**Лекція №5**

**ТЕМА: Асортимент і технологія супів**

**ПЛАН**

1.Значення супів в раціоні харчування. Їх класифікація.

2.Супи на бульонах і відварах.

3.Асортимент і технологія супів-пюре.

4.Технологія прозорих супів, гарніри до них.

5.Супи молочні.

6.Холодні супи.

7.Солодкі супи.

**1.Значення супів в раціоні харчування. Їх класифікація**

Основне призначення перших блюд – це сприяння збудженню апетиту,активізація діяльності травних залоз. Перш за все, це пояснюється наявністю в більшості супів екстрактивних речовин, зовнішнім виглядом (золотавий жир, зелень) . Калорійність супів невелика, проте харчова цінність підвищується з овочами які є постачальниками мінеральних речовин і вітамінів, а також постачальниками води. Бульони і відвари – основа супів; бульон отриманий при варінні кісток, м’яса тварин, птиці, риби; відвар з грибів, різноманітних овочів,бобових ,круп, фруктові відвари та інші.

Вихід супів становить 500, 400, 300, 250 г.

 Супи класифікують за ознаками. Їх поділяють на гарячі - +75С і холодні -+14С. За характером основи супи мають кілька груп. Група супів набульонах і відварах найбільша, додатково її розподіляють за способом приготування на супи заправні, пюреподібні та прозорі. Ці супи різняться за смаком та консистенцією. Співвідношення щільної й рідкої частин у заправних та пюреподібних коливається від 1:1,5 до 1:4. У прозорих супах рідку частину становить бульон, а щільну – гарнір, маса якого 20-75г., коли його подають окремо на пиріжковій тарілочці. Маса гарнірів, що подаються в бульоні (шматок риби, пельмені тощо), більша (100-175г. на порцію).

До складу багатьох супів входять овочі, що містять вітамін С. Зберігання супів на марміті призводить до руйнування вітаміну С, тому терміни реалізації супів обмежені, не більше 2-3 годин при температурі +75С. Макаронні вироби в супах втрачають форму, що значно зменшує строки їхнього зберігання не більше 0,5-0,7годин при тій же температурі.

**2.Супи на бульонах і відварах**

Асортимент і технологія заправних супів. Характерна риса цієї групи – це наявність пасерованих овочів, до багатьох супів уводять пасероване томатне пюре, іноді щі та борщі заправляють борошняним пасеруваням .

 У заправочних супах овочі мають бути добре обчищеними, їх форма нарізання повинна відповідати данному виду супу. Запах, колір і смак – характерні для кожного виду супу із присмаком бульону (відвару), пасерованих овочів та спецій.

 До заправних супів належать: борщі, щі, розсольники; супи картопляні з овочами, крупами, бобовими, макаронними виробами; солянки. У кожної з цих груп є свої особливості приготування, рецептура, форма нарізання овочів.

 При варінні супів продукти закладають у киплячий бульон. Послідовність закладання визначається тривалістю варіння окремих компонентів. При тривалому варінні збільшуються втрати вітамінів, погіршується смак супів, продуки втрачають форму, тому після закладання одного або декілька продуктів супи швидко доводять до кипіння, потім нагрівання зменшують і продовжують варити при слабкому кипінні.

 Порядок закладання продуктів залежить також від реакції їхнього середовища. Кисла реакція середовища затримує розм’якшення продуктів рослинного походження, тому в бульйон спочатку закладають продукти, реакція середовища яких близька до нейтральної, і доводять її до готовності, а наприкінці варіння кладуть квашену капусту чи солоні огірки, які заздалегідь піддають кулінарній обробці.

 Якщо, свіжа білоголова капуста має трохи гіркуватий присмак, і ріпу також перед закладанням в супи слід бланширирувати або промивати підсоленою водою.

 Деякі бобові, як квасоля кольорова однотонна і строката або перлова крупа із синюватим відтінком, мають темні відвари, тому їх відварюють окремо, а потім кладуть у бульйон.

 Супи, до складу яких входять солоні огірки, квашена капуста, щавель варять таким чином:

\*в киплячий бульйон закладають картоплю, варять до напівготовності, після чого закладають продукти, що містять кислоту;

\*після закладання кожного вида продуктів, бульйон повинен кипіти, за 15-20 хвилин варіння закладають крупи або макаронні вироби, за 10 хвилин закладають пасеровані овочі, за 5-10 хвилин до закінчення варіння в супи додають спеції – лавровий лист і перець горошком, після чого досолюють їх за смаком. Крім того у борщі додають цукор, у щі зі шпинату – лимонну кислоту, а в розсольники при необхідності – прокіп’ячений і проціжений огірковий розсіл;

\*мучну песеровку вводять в супи за 10 хвилин до закінчення варки;

\*зварені супи витримують 10-15 хвилин без кипіння, щоб жир сплив і став прозорим.

При подаванні супу в тарілку або супову миску кладуть подрібнені шматки м’яса , птиці, риби, які зберігають в окремому посуді, залиті гарячим бульйоном; наливають порцію супу, додають нерозмішуючи, сметану, якщо вона передбачена рецептурою, посипають подрібненою зеленню петрушки й кропу.

 У борщі для поліпшення їхнього кольору можна додати бурякову фарбу. Її готують у такий спосіб: нашаткований або натертий буряк заливають водою чи бульйоном у співвідношенні 1:2, додають оцет, доводять до кипіння, після чого настоюють 20-30 хв іпроціжують.

**Борщі.** Готують борщі на м'ясо-кістковому, кістковому бульйонах, а також на грибному й овочевому відварах. Основна складова частина борщів – буряк. Для **літнього борщу** використовують не тільки коренеплоди , але й бланшовані черешки й молодий буряк з бадиллям, кабачки, нарізані скибочками, свіжі огірки – часточками, картоплю – великими кубиками. Окремо варять квасолю .

 До складу багатьох борщів входять капуста, картопля, томатне пюре.

 Деякі борщі готують на м'ясо-кісткових бульйонах, у яких додатково варилися шинкові кістки або свинячакопчена грудинка (**борщ московський**), а також інша копченина **(борщ флотський).** Перед подаванням в борщ московський, крім яловичини, додають шинку й нарізані навкіс сосиски по одному шматку на порцію). Окремо в соуснику можна подати сметану, а на пиріжковій тарілці-петрушку або крупеник.

 **Борщ флотський** відрізняється від решти борщів формою нарізання овочів: коренеплоди нарізають скибочками, капусту – шашками, картоплю – кубиками.

 До складу **українського борщу**, крім зазначених продуктів і пасерованих овочів, ще входять болгарський перець та шпик, розтертий з часником. До українського борщу подають випечені пампушки із дріжджового тіста, политі часниковим соусом (часник, розтертий із сіллю змішують з олією і холодною кип’яченою водою).

**Борщ полтавський** з галушками варять на бульйоні із сільськогосподарської птиці . Для цього борщу буряк, моркву і петрушку нарізають скибочками, цибулю і картоплю – кубиками. Готовий борщ заправляють шпиком, розтертим, ріпчатою цибулею і подають із шматочком гуски або курки й галушками. Тісто для галушок готують у такий спосіб: у киплячу підсолену воду насипають третину борошна, добре вимішують і охолоджують до 60 С. Потім додають яйця і решту борошна й замішують тісто. Пласт тіста завтовшки 4-5мм , нарізають квадратами 10-15 мм, варять галушки в підсоленій воді. Деякі борщі, такі як борщ із чорносливом і грибами, борщ з квасолею, борщ із галушками, борщ сибірський (квасоля і фрикадельки) неменш популярні на Україні.

**Щі –** національна російська страва, основною частиною якої є свіжа або квашена капуста, або зелень (щавель, шпинат, молода кропива). У деякі щі додають картоплю, томатне пюре, ріпу .

 Щі готують на м'ясо–кістковому, кістковому бульонах, із птиці (гуски, качки ), риби (щі із квашеної капусти), а також грибному і овочевому відварах. Вегетаріанські щі заправляють пасерованим борошном.

 Для приготування **щів із квашеною капусти з картоплею** промиту холодною водою і віджату квашену капусту перебирають, шаткують або подрібнюють. Картоплю нарізають брусочками або кубиками. Капусту тушкують з томатним пюре і кладуть у суп після доведення до готовності картоплі,варять з момента закипання 15-20 хв. , добавляють пасеровані овочі, щі доводять до готовності.Готові щі заправляють часноком, розтертим з сіллю. Щі з квашеної капусти відпускають з розсипчатою гречаною кашою, крупеником,чи з ватрушками.

 Для **щів добових** дрібно посічену капусту тушкують 3-4години з бульйоном, кістками свинокопчення, жиром і томатним пюре. Пасеровані овочі, нарізані дрібними кубиками, додають наприкінці варіння. Заправляють щі часноком, розтертим з сіллю.Щі відпускають із сметаною і рубленою зеленню.

 **Щі зелені** готують із щавлем і шпинатом. Враховуючи різну кислотність щавелю і шпинату їх припускають окремо у власному соку, а потім протирають. У киплячий бульйон кладуть картоплю, через 5 хв - пасеровану цибулю, після готовності картоплі - підготовлене пюре з шпинату та щавелю і варять 15 хв, за 10 хв до кінця варіння в щі додають спеції, заправляють пасерованим борошном, розведеним бульйоном. Відпукають з часточкою звареного яйця, наливають щі, додають сметану й посипають зеленню петрушки та кропу. Щі зелені також можна готувати з концервованого щавля, шпинату та суміші щавеля і шпината.

**Щі з щавелю** готують також, як вказано щі зелені, але перед відпуском заправляють льєзоном (суміш з молока або вершків і 2 ½ шт. яйця на 1000 гр супа). Для його приготування сирі яєчні жовтки розмішууть , поступово додаючи охолоджене кип’ячене до 60-70 С молоко або вершки.Суміш нагрівають на водяній бані до загущення, а потім проціджують. При відпуску у щі кладуть яйце, сметану і окремо подають грінки.

 **Розсольники.** Обов’язковою відмінною особливістю є те, що в рецептуру розсольників включають солоні огірки, ріпчасту цибулю і білі коріння (петрушки, селери, пастернака). Крім того, пасеровану цибулю і біле коріння додають у розсольники трохи більше, ніж в інші супи. Частину цибулі ріпчастої можна замінити пореєм, їх нарізають соломкою і пасерують.

Білі коріння та моркву шаткують і пасерують , картоплю нарізають брусочками або часточками. Солоні огірки нарізають соломкою чи ромбиками. При обчищенні огірків з грубою шкіркою й крупними насіннями норму закладання солоних огірків (за брутто) збільшують. Підготовлені огірки припускають в невеликій кількості бульйону або води 15 хв. і додають до супів наприкінці варіння, якщо вкус розсольника недостатньо гострий – можна добавити огірковий розсіл, попередньо проціжений і прокип’ячений. Подають розсольник зі сметаною й зеленню петрушки й кропу (за виключенням з рибними продуктами). До розсольників на м’ясних бульйонах можна подавати ватрушки з сиром, а з рибним – расстєгаї.

 Для приготування розсольнику в киплячий бульон закладають нарізану брусочками картоплю і варять 10 -15 хв., потім додають пасероване коріння й цибулю, нарізані листки шпинату або щавлю, припущені огірки і спеції. Доводять до смаку, додають сіль і підготовлений заздалегідь огірковий розсіл.

 Розсольники розрізняють за набором продуктів : у **розсольник домашній** додатково кладуть капусту і моркву; у **розсольник ленінградський** чи (пітерський) – перлову, рисову, пшеничну або вівсяну крупу й томатне пюре; у розсольник по-россошанському – томатне пюре, але овочі і томатне пюре пасерують на шпику або свинячому розтопленому салі.

 **Розсольник московський** відрізняється більшою кількістю білого коріння. Готують його зі щавлем, шпинатом, але без картоплі. Готовий суп заправляють льєзоном. Після заправлення кип’ятити його не можна, щоб білки не зсілися. Подають з куркою, потрухами птиці або нарізаними нирками.

 Супи картопляні з овочами, крупою, бобовими і макаронними виробами. Із картоплі й овочів можно приготувати різний асортимент перших страв.Ці супи готують вегетаріанськими і на бульйонах. Готують Їх з яловичиною, бараниною, свининою, птицею, консервами, пельменями та іншими м’ясними продуктами, а також з грибами,рибою, рибними фрикадельками, морепродуктами. Форма нарізання картоплі (часточки ,кубики, брусочки) має поєднуватися з формою нарізання інших складових у супі продуктів.

 Для приготувння **юшки картопляної** в киплячий бульйон закладають підготовлену картоплю, доводять до кипіння, кладуть пасерованіцибулю, моркву, томатне пюре і варять до готовності (за 10-15хв до кінця варіння додають спеції, сіль). Замість томатного пюре краще використовувати свіжі помідори. Отпускають супи посипаючи зеленню. До картопляних і овочевих супів подають пиріжки, кулеб’яки.

 Готуючи **юшку картопляну з грибами**, заздалегідь відварюють гриби, нарізають скибочками або соломкою, злегка обсмажують і додають в суп разом з пасерованними овочами.

 До цієї групи супів належать **юшка селянська з крупою** (перловою, рисовою, вівсяною, ячмінною, пшеничною, пшоном, пластивцями «Геркулес»), суп з овочів (з капустою цвітною, брюссельскою або білоголовою, ріпою, зеленим горошком, з квасолею овочевою свіжою, грибами зі щавлем). У супи картопляні з крупами, бобовими, макаронними виробами томатнепюре не додають.

 Для **юшки польової** пшоно промивають теплою водою, бланшують. Подрібнену цибулю кубиками пасерують на попередньо обсмаженому шпику, нарізаному кубиками. У киплячий бульйон кладуть пшоно, через 5-19хв. – картоплю (кубиками) і цибулю, пасеровану на шпику, за 5-10 хв додають спеції, сіль.

**Юшки з макаронними виробами, домашньою локшиною, крупою й бобовими** варять на кістковому і м'ясо-кістковому бульйонах з яловичиною, бараниною телятиною (грудинка), пельменями або галушками, із крупою та м’ясними фрикадельками , індичкою, куркою, субпрод уктами птиці, м’ясними консервами, свіжими або сушеними грибами. Юшки з бобовими рекомендують готувати з свининою, сирокопченим окостом, копченою корейкою і грудинкою. Моркву, цибулю, біле коріння нарізають кубиками або соломкою. Відварні макаронні вироби легко деформуються, тому їх підварюють невеликими порціями.

Для приготування грузинської національної страви - **супу-харчо** варять бульйон з баранячої чи з яловичиної грудинки, посіченою на шматочки вагою 25-30гр. У киплячий бульйон додають замочену рисову крупу, цибулю, томатне пюре й варять до готовності. За 5 хв.до закінчення варіння суп заправляють сіллю, соусом ткемалі, розтертим часником, перцем , хмелі-сунелі (набір меленої сушеної зелені). Перед подаванням посипають свіжою кінзою,петрушкою.

**Солянки (селянки) –**це характерні супи російської кухні**.** Готуються на концентрованому м’ясному бульйоні. Гострий смак обумовлений тим, що в склад цієї групи супів входять солоні огірки, томат-пюре,каперси, маслини, оливки, лимон.

Томати містять фарбуючий каротин і лікопін, що при пасерувані розчиняються в жирі, й тим самим додають красивий червоний колір супу. Майже всі солянки готуються без моркви і білих коренів.

 Для приготування **солянки збірної мясної**, ріпчату цибулю тоненько шаткують і пасерують на вершковому маслі, додаючи томат- пюре і разом продовжують пасерувати. Огірки солоні після видалення грубої шкірки й насінин промивають , нарізають скибочками або ромбиками і припускають в бульйоні 15 хв. Відварні м’ясопродукти (яловичина, телятина, окіст, нирки, сосиски, сардельки) нарізають тонкими скибочками.

 В киплячий бульйон закладають пасеровану цибулю з томатним пюре, припущені солоні огірки, набір м’ясних продуктів ,каперси з розсолом, спеції і кип’ятять 5-10 хв. Перед подаванням на стіл додають маслини, сметану, посічену зелень петрушки, скибочку лимона, обчищеного від цедри.

 **Солянку збірну із субпродуктів** варять так само, як і солянку м’ясну . У **солянку домашню** додають картоплю, але каперси і оливки не додають. **Солянку по-ленінградському** готують без томату (із сосисками , окістом, гускою).

 При варінні **солянки рибної** рибу осетрових порід кладуть у бульйон порціонними попередньо ошпареними шматками і проварюють. Хрящі доводять до готовності окремо. Рибу з кістковим скелетом (судак, тріска, окунь морський, зубатка плямиста),чисте філе зі шкірою без кісток, нарізають (1-2 шматки на порцію) і припускають у бульйоні**. Солянку донську** готують також з осетрової риби, додають пасеровану моркву, лук, петрушку частину томату заміняють свіжими помідорами.

 Якщо солянку готують **з сільськогосподарської птиці або пернатої дичини,** то замість варених м’ясопродуктів можна класти смажену птицю чи дичину**. Солянку грибну** готують із білих свіжих і сушених грибів. Варені свіжі або сушені гриби шаткують й кладуть у киплячий відвар одночасно з іншими продуктами та спеціями. Асортимент продуктів (за винятком м’ясних ) і приготування цієї солянки ті самі, що й для солянки збірної м’ясної. Відпускають зі сметаною.

**Капусняк запорізький.** Спосіб приготування:варять картоплю в бульйоні до напівготовності кладуть пасеровану цибулю і коріння, сіль,сало розтерте з часником і зеленню, заправляють чорним перцем і лавровим листом. Подають зі сметаною.

**3.Асортимент і технологія супів-пюре**

Супи-пюре готують із овочей, круп, бобових, з птиці, печені, грибів та інших продуктів. Супи-пюре готують вегетаріанськими, на кістковому бульйоні або на відварах чи бульйонах, які отримують при варінні, припусканні продуктів, а також на цільному молокі чи суміші молока та води.

 Продукти, які призначені для супів-пюре, варять, тушать, припускають до повної готовності, а потім протирають. Щоб часточки протертих подуктів були рівномірно розподілені по всій масі та не осідали на дно посуду, в супи додають білий соус (мука пасерована з жиром або без нього з додаванням бульону чи овочевого відвару). Для підвищення харчової цінності і смакових якостей супи ,окрім «супа –пюре із бобових» , заправляють вершковим маслом і горячим молоком, вершками або льєзоном (яєчно-молочною суміщю). Заправку уводять в готові супи-пюре, після чого їх не кип’ятять. Для приготування яєчно-молошної суміші яєчні жовтки розмішують, поступово додають в кип’ячене молоко остивше до70С і потім прогрівають на водяній бані до загустіння, проціжують. Готові супи-пюре до реалізації витримують на водяній бані при температурі 80-85 С. До всіх супів-пюре можна подавати окремо пшеничні або кукурудзяні хлоп’я, пиріжки, грінки. Можна використовувати круп’яну муку промислового виробництва (для супів-кремів).

**Супи-пюре з овочів і грибів.**  Моркву, кабачки, гарбуз, огірки, помідори, гриби припускают, решту овочів варять. Перед закінченням додають пасеровану цибулю, коріння і доводять усе до готовності. Розм’якшені продукти протирають разом з відваром і з’єднують з рідкою основою. Супи заправляють і подають із грінками (нарізаними дрібними кубиками без скоринок).

**Супи-пюре із круп і бобових.** Крупи й бобові вироби розварюють,додаючи пасеровану цибулю і коріння, протирають разом з відваром. Супи з бобових льєзоном не заправляють. Як гарнір можна використати частину непротертої крупи. Для зменшення втрат сухих речовин при виготовленні круп’яних супів можна використовувати борошноіз крупи. Так , технологія виготовлення супів спрощується: борошно розводять теплою (40-50 С ) водоюабо бульйоном, проварюють 10-15 хв. і заправляють продуктами , передбаченими рецептурою. При цьому варіння супів скорочується в 6-8 разів.

**Супи-пюре із субпродуктів і птиці.** Печінку обсмажують і тушкують до готовності, птицю варять. Готові продукти пропускають через м’ясорубку, потім протирають. Далі супи готують за загальною схемою.

 Подрібнені на мясорубці продукти можна розтерти у ступці з вершковим маслом й остудити, потім отриманою масою заправити білий соус і обережно розмішуючи, увести в суп, не доводячи його до кипіння, щоб уникнути «відсмалювання».

**Біски.** Біск – пюреподібний густий суп з раків, лобстерів, крабів, морської риби. Для цього моркву, селеру й картоплю припускають із вершковим маслом у каструлі з товстим дном. Потім додають 12 крабів і варять до темно-коричневого кольору.Підпалюють декілька ложок бренді і виливають на крабів, потім посипають двома столовими ложками борошна й ретельно розмішують. Додають 2л. рибного бульйону, 150 гр. сухого білого вина,2 ст.ложки томатного пюре, букет гарні й варять наповільному вогні 45хв. Отриману суміш протирають крізь дрібне сито,підігрівають,заправляють вершками.

**Креми**-протерті супи, які готуються на основі відвареного у підсоленому молоці рисового борошна, а також різних круп і вівсянки.

**Суп-крем з рису**. У молоко додати прянощі і довести до кипіння на повільному вогні. Заварити рисове борошно, попередньо розвівши його у холодному молоці. Додати вершки і кип’ятити 20 хв. на повільному вогні та процідити. Отриманий суп- крем можна використовувати як основу для інших супів. Щоб приготувати **суп-пюре з кореня селери**, необхідно відварити селеру, потім прогріти її з вершковим маслом 10 хв, додати сіль, перець, цукор, протерти і змішати із супом-кремом з рису. На 150г кореня селери треба взяти 1 л супу-крему з рису.

**Суп-крем з курки.** Необхідно відварну дрібно посічену курку перемішати з невеликою кількістю вершків і розтерти у ступці. Потім протерти крізь сіто і з’єднати з супом-кремом з рису.Перед подаванням заправити вершками.

**Крем «Дюбарі»** готують з із цвітної бланшованої капусти, обсмажують із пореєм, борошном, вливають курячий бульон, молоко, додають букет гарні, варять до розм’якшення, видаляють букет гарні і заправляють вершками .

**Велюте** - це протерті супи, відрізняються від інших тим, щоїх заправляють яєчними жовтками, змішаними з декількома столовими ложками вершків або молока ( 3 жовтки, 100мл вершків на 1 л супу), вершковим маслом.

**Рибний велюте з каррі.** Каррі пасерують з цибулею, додають букет гарні (гілочка петрушки, 1 лавровий лист, 1 гілочка чебрецю) **,** сіль, перець і варять10хв., додають суп-пюре з рису і знову доводять до кипіння. Заправляють вершковим маслом.

**Для курячого велюте ,** пасерують цибулю , селеру.Борошно розводять з бульйоном, кладуть куряче м'ясо , букет гарні (під час приготування страв набір спецій загортають у листя порею), варять 40 хв. Вийняти букет. Всі інгридієнти подрінити, протерти і заправити маслом і льєзоном.

**Велюте «Аньєз-Сорель».** Шаткують підготовлені гриби й кладуть у курячий велюте, заправити маслом і льєзоном. Перед подаванням в тарілку кладуть подрібнені гриби, куряче м'ясо, язик.

 Велюте з раків готують так само, як біски, але перед подаванням на стіл поступово додають суміш з двох жовтків і 225 мл кип’ячених вершків.

**4.Технологія прозорих супів, гарніри до них**

Прозорі , прояснені бульйони – кістковий, рибний, із птиці є основою для приготування прозорих супів з гарнірами. Супи прозорі відрізняються від інших супів меншим виходом: у порційних мисках їх подають - 400г, в бульйонних чашках - 300 г на порцію

 Прозорі бульйони (прояснені) одержують у такий спосіб: в готовий бульйон додають розчин білків (екстрати із сирого м’яса та розчин яєчних білків), потім бульйон перемішують для рівномірного розподілу по всьому об’єму і нагрівають. При нагріванні білки денатурують і осідають у вигляді клаптиків, завдяки чому він стає прозорим.

Для прояснення бульйонів роблять **відттягування.**

Котлетне м'ясо пропускають, крізь мясорубку, заливають холодною водою при рідинному коефіцієнті 1:1,5, додають сіль і настоюють на холоді 1-2 год. Готовніть відтягування визначають за зміною кольору: січене м'ясо повинно мати сіруватий кольор, а водна витяжка – червоний. При настоюванні з подрібненого м’яса естрагують водо- і солерозчинні білки, у тому числі і міоглобін, що зумовлює забарвлення м’язової тканини. Наприкінці настоювання у відтяжку додають збиті яєчні білки й перемішують.

 Крім традиційного способу прояснення бульйонів, також рекомендується прояснення їх відтяжкою, приготовленою із суміші моркви з яєчними білками. Для цього знадобиться 1000гр бульйону,суміш із обчищеної моркви (100гр брутто) і збиті білки (півтора яйця),ретельно перемішують .

**Рибний бульйон (уха або юшка).** Рибний бульйон має бути прозорим, із блискітками жиру на поврхні. Подають його із фрикадельками або розтягаями.

 В юшку із стерляді додають забарвлене вершкове масло (попередньо пасеруютьподрібнену на терці моркву, проціжують). Окремо подають лимон і дрібно нарізану зелень петрушки.

 На основі рибного бульйону готують **юшку ростовську.** (з картоплею, помідорами, нарізаними часточками і філе судака).

 **Бульйон із птиці.** Бульйон зкурей або індичок можна приготувати без прояснення.У разі потреби його прояснюють відтяжкою кісток птиці з додаванням води солі і яєчного білка. Бульйон із птиці має бути жовтуватого кольору із блискітками жиру.

 При дегустації цієї групи супів найбільш жорстокі вимоги висуваються до прозорості бульйонів. М’ясний бульйон має бути знежирений ,світло-коричневого кольору, а із птиці і риби – бурштинового кольору. Запах і смак яскраво виражені.

 У **прозорі супи (консоме)** передподаванням рекомендують влити шеррі, мадеру або портвейн 100-200мл на 1 л..Щоб додати східного смаку , вливають світлий або темний соєвий соус, рисовевино чи херес, тоненько нарізаний корінь імбиру, кубики тофу, паростки бамбука, сої, сушені креветки. Консоме можна заправити натертою цедрою, тертим сиром «Пармезан» або «Грюйєр».

Відомі гарніри до прозорих супів:

\*невеликі варені креветки,

\*жульєн з м’яса курчати або суміші овочів,

\*кульки з моркви, ріпи,

\*соломка тоненьких млинчиків,

\*жульєн із грибів, і свіже листя кервелю,

\*бланшовані фігурки з перцю,

\*пелюстки маслин і гілочки зелені петрушки,

\*злегка обсмажені скибочки печериць,

\* сирні нелі та сирні палички,

\*курячі кнелі, галушки з курей з печерицями та ін.

\*грінки,

\*гарніри із круп і борошняних виробів,

\*гарніри з м’яса, птиці дичини, риби,

\*гарніри з яєць,

\*гарніри з овочів.

**5.Супи молочні**

Молочні супи готують на цільному або розведеному водою молоці. Свіже молоко іноді заміюють консервованим (сухим або згущеним).

 Супиварять із крупами(рис,пшоно,манна, ячмінна, «Геркулес»), макаронними виробами, галушками , профітролями, овочами (гарбузом, ріпою, морквою, кабачками, капустою, луком пореєм, зеленим горошком, бобами та ін.). В овочеві супи можна додавати невелику кількість манної крупи, пшона, макаронних виробів. Супи можна подавати з грінками .

 Технологія супів наступна: у молоко, доведене до кипіння, кладуть підготовлені продукти й варять до готовності, додаючи наприкінці варки сіль та цукор. Перед подаванням заправляють вершковим маслом. Але як правило , супи готують не на цільному молоці, а на розведенному водою.

 У молочних супах рідка основа має бути кремового кольору із солодкуватим присмаком. Гарнір супу не переварюють, продукти повинні добре утримувати форму.

**6.Холодні супи**

За рідку основу для супів цієї групи використовують квас. На хлібному квасі готують окрошки, юшки з буряків.

 Для приготування окрошок жовтки зварених яєць розтирають із цукром, сіллю, гірчицею, частиною сметани (відповідно рецептури), суміш розводять квасом; білки подрібнюють. Чверть необхідної кількості зеленої цибулі розтирають із сіллю й додають у підготовлену рідку основу супу.Решту цибулі разом із кропом кладуть перед подаванням до столу.

 Свіжі огірки з тоненькою шкіркою й дрібним насінням не обчищають, тому норму закладання брутто зменшують. Всі продукти для окрошок нарізають дрібними кубиками або соломкою. Перед масовим подаванням нарізані і перемішані продукти зберігають на холоді без рідкої основи. Потім суміш кладуть у миску, заливають заправленим квасом, додають сметану, що залишилась і посипають дрібно нарізаним кропом.

**7.Солодкі супи**

Супи готують із свіжих або сушених плодів та ягід. Свіжі плоди перебирають, промивають. Яблука й груші обчищають від шкірки і насіннєвих гнізд, які використовують для відварів, інші плоди нарізають скибочками та кубиками. Сушені плоди і ягоди, перебрані й промиті, сортують за видами і замочують для прискорення їхнього розм’якшення під час варіння.

 Для варіння сушені плоди і ягоди заливають холодною водою, а свіжі кладуть у гарячу воду й варять.Зі свіжих ягід віджимають сік (зберігання на холоді), мезгу заливають водою, проварюють і проціджують.

 Потім у відвари додають цукор і кип’ятять. Далі вливають крохмаль , розведений охолодженим відваром (співвідношення1:4), знову доводять до кипіння. Сік з ягід вливають в останню чергу.

 При приготуванні солодких супів використовують такі смакові добавки: корицю, гвоздику, лимонну кислоту, цедру цитрусових плодів.

 Технологія приготування супу з цитрусових. Апельсини , мандарини, миють, очищають від шкірочки й нарізають кружечками . Цедру шаткують , бланшують (видалення присмакугіркоти), проціджують і знову заливають гарячою водою , додають цукор, кружечки цитрусових і варять 3-4хв. Потім додають розведений крохмаль, доводять до кипіння, прохолоджують і вливають виноградне вино. За основу для солодких супів можуть правити фруктово-ягідні сиропи, екстракти й пюре.

 Промисловістьвипускає напівфабрикати – супи фруктові. Консервовані з яблуками, сливами, айвою. Напівфабрикати кладуть у киплячу воду, доводять до кипіння, заварюють крохмалем, знову нагрівають до кипіння і прохолоджують.

 Солодкі супи подають із крупами, макаронними виробами, пластівцями, пудингами,запіканками. Такі супи мають кисло-солодкий смак ягід і плодів; гарнір мусить добре утримувати форму. Супи можна подавати зі збитими вершками або сметаною.

**Контрольні запитання**

1. Як класифікують супи за рідкою основою?

2. Яку температуру подачі мають гарячі і холодні супи?

3. Чому борщі, щі, розсольники, солянки називають заправними супами?

4. Як приготовляють відтяжку до прозорих супів?

5. Назвіть гарніри, які використовують до прозорих супів?

6. Чим відрізняються супи-пюре від супів-кремів?

7. Як готють супи велюте?

8. Як готують і подають солодкі супи?