



СЛАДКИЕ БЛЮДА

Сладкие блюда завершают любой прием пищи, поэтому их еще называют десертными.

Они украшают стол, но требуют умелого оформления.

Для приготовления сладких блюд используют: - -

- сахар,**
- плоды,**
- ягоды,**
- орехи,**
- различные фруктово-ягодные соки,**
- сиропы,**
- яйца,**
- молоко, сливки,**
- мучные и крупяные изделия.**



Для улучшения вкуса и ароматизации сладких блюд в них добавляют ваниль, корицу, цедру цитрусовых плодов, лимонную кислоту, кофе, какао, вино, ликеры и т.п.



**По температуре подачи
сладкие блюда делятся:**

холодные



**свежие фрукты и
ягоды, компоты,
кисели, желе,
муссы, кремы и др.**

**Подают их при
температуре около
10°C, но не ниже
6°C.**

горячие



**суфле,
пудинги,
шарлотки и т.д.**

**Температура их подачи
примерно 55°C.**

Сладкие блюда не только вкусны, но и весьма питательны. Большинство их содержит значительное количество сахаров. Некоторые сладкие блюда, как например сливочное мороженое, крем и др., богаты жирами, а такие блюда, как творожный пудинг, воздушный пирог, — белками

Кроме того, ряд сладких блюд содержит также витамины, минеральные соли, необходимые организму человека.



Плоды и ягоды содержат витамины А, В1, С, Р, особенно они богаты витамином С.

Больше всего витамина С имеется в плодах шиповника, незрелых грецких орехах, черной смородине, лимонах, апельсинах.

Плоды абрикоса, рябины, хурмы, шиповника богаты провитамином А — каротином, который в организме человека переходит в витамин А.

Витамины группы В содержатся в апельсинах, яблоках и грушах; в лимонах, грейпфрутах,

**а также в черной смородине
имеется витамин Р.**



**Витамин С быстро разрушается при нагревании под воздействием кислорода воздуха.
Неправильная обработка и варка плодов при изготовлении блюд могут значительно снизить их витаминную ценность.**

Поэтому сохранение витаминов в плодах и ягодах — одна из важнейших задач каждого кулинара.



Компоты из свежих плодов и ягод не требуют продолжительной варки; при изготовлении их большинство фруктов достаточно залить прокипяченным горячим сахарным сиропом и дать настояться. Таким образом в компотах сохраняется

**значительное
количество
витаминов.**



Большое значение для сохранения витаминной ценности сладких блюд из свежих плодов и ягод имеет правильная обработка фруктов.

Не следует хранить длительное время очищенные и особенно нарезанные плоды; надо избегать того, чтобы плоды и ягоды соприкасались с железной или медной посудой и т. п.



Большое значение имеет широкое использование консервированных фруктов (сушеных, быстрозамороженных и т. п.).



Замороженные плоды и ягоды по своим вкусовым достоинствам, питательности, содержанию витаминов почти не отличаются от свежих. В то же время они выгодно отличаются от фруктовых компотов (консервов) тем, что не подвергаются стерилизации, т. е. нагреванию при температуре выше 100°, вследствие чего в них лучше сохраняются вкусовые качества и питательные свойства свежих плодов.



Замороженные плоды могут употребляться после размораживания как десерт, а также в качестве полуфабриката для приготовления компотов, фруктовых салатов, мороженого и других сладких блюд.



В качестве желирующих веществ для приготовления киселей, желе и кремов употребляют желатин, крахмал, главным образом картофельный и значительно реже кукурузный (маисовый).

Плоды, частично поврежденные, тщательно обрезают и используют для приготовления пюре. Плоды и ягоды

промывают два-три

раза в холодной

питьевой воде.



Для изготовления большинства сладких блюд плоды предварительно протирают. Перед протиранием яблоки варят или пекут, груши только варят. Сливы, абрикосы, персики и другие косточковые плоды, за исключением вишен, припускают в сиропе в течение 25—30 минут. Землянику, малину и другие ягоды протирают сырыми.



При очистке у яблок и груш удаляют сердцевину с семенной коробочкой, затем очищают кожицу, оставляя у груш плодоножку.



Требования к качеству сладких блюд.

Сладкие блюда должны иметь цвет, вкус, запах тех продуктов, из которых они приготовлены.

Кисель должен быть однородным, без комков, определенной густоты. Ягодный кисель должен быть прозрачным.

У компота - сироп прозрачный, фрукты и ягоды целые, не разваренные.

Желе и мусс должны

быть однородными,

без комков.

Желе должно

быть прозрачным.



Практическая работа

Кисель из черной смородины

черная смородина - 500 г

сахар - 150 г

вода - 750 мл

крахмал - 50 г

лимонная кислота - 1 г



Приготовление киселя

Смородину перебрать очистить от веточек и листьев, вымыть и протереть через густое сито или через соковыжималку. Если вы используете мясорубку то, отжать через марлю сок.

Полученный сок слить в емкость и поставить в холодильник. Мякоть промыть водой и отжать через марлю. Полученный таким образом второй сок дать отстояться и слить прозрачную часть. Часть от этого сока отделить и смешать с крахмалом, а в остальной части растворить сахар и довести на огне до кипения. Непрерывно мешая, влить разведенный крахмал и снова довести до кипения. Снять полученный кисель с огня, долить первый отжатый сок и лимонную кислоту, разведенную в небольшом количестве воды. Кисель готов.

Компот из ягод

100 г ягод вишни

100 г ягод красной смородины

100 г ягод ирги

1,5 литра воды

сахар по желанию.



Приготовление:

Замороженные ягоды промыть. Ягоды выложить в кастрюлю, залить водой и поставить варить. После закипания, томить на самом маленьком огне 30-40 минут. Процедить. По желанию можно добавить сахар.

ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА «ЯБЛОКИ В ТЕСТЕ»



ПОВТОРЕНИЕ

1. Как классифицируют сладкие блюда?
2. Каким образом можно избежать пленки на поверхности киселя?
3. Какие продукты дополнительно можно положить в компоты для улучшения вкуса?
4. Какие продукты используют для плотности желе?
5. Какой крахмал используют для приготовления молочных киселей?
6. Какие популярные напитки готовили на Руси?
7. Какие продукты, входят в состав пудинга с консервированными плодами?
8. При какой температуре подают холодные сладкие блюда?