1.8. Холодные сладкие супы: характеристика, ассортимент

Основой сладких супов являются свежие, сушеные или консервированные плоды или ягоды и фруктовые супы (полуфабрикаты). Можно использовать фруктово-ягодные сиропы, пюре и экстракты, выпускаемые промышленностью.

Перед варкой свежие и сушеные ягоды и плоды перебирают и тщательно промывают. Плоды и ягоды сушеные сортируют по видам, их можно предварительно замочить в холодной воде для ускорения разваривания. Крупные сушеные плоды (груши, яблоки) разрезают на несколько частей. Ягоды для приготовления супов используют в целом виде, свежие плоды нарезают ломтиками или кубиками. Очистки яблок, груш (кожица, семенные гнезда) используют для приготовления отваров.

Плоды и ягоды сушеные заливают холодной водой, свежие ягоды и плоды закладывают в кипящую воду, добавляют сахар и доводят до кипения. Варят до готовности и заваривают крахмалом, предварительно разведенным в охлажденном отваре (на 1 часть крахмала 4 части отвара) и процеженным.

Для ароматизации супа можно добавить корицу, гвоздику, цедру цитрусовых плодов. Сладкие супы подают с различными гарнирами - сваренной крупой, клецками, варениками, пудингами или запеканками, которые готовят отдельно.

Для супа из клюквы и яблок клюкву перебирают, промывают, протирают, отжимают сок. Оставшуюся мезгу заливают водой, проваривают 10-15 мин и процеживают. Яблоки очищают от кожицы, удаляют семенное гнездо и нарезают ломтиками. В клюквенный отвар кладут сахар, нарезанные яблоки, доводят до кипения, добавляют подготовленный крахмал, доводят до кипения, затем добавляют клюквенный сок и охлаждают. Подают, как описано выше.

Для супа из ревеня, кураги и яблок яблоки, нарезанные ломтиками, предварительно замоченную курагу и очищенный от кожицы ревень варят с добавлением сахара. Готовый отвар процеживают. Часть плодов и ревеня протирают, часть нарезают, заливают отваром, доводят до кипения и заваривают крахмалом. Подают, как описано выше. Суп из цитрусовых готовят следующим образом: апельсины или мандарины без кожуры нарезают кружочками. Цедру нарезают соломкой, бланшируют, заливают горячей водой и доводят до кипения. Полученный отвар процеживают, добавляют сахар, кладут нарезанные плоды, варят с момента закипания 3-4 мин, заваривают крахмалом, доводят до кипения, охлаждают и добавляют виноградное вино. Можно готовить суп и без вина.

Суп-пюре из сушеных плодов готовится по следующей схеме: сушеные яблоки, курагу перебирают, промывают, крупные яблоки режут на части, заливают холодной водой и варят до готовности, протирают, добавляют сахар, корицу, доводят до кипения, заваривают крахмалом и вновь доводят до кипения. (10], (13]

**Холодные супы: характеристика, ассортимент**

В эту группу входят супы, приготовляемые из овощей и других продуктов на хлебном квасе, овощных отварах, кефире. К холодным супам относятся окрошки, борщи холодные, свекольник, ботвинья, щи зеленые. Картофель, коренья, мясные и другие продукты для этих супов нарезают мелкими кубиками или соломкой. Лук зеленый шинкуют. Для некоторых холодных супов часть лука ( 1/4 от нормы) растирают деревянным пестиком с небольшим количеством соли до появления сока. У огурцов с грубой кожей и крупными семенами предварительно очищают кожу и удаляют семена. Огурцы с тонкой кожей и мелкими семенами не очищают. При использовании неочищенных огурцов (с кожей и семенами) норма вложения их массой брутто соответственно уменьшается.

Белки яиц, сваренных вкрутую, мелко нарезают, а желтки растирают с частью сметаны, горчицей, солью, сахаром и разводят квасом или квасом со свекольным отваром. В приготовленную смесь добавляют растертый с солью лук, нарезанные продукты и все перемешивают. Остальную часть сметаны и яиц кладут в порционную посуду при отпуске супов.

При массовом приготовлении окрошки на квасе нарезанные продукты смешивают и хранят в холодильнике. Перед отпуском смесь кладут в порционную посуду, заливают квасом и добавляют оставшуюся часть яиц и сметаны. Окрошки, борщи, свекольник и другие холодные овощные супы посыпают мелконарезанным укропом (4 г на порцию). Для окрошек, приготовляемых на кефире, используют только пастеризованный кефир.

Холодные супы хранят в холодильнике, отпускают при температуре не выше 14 °С,

Может использоваться хлебный квас, вырабатываемый на пищевых предприятиях. Изготовление кваса допускается при условии наличия на предприятиях общественного питания необходимого оборудования и разрешения местного учреждения санитарно-эпидемиологической службы в каждом отдельном случае. В случае приготовления кваса на предприятии общественного питания хорошо поджаренные ржаные сухари измельчают до размера 5-6 мм и засыпают тонкой струей при непрерывном помешивании в воду, предварительно кипяченную и охлажденную до 80 °С, На 4 кг сухарей берут 70 л воды. Засыпанные в воду сухари оставляют на 1,0-1,5 ч для настаивания в теплом месте, периодически перемешивая. По­лученное сусло сливают, сухари заливают свежей водой (50 л), вторично настаивают 1,0-1,5 ч. Сусло сливают и соединяют с ранее полученным. Добавляют сахар, мяту кудрявую, дрожжи, разведенные небольшим количеством сусла. Температура сусла при введении дрожжей должна быть 23-25 °С и поддерживаться в течение всего процесса брожения (8-12 ч). После брожения квас процеживают и охлаждают.

**Окрошки**

Дпя приготовления окрошек растирают готовую горчицу с желтками вареных яиц, солью, сахаром и разводят охлажденным квасом. В заправленный квас перед отпуском кладут подготовленные охлажденные продукты. Основные продукты для окрошки - зеленый лук и огурцы. Нашинкованный лук перетирают с солью. Подготовленные огурцы нарезают мелкими кубиками. Так же нарезают белки яиц. Кроме того, в окрошку можно положить мясные вареные продукты (нежирное мясо, ветчину, колбасу), вареный картофель, редис (в овощную окрошку). Все эти продукты также нарезают кубиками. Отпускают окрошки со сметаной и зеленью укропа. Окрошку мясную готовят с картофелем и без него. Отпускают с говядиной, вместо говядины можно взять нежирную свинину, баранину. Окрошку сборную мясную готовят, как и просто мясную, но отпускают с набором мясных продуктов, нарезанных кубиками: говядина, окорок копчено-вареный, язык отварной. В рецептуру овощной окрошки входят следующие овощи: картофель, огурцы, зеленый лук, морковь, репа, иногда редис. Морковь и репу предварительно припускают. Готовят и отпускают, как описано выше.

Перечисленные выше окрошки готовят не только на квасе, но и на кефире, простокваше, ацидофилине. Кисломолочные продукты смешивают с холодной кипяченой водой в соотношении 1:1, добавляют соль, сахар и хранят на холоде.

**Борщ холодный**

Для приготовления борща холодного свеклу и морковь нарезают соломкой, свеклу припускают с уксусом до готовности. Морковь припускают отдельно, соединяют со свеклой, добавляют горячую воду, соль, сахар, доводят до кипения и охлаждают. При отпуске в порционную посуду кладут нарезанные огурцы, зеленый лук, вареные яйца, наливают жидкую основу, кладут сметану, посыпают зеленью укропа. Борщ можно приготовить без моркови, увеличив норму вложения свеклы, с мясом или рыбой.

**Свекольники**

Этот холодный суп готовят так же, как и борщ холодный, но припущенные овощи после охлаждения заливают квасом. Молодую свеклу используют вместе с ботвой, которую нарезают и припускают отдельно.

**Ботвинья**

Для ботвиньи шпинат и щавель припускают по отдельности, протирают. Полученное пюре разводят квасом, добавляют соль, сахар, нашинкованную цедру лимона. При отпуске в порционную миску наливают ботвинью и отдельно подают кусок вареной холодной рыбы (осетровых пород, судак или треска) с гарниром. Для гарнира используют лук зеленый, свежие огурцы, струганный хрен, листья салата, укроп.

**Щи зеленые**

Щи зеленые готовят из пюре щавеля и шпината, которые разводят горячей водой, добавляют соль, сахар, доводят до кипения и охлаждают. В пюреобразную массу кладут нарезанные огурцы, зеленый лук, сваренные вкрутую яйца и сметану. Щи зеленые можно приготовить из консервированных щавеля и шпината и отпускать с мясом.

**Требования к качеству, сроки хранения и реализации**

Мясо и овощи для окрошки должны быть нарезаны мелкими правильными кубиками, яйцо (белок) - нарублено, укроп и лук - мелко нашинкованы. Цвет - от светло- до темно-коричневого, вкус и запах - без резкой кислотности, с выраженным ароматом огурцов, лука, укропа.

Для свекольника свекла и огурцы должны быть нарезаны мелки­ми кубиками или нашинкованы соломкой, яйцо нарублено или нарезано на части. Цвет - от темно-красного до бордового, с белым оттенком после размешивания сметаны. Вкус - кисло-сладкий, со специфическим привкусом свеклы.

Ботвинья должна иметь ярко-зеленый или оливковый цвет и представлять собой однородную массу без кусочков и волокон зелени. Вкус в меру острый от хрена, запах - свежих овощей, кваса и лимонной цедры.

При длительном хранении вкус, внешний вид и витаминная активность супов ухудшаются. Поэтому хранить готовые супы следует не более 1-2 ч. Во избежание подгорания супы хранят на водяной бане (мармите).

При реализации температура холодных супов - не более 14 °С. Срок реализации блюд, находящихся на мармите, на горячей плите и в емкостях с подогревом для шведского стола, должен быть не более трех часов с момента их изготовления и расфасовки.

Сервировку и порционирование блюд необходимо осуществлять персоналом с использованием одноразовых перчаток для каждого вида блюд.