлежит выражение: «Животное насыщается, человек ест, умный человек умеет питаться». «Уметь питаться» ничего общего не имеет с утолением голода. Умение питаться предполагает разумное, умеренное и своевременное питание, то есть культуру питания. И этой очень непростой науке-культуре питания необходимо учиться, учиться смолоду, пока человек еще не приобрел болезней от неумеренного питания. Так что кухня-дело очень серьезное и требует к себе уважительного отношения.

Первоначально на Руси жидкие блюда называли похлёбками, а потом, с 12 века, ухой, а слово «суп» появилось в эпоху Петра I.

Подача супа перед вторым горячим блюдом, не просто дань традиции, она оправдана их значением. «Суп - прежде всего аппетитное средство» (Сеченов И.М.). «Жидкие блюда, благодаря своему вкусу и аромату, являются основным средством возбуждения аппетита» (Павлов И.П.). Экстрактивные вещества бульонов, овощей, специй являются химическим возбудителем деятельности пищеварительного тракта. Наличие в составе супов большого ассортимента овощей обогащает их витаминами,

минеральными солями, органическими кислотами.

Значительное содержание жидкости в супах возмещает на 15-25% потребность организма в воде.

Солянки являются старинным русским национальным блюдом. В со­став солянок входят соленые огурцы, пассерованный лук, томатное пюре,

каперсы, оливки или маслины. Готовят их на концентрированных мяс­ных и рыбных бульонах, а также со свежими и сушеными грибами. Правда раньше ее называли селянка, и лишь во второй половине XIX века есть упоминания в новом названии. Это старинное блюдо упоминается в поваренных книгах датированных XVIII столетием. Правда в те времена селянка считалась именно рыбным блюдом. Также рецепт претерпел значительные изменения с появлением в России помидоров. На сегодняшний день невозможно представить солянку без томата. Во все времена этот острый, ароматный и

питательный суп был коронным блюдом российских ресторанов. Заграничные гости всегда заказывают именно его, как визитную карточку России.

1. **Товароведческая характеристика сырья**

 *Каперсы* - это почки цветов кустарника каперса. Вкус своеобразный, кисловатый. Для употребления в пищу собирают нераскрывшиеся почки цветов каперсника, провяливают их и маринуют или солят. Соленые каперсы сохраняются дольше, чем маринованные. Хорошие каперсы должны быть мелкими, твердыми, круглыми, нераскрывающимися и нераздавленными. В продажу каперсы поступают маринованными и солеными.

 *Маслины* - зрелые (темно - маслянистые), оливки - недозрелые (зеленоватые) плоды оливкового дерева. Используется в консервированном виде.

|  |  |
| --- | --- |
| Наименование показателя | Характеристика |
| Внешний вид | Плоды однородные по размеру и цвету без пятен, механических повреждений и плодоножек, с косточкой или без. Минимальный размер плодов - 14 мм по диаметру. Фаршированные оливки - целые плоды без косточки с кусочками лимона, красного перца, рыбы, креветок, миндаля.Допускается наличие неоднородных плодов и с пятнами до 15% по массе |
| Вкус и запах | Солоноватый, с выраженным ароматом; фаршированных оливок - солоноватый, со вкусом и ароматом компонентов, используемых для фарширования.Допускается незначительная горечь, свойственная оливкам и маслинам.Не допускается посторонний привкус и запах |
| Цвет | Оливки - однородные по цвету с оттенком от зеленого до темно-зеленого.Маслины одинаковые по цвету, от темно-фиолетового до черного |
| Консистенция | Плоды плотные, упругие, неразваренные.Допускается наличие мягких плодов по массе не более 10% |
| Качество заливки | Рассол прозрачный, у оливок - желтовато-зеленого оттенка, у маслин - буроватого оттенка |
|  |  |

Мясо -  Охлажденное мясо должно иметь на своей поверхности сухую корочку подсыхания бледно-красного цвета. Поверхность свежего качественного мяса слегка влажная, а цвет должен соответствовать мясу данного животного. Консистенция, при надавливании на него пальцем, упругая. Мясной сок у свежего мяса всегда прозрачный. Запах на поверхности туши и у кости характерен созревшему мясу. Бульон из такого мяса получается прозрачным и ароматным, а на поверхности бульона собираются большие капли жира. Свиной жир белого или бледно-розового цвета, при надавливании пальцем мягкий по консистенции. Говяжий жир имеет цвет от белого до желтого, по консистенции он жесткий. Бараний - белый, как и свиной, а консистенция его плотная.  Любой качественный жир не должен иметь запаха засаливания и прогоркания.
Оттаявшее мясо, по окраске туши имеет более интенсивный цвет, чем охлажденное. Поверхность разреза такого мяса должна быть сильно влажная, а мясной сок имеет красный цвет. Консистенция, при надавливании, тестообразная.
Мороженое мясо должно быть твердым, как лед. При постукивании по нему твердым предметом, оно издает ясный звук. Поверхность разруба имеет розовато-серый цвет. Явного запаха такое мясо иметь не должно. У повторно замороженного мяса, поверхность разруба темно-красная, а жир приобретает красный цвет. Бульон получается мутный с обилием пены, запах присущий бульону из охлажденного мяса отсутствует.
Мясо, подлежащее реализации, не должно иметь сгустков крови, кровоподтеков, загрязнений и остатков внутренних органов. На мороженом мясе не должно быть льда и снега. Количество зачисток и срывов подкожного жира у говядины не должно превышать 15% полутуши, у баранины - 10 % туши, а у свинины - 10% зачисток поверхности полутуши.

 *Окорок*– продукт из свинины, изготовленный из тазобедренной или лопаточной части свиной туши с костью и шкуркой или без них. Допускается употреблять термин «окорок» в наименованиях продуктов из мяса промысловых животных. Окорок копчено-вареный представляет собой натуральный высококачественный продукт, полученный без растительных белковых добавок, с высокими структурно-реологическими показателями и традиционными вкусовой и цветовой гаммой.

|  |  |
| --- | --- |
| Наименование показателя | Характеристика и значение показателя для продуктов из свинины - "Окорок" |
|  |  |  |
| Внешний вид | Поверхность чистая (для неупакованной продукции - сухая), без пятен, бахромок и остатков щетины, с петлей для подвешивания или без нее, в шкуре. Продукт в сетке или перевязан шпагатом или нитками продольно-поперечно через каждые 10-12 см. |
| Форма | Округленная, ножка отпилена в скакательном суставе с оставлением бугорка пяточной кости, тазовая кость удалена |
| Консистенция | Плотная |
| Вид и цвет на разрезе | Равномерно окрашенная мышечная ткань от бледно-розового до розового цвета, без серых пятен, цвет жира белый или с розовым оттенком, с толщиной подкожного шпика при прямом срезе, см, не более 3,0 |
| Запах и вкус | Свойственные данному виду продукта, без посторонних привкуса и запаха, с ароматом копчения. Вкус слабосоленый. Массовая доля жира, не более 27 % |

*Почки говяжьи*- это субпродукты. Богаты питательными веществами и

обладают совершенно особенным вкусом, который становится тем интенсивнее, чем старше животное.

Почки окутаны слоем жира, который перед приготовлением блюда обязательно удаляется - они содержат витамины группы В, РР, пантотеновую кислоту, кальций, магний, железо, фосфор. Почки богаты ферментами и экстрактивными веществами. Говяжьи почки тёмного красно-коричневого цвета и весят 750-1000 г.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Наименование | Внешний вид | Цвет | Запах |
| Почки | Целые, без жировой капсулы, без наружных поверхностных сосудов, лимфатических узлов и мочеточников. Допускаются незначительные несквозные порезы | От светло-коричневого до темно-коричневого | Свойственный доброкачественным субпродуктам, характерный для конкретного наименования, без постороннего запаха |

 *Масла сливочное* - представляет собой продукт, вырабатываемый из коровьего молока с характерным вкусом, запахом и пластичной консистенцией при 12 ± 2°С, содержащий от 50 до 85% молочного жира без добавления ингредиентов, кроме поваренной соли, β-каротина, бактериальной закваски. Масло обладает высокой калорийностью (около 7800 кал/кг), хорошей усвояемостью (97%), содержит жирорастворимые А и Е и водорастворимые В1, В2 и С витамины. Сливочное масло должно обладать специфическим, приятным, свойственным только ему вкусом, запахом, отсутствие посторонних привкусов и чужеродных запахов, иметь плотную консистенцию и однородную окраску белого или кремового цвета.

 *Луковые* овощи - к ним относят лук зеленый свежий, лук репчатый, лук-порей, лук-батун, чеснок, черемшу и др. Луковые овощи ценятся благодаря наличию в них большого количества питательных, вкусовых и ароматических веществ. Лук репчатый является самым распространенным среди луковых овощей.

Основными требованиями к качеству лука являются размер по наибольшему поперечному диаметру и внешний вид, которому должны отвечать луковицы. Они должны быть хорошо вызревшими, без заболеваний, неповрежденными, с хорошо просушенными верхними чешуями и шейкой длиной от 2 до 5 см. Допускаются луковицы с трещинами покровных чешуи, а также раздвоенные. Стандартом предусмотрены допуски луковиц с длиной шейки 5-10 см не более 5% массы, менее установленных размеров, с отклонениями по окраске, оголенных, с незначительными сухими загрязнениями, механически поврежденных - в совокупности не более 5%. В партии чеснока стандартом допускаются содержание не более 4% массы луковиц без 3-5 зубков и не более 1% здоровых, отпавших зубков.

 *Лимоны* - отличаются приятным вкусом и высокой кислотностью, форма их овальная калибруют их на четыре группы: диаметром от 60 мм и выше, менее 60 мм и до 51 мм, менее 51 мм и до 45 мм, менее 45 мм и до 42 мм. Не допускается Наличие плодов загнивших, заплесневевших, давленых, подмороженных, зеленых, с признаками сморщивания и обезвоживания, с повреждениями, затрагивающими мякоть плода.

|  |  |
| --- | --- |
| *Наименование показателя* | Характеристика и норма для товарного сорта  |
|  | *высшего* | *первого* | *второго* |
| *Внешний вид* | *Плоды* свежие, целые, чистые, здоровые, *не увядшие, технически спелые*, без повреждений *сельскохозяйственными вредителями, болезнями, без механических повреждений*, ушибов и/или крупных зарубцевавшихся поверхностных порезов, типичной для помологического сорта формы и окраски, без *излишней внешней* влажности. Плоды должны иметь характерные признаки своей разновидности и/или товарного типа |
| *окраска* |  Типичная для разновидности. Плоды с зеленой (но не темно-зеленой) окраской допускаются при условии, что они отвечают минимальным требованиям в отношении массовой доли сока |
| *Запах и вкус* | *Свойственные данной разновидности* без постороннего запаха и/или привкуса |
|  |  |
|  |  |

 *Колбасные изделия* - мясные продукты, приготовленные из мясного фарша с добавлением жира, поваренной соли, специй, пряностей и других ингредиентов, в оболочке или без нее, подвергнутые тепловой обработке или ферментации до готовности к употреблению. По виду колбасные изделия бывают: варёные, полукопчёные, копчёные, сырокопчёные, варёно-копчёные, сосиски, сардельки, зельцы, кровяные колбасы, ливерные, паштеты и др. Пищевая ценность колбасных изделий является довольно высокой, гораздо выше ценности исходного сырья и большинства других продуктов из мяса.

|  |  |
| --- | --- |
| Наимен-е показ-я | Характеристика и значение показателя для колбас категории Б |
|  |  |
| Внешний вид | Батоны с чистой, сухой поверхностью |
| Консистенция | Упругая |
| Цвет и вид на разрезе | Розовый или светло-розовый. Фарш равномерно перемешан и содержит кусочки шпика белого цвета или с розоватым оттенком размером более 4 мм сторон |
|  |
|  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Запах и вкус | Свойственные данному виду продукта, без посторонних привкуса и запаха, с ароматом пряностей, в меру соленый |
| Форма и размер батонов | Прямые или изогнутые батоны длиной от 10 до 50 см |

 *Огурцы консервированные* - один из наиболее распространенных видов овощных маринадов. Срок хранения консервов - 2 года со дня изготовления.

Огурцы - источник таких соединений йода, которые легко и безболезненно усваиваются организмом человека. Состоящий на 99% из воды, огурец содержит калий, фосфор, кальций, магний, железо, цинк, витамины С, В1, В2, В5, В6, РР, Е, провитамин А.

В процессе брожения в огурцах вырабатывается молочная кислота, улучшающая работу пищеварительного тракта.

По органолептическим показателям соленые огурцы должны соответствовать следующим требованиям: внешний вид - огурцы целые, соответствующие данному хозяйственно-ботаническому сорту, немятые, не сморщенные, без механических повреждений.

Допускается хранение соленых огурцов при температуре не более 10°С. Срок хранения соленых огурцов со дня выработки при температуре от -1 до +4°С и относительной влажности воздуха 85-95% - не более 9 мес; не пастеризованных огурцов, фасованных в стеклянные банки при температуре не выше 18°С - 7 суток; фасованных в пакеты из полимерных и комбинированных пленочных материалов - не более 1 суток при температуре не выше 18°С.

 *Томатная паста* - готовится из спелых томатов путём протирания и уваривания их до концентрированной массы, с содержанием сухих веществ от 25 до 40 %. Когда продукт состоит из 12-20% сухих веществ помидор, это томатное пюре. Цвет должен быть красный или оранжево-красный, характерный для томатных продуктов из зрелых томатов, одинаковый во всей массе. Цвет необходимо определять при дневном рассеянном освещении. Продукты, полученные из недозрелых томатов, имеют буроватый оттенок, обусловленный переходом хлорофилла в буроокрашенный феофитин.

При оценке томатного пюре и томатной пасты обращают внимание на их внешний вид и консистенцию. Масса должна быть однородной, без частиц кожицы, семян и других дефектов.

Вкус и запах томатных продуктов должны быть натуральными свойственными этим продуктам, не допускается наличие постороннего вкуса и запаха. Запах следует оценивать до определения вкуса.

 *Сметана* - является кисломолочным продуктом, который получают сливок и закваски путем кисломолочного брожения. Родиной сметаны считается Россия

|  |  |
| --- | --- |
| Наименование показ-я | Характеристика |
| Внешний вид и консистенция | Однородная густая масса с глянцевой поверхностью. Для продукта с массовой долей жира от 10,0% до 20,0% допускается недостаточно густая, слегка вязкая консистенция с незначительной крупитчатостью |
| Вкус и запах | Чистые, кисломолочные, без посторонних привкусов и запахов |
| Цвет | Белый с кремовым оттенком, равномерный по всей массе |

  *Петрушка***-**корень белого, серого цвета. Они содержат эфирные масла, которые придают блюдам пряный вкус.

Петрушка бывает корневой с хорошо развитым корнем и листвой. Петрушка и сельдерей могут поступать в виде обрезанной свежей зелени с длинной листа не мене 8см (у петрушки) и 12см (у сельдерея). Все белые коренья используют для заправки супов и соусов в которые их добавляют в пассерованом виде. Корнеплоды свежие, целые, здоровые, не вялые, не загрязненные, не поврежденные морозом, без насекомых-вредителей, без излишней внешней влажности.

Корнеплоды не застволившиеся, не уродливые (не разветвленные), без роста вторичных корней, без затрагивающих мякоть повреждений сельскохозяйственными вредителями и болезнями

Допускаются не влияющие на общий внешний вид, качество, сохраняемость и товарный вид продукта в упаковке незначительные дефекты корнеплодов - формы, окраски кожицы, побитость и повреждения, удаляемые путем обычной чистки, кожицы, включая небольшие зарубцевавшиеся трещины.

Листья молодые, зеленые (различных оттенков), не пожелтевшие, без примеси сорных растений. Допускаются не влияющие на общий внешний вид, качество, сохраняемость и товарный вид продукта в упаковке незначительные дефекты листьев - небольшая помятость, незначительные дефекты окраски и незначительная утрата свежести.

 *Соль* - хотя вся существующая в природе поваренная соль химически совершенно одинакова и на вкус одинаково солона, однако, с точки зрения кулинарного применения, различают, и довольно существенно, несколько видов соли, прежде всего, по месту их производства или добычи. Эти различия связаны с местными примесями к соли. Соль не должна иметь запаха и посторонних механических примесей. Соль экстра должна иметь белый цвет, для других сортов допускаются оттенки (сероватый, желтоватый, розоватый).