#### БЛЮДА ИЗ ТВОРОГА

Творог сам по себе является продуктом, который не требует обязательной тепловой обработки, поэтому блюда из творога готовят в холодном или кондитерском цехе. Горячие блюда из творога (запеканки, пудинги и сырники) готовят в горячем цехе на кухнях небольших предприятий или в кондитерском цехе, если он функционирует отдельно.

В твороге содержится белок(16,5 %), жир(18 %), большое количество кальция (140 мг), витамины А, Е и группы В и др.

В связи с лечебными свойствами белков, содержащихся в твороге, а также благодаря высокому содержанию минеральных веществ творожные блюда особенно рекомендуются в детском питании, диетическом и для подростков. Творог широко применяется при болезнях печени, сердца, атеросклерозе и гипертонии, так как он улучшает жировой обмен.

Высокая концентрация в твороге молочных белков и жира, присутствие незаменимых аминокислот, солей кальция и фосфора – все это делает его продуктом, необходимым для нормального развития организма человека.

В зависимости от содержания жира выпускается творог жирный с содержанием жира до 20 %, полужирный, содержащий 9–10 % жира, и обезжиренный. Жи рный творог обычно используется для подачи в натуральном виде или приготовления творожной массы. Из нежирного творога готовят сырники, запеканки, пудинг, вареники, творожные фарши. В блюда из творога можно добавить сливочное масло. Творог поступает в деревянных кадках массой не более 70 кг или металлических флягах.

Перед приготовлением блюд творог просматривают, протирают через сито (в небольшом количестве) или пропускают через протирочную машину. Потери составляют 2 % от его массы. Полуфабрикаты и холодные изделия из творога хранятся при температуре 0–6 °C. Вареники, сырники, блинчики с творогом хранят не более 15 мин в теплом месте до отпуска, пудинги – 30 мин, а запеканки – до 1 ч. Творог и творожную массу хранят в неокисляющейся посуде в закрытом виде на холоде от 6 до 24 ч.

Блюда из творога делят на *холодные, отварные, жареные и запеченные.*

###### ХОЛОДНЫЕ БЛЮДА ИЗ ТВОРОГА ТВОРОГ С МОЛОКОМ, СЛИВКАМИ, СМЕТАНОЙ ИЛИ САХАРОМ

Для подачи в натуральном виде используют жирный или полужирный непротертый творог. Его кладут на тарелку или в салатник небольшой горкой, заливают молоком или сливками, предварительно охлажденными. Отдельно можно подать сахарный песок или сахарную пудру 10–30 г на порцию. Молоко и сливки иногда подают отдельно в молочнике или стакане. Отпуская творог со сметаной, сверху делают углубление и вливают сметану. Можно также посыпать творог сахарным песком или сахарной пудрой или подать их на розетке. Для отпуска со сметаной творог можно предварительно протереть, натуральный творог подают иногда только с сахаром.

**Творожные массы**приготавливают из протертого жирного или полужирного свежего творога с добавлением размягченного сливочного масла, сахара или сахарной пудры, изюма, ванилина, сметаны, яиц, орехов, а также с солью, тмином, томатом, перцем.

Отпускают на десертных тарелках или в салатниках, уложив в виде горки или выпустив из кондитерского мешка. При отпуске используют свежие или консервированные фрукты, варенье, листья салата. Творожную массу применяют для приготовления бутербродов и подают как самостоятельное блюдо. Хранят в холодильнике до 24 ч в закрытой неокисляющейся посуде.