

ГБПОУ «КЦО №1»

Жарка мяса порционными кусками

Преподаватель: Булатова А.П

2018

Жарка порционных и более мелких кусков

- Порционные и более мелкие куски чаще всего жарят с небольшим количеством жира и реже — в большом количестве жира (фритюре).
- Первым способом жарят натуральные и панированные куски сырого мяса, а вторым — только панированные. Значительно реже применяют обжарку на вертеле или решётке.
- Для жарки тонких порционных кусков мяса — лангета, антрекота — употребляют железные или чугунные сковороды. Натуральные свиные и телячьи котлеты, филе, бифштексы рекомендуется жарить в мелких сотейниках, на толстодонных лужёных противнях или на чугунной сковороде.
- Порционные панированные куски жарят на железных сковородах или противнях.
- Непосредственно перед жаркой мясо посыпают солью и перцем.

- Для жарки куски укладывают в посуду с жиром, предварительно разогретым до температуры 130—140°.
- После образования корочки с одной стороны мясо переворачивают. В процессе жарки температура не должна снижаться; только толстые куски мяса (филе и бифштексы) дожаривают при более низкой температуре.
- Порционные натуральные куски жарят до полной готовности.
- Готовность мяса определяют по отсутствию кровянистого сока при проколе иглой или по степени упругости кусков при нажиме.
- Умение определять готовность мяса по упругости приобретается путем практического навыка.
- Над углями на решётке или без неё в шашлычной печи обжаривают мясо в натуральном виде; продолжительность жарки колеблется от 8 до 20 минут



- В результате жарки образуется на поверхности мяса специфическая корочка, состоящая из сложных органических соединений и обладающая характерным вкусом и ароматом.
- Многие органические соединения корочки возбуждающе действуют на пищеварительные органы человека, вследствие чего повышается усвояемость пищи.
- При жарке из мяса испаряется вода, а растворимые органические соединения и соли остаются, благодаря этому жареное мясо более вкусно, ароматно и питательно, чем вареное.

Эскалоп



Эскалоп из свинины или телятины с гарниром

- Подготовленные полуфабрикаты по два куска на порцию жарят основным способом до готовности.
- При отпуске эскалоп кладут на подогретое порционное блюдо и поливают мясным соком, сбоку размещают букетами сложный гарнир, состоящий из 3—4 видов различных продуктов.
- Эскалоп можно подать на поджаренном ломтике пшеничного хлеба (крутоне).

Продукты на порцию (в г): свинина (корейка) 129 или телятина (корейка) 180, масло сливочное 15, гарнир готовый 150, хлеб пшеничный 35.

Эскалоп из свинины



Эскалопы под маринадом

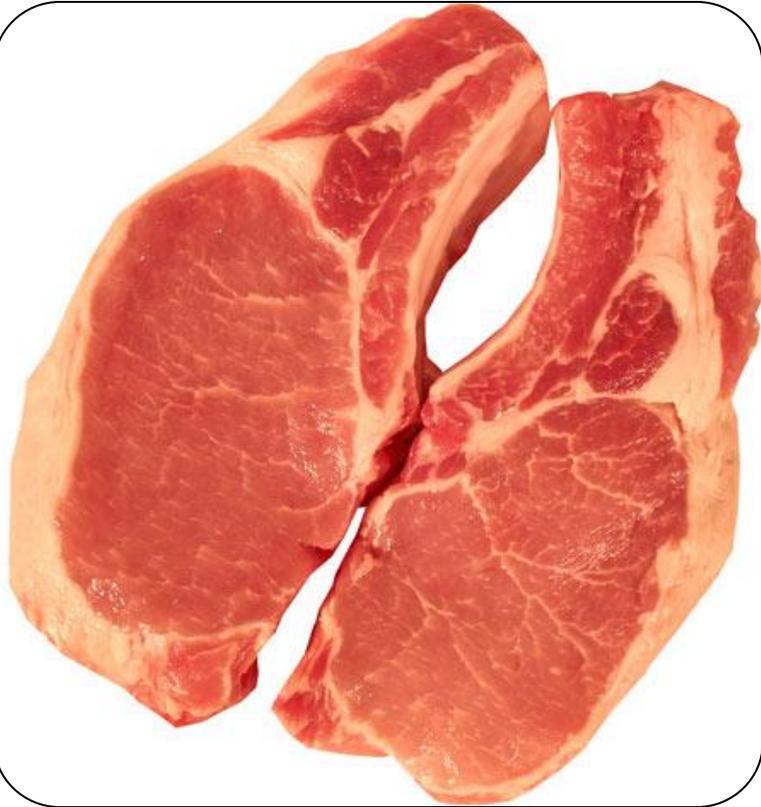
Эскалоп отличается от отбивной тем, что: 1 - не имеет косточки, 2 - не обваливается в панировке.

- Если его пожарить - получится просто кусок жареного мяса. Отбивать каждый кусок. нужно тонко, чтобы толщина куска была около 10 мм.
- Теперь их надо замариновать. (Каждый кусок кладется в мисочку. На него выливается чайная ложка меда, столовая ложка лимонного сока или уксуса, чуть соли). Маринуется все это часа четыре.
- Каждый кусок обжаривается с двух сторон на сильном огне на смазанной маслом сковородке.
- Поджаренные куски складываются стопочкой и выдерживаются в этом положении еще час. Потом мясо нужно выложить на сковородку, залить остатками маринада, закрыть крышкой и протушить примерно минут 30.





Котлета натуральная с КОСТОЧКОЙ



Котлеты отбивные из свинины или телятины, или баранины

- Подготовленные полуфабрикаты жарят основным способом до образования поджаристой корочки, после чего ставят в жарочный шкаф для дожаривания на 5—10 минут.

Котлета свиная отбивная

- Подают котлету на порционном блюде, рядом с мясом укладывают букетами простой или сложный гарнир, состоящий из 3—4 видов различных овощей — жареный или отварной картофель, тушеную капусту, зеленый горошек, цветную или брюссельскую капусту и т. д.
- При отпуске котлету поливают сливочным маслом, на косточку надевают папильотку.

Продукты на порцию (в г): баранина (корейка) 169 или телятина (корейка) 176, или свинина (корейка) 136, сухари для панировки 15, яйца 1/7 шт., жир для жарки 10, масло сливочное 5, гарнир готовый 150.

Натуральная котлета





Продолжительность жарки

- Ягнячьи (бараньи) котлеты или отбивные — намазать растопленным сливочным маслом, жарить по 3-4 мин с каждой стороны при высокой температуре и 8 мин с каждой стороны при более низкой температуре.
- Свиные отбивные котлеты — жир срезать (по желанию), смазать их растопленным сливочным маслом, жарить по 5 мин с каждой стороны при высокой температуре и по 10-15 мин при более низкой.

Бифштекс







← **Прожаренный**

Полупрожаренный →



← **С кровью**



Бифштекс с кровью



Продолжительность жарки

- Бифштекс (1,5 см толщиной) — намазать растопленным сливочным маслом. жарить при сильной температуре по 2-3 мин с каждой стороны, после чего температуру убавить.
- Если вы хотите, чтобы мясо осталось розовым в середине, его следует печь еще по 2 мин с каждой стороны.
- Если вы желаете, чтобы бифштекс был средне прожарен, жарьте его по 2-3 мин с каждой стороны при сильном режиме и по 4-5 мин при более слабом.
- Для хорошо прожаренного бифштекса требуется жарить его по 2-3 мин при сильном режиме и от 6 до 10 мин при более слабом.

Бифштекс с яйцом





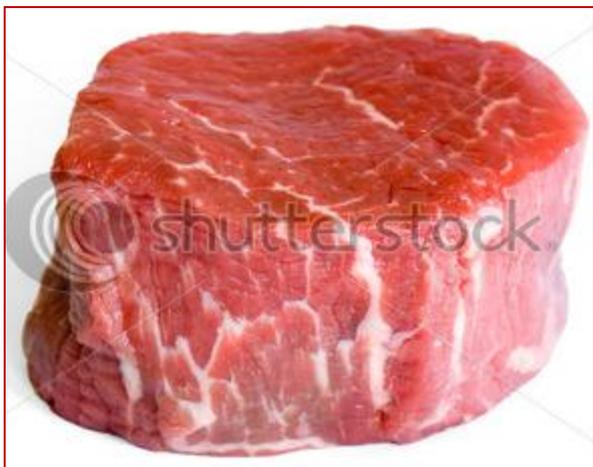
Антрекот



Антрекот с картофелем

- **Подготовленный полуфабрикат жарят основным способом с обеих сторон до готовности.**
- **При отпуске антрекот кладут на подогретое порционное блюдо, сбоку помещают гарнир — картофель жареный всех видов, строганый хрен и поливают соком. На антрекот укладывают кружочек зеленого масла. Если на гарнир используется картофель в молоке, то его подают отдельно.**

филе



Филе с гарниром

- Подготовленные порционные куски вырезки кладут на сковороду с разогретым до 140—150° жиром и жарят до нужной степени прожарки (так же, как ростбиф) с обеих сторон.
- Подают филе на подогретом порционном блюде, рядом с мясом укладывают гарнир — картофель жареный или картофель фри (брусочками).
- При отпуске мясо поливают мясным соком.

Продукты на порцию (в г): мясо (вырезка) 161, масло сливочное 5, готовый гарнир 150, жир 3.

Лангет



Лангет натуральный

- Подготовленные полуфабрикаты по 2 куска на порцию жарят основным способом с обеих сторон до готовности.
- Подают лангет на подогретом порционном блюде, рядом с мясом укладывают жареный картофель или букетами сложный гарнир, состоящий из отварного или жареного картофеля, моркови, зеленого горошка, цветной или брюссельской капусты, фасоли и т. п.
- При отпуске лангет поливают соком.

Что же такое стейк?

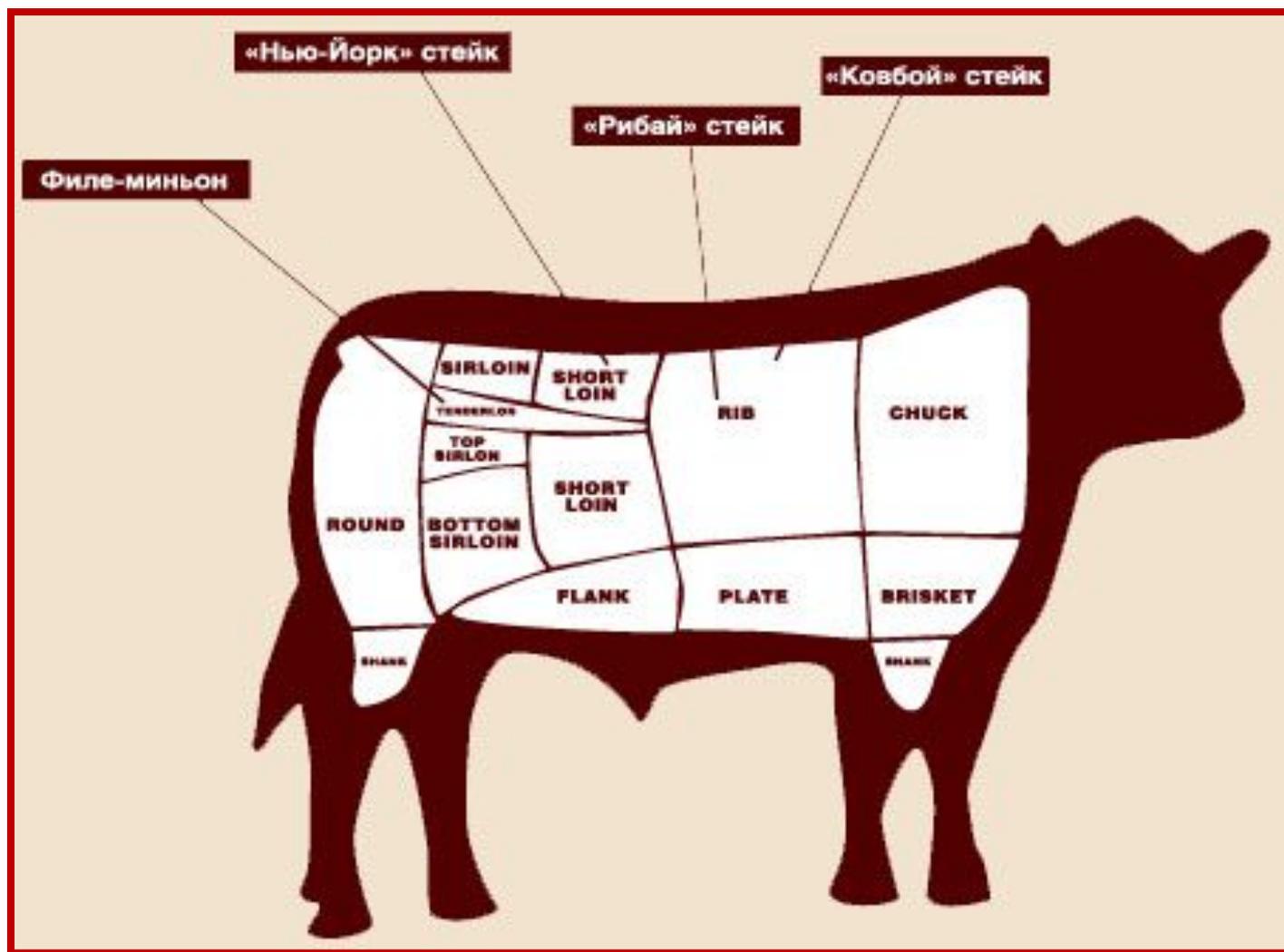


- **Стейк стал популярным в Европе уже давно и теперь покоряет Россию.**
- **В чем разница между стейком и обыкновенным куском мяса?**
- **На первый взгляд стейк — это кусок хорошей вырезки, слово так и переводится с английского — «вырезка».**
- **Однако мясо для стейка вырезают лишь из тех участков туши животного, которые не были задействованы в движении его мышц.**
- **Так как такого, не огрубевшего мяса в животном мало, то стейк считается деликатесом.**
- **Идеальный стейк должен быть приготовлен не на сковороде, а на раскаленном камне, как это делалось в древние времена.**
- **Согласно легенде, стейк был впервые приготовлен в походных условиях аборигенами Аргентинской пампы, которые и положили начало специальной технологии обработки мяса на камнях.**

Существует множество разновидностей стейков:

- **Стейк-филе и филе-миньон.** Мясо находится в межреберной части туши животного и поэтому всегда было не подвижно. Такое мясо готовится очень быстро, а поскольку его волокна очень эластичны, то обжаренные кусочки стейка просто тают во рту. Считаются наиболее деликатесными видами стейка.
- **Сирлойн.** Мясо расположено в набедренной части туши и имеет менее эластичную, чем стейк-филе и филе-миньон структуру.
- **Фермер.** Мясо находится ближе к брюшной полости и обладает специфическим молочным привкусом.
- **Ром-стейк.** Вырезка тонко нарезанная и отбивается специальным молоточком Этот стейк рекомендуется любителям тщательно пожаренного мяса.
- **Родео-стейк.** Мясо расположено строго под седлом. Такое мясо более грубо и требует особых кулинарных навыков в приготовлении.
- **Смешанный стейк.** Возможность насладится вкусом всех стейков сразу.
- **Тар-Тар.** Подается в виде мелко нарубленных кусочков сырого мяса под особым маринадом со специями.
- Кроме традиционного из говядины существуют также стейки баранины на косточках и куриный стейк.

Стейк - это хороший кусок мяса



С чем же едят стейк?

- Особую пикантность стейку придают специальные соусы, предлагаемые в качестве дополнения к мясу.
- Стейк обычно подается с соусами тартар, чесночным, паприка или со сливочным маслом на травах.
- Соус «тартар» готовится на основе майонеза с добавлением корнишонов, каперсов и свежих трав.
- Соус паприка содержит в себе перец и потому является более острым.
- Соус чесночный придает мясу специфически нежный вкус.





Мясо (стейк) с жареной картошкой



Шашлык по – карски

- Это название берет начало от неприступной турецкой крепости Каре, взятой русскими войсками в Крымскую войну. Именно с тех пор шашлык становится модным блюдом в петербургских ресторациях. До той поры дичь на вертеле предпочитали жарить обернутой в плотную бумагу
- Почечную часть баранины обмыть, зачистить, срезав сухожилия, сделать надрезы, чтобы во время жаренья куски баранины не стягивало, и нарезать по одному куску (250 г) на порцию. Почки так-же обмыть и разрезать пополам.
- Подготовленные баранину и почки сложить в посуду, посолить, посыпать перцем, мелко нарезанным репчатым луком и зеленью петрушки, сбрызнуть уксусом или лимонным соком, и в таком виде оставить на 2-3 часа для маринования.
- Перед жареньем каждый кусок баранины надеть на металлический вертел, добавив с обеих сторон куса по половинке почки, и жарить над углями без пламени. Во время жаренья вертел нужно поворачивать, чтобы баранина равномерно прожарилась. При отсутствии жаровни шашлык можно жарить на сковороде.
- Готовый шашлык снять с вертела и подать целым куском вместе с почками, положив на тарелку кусочек лимона. Сверху шашлык посыпать зеленым луком и зеленью петрушки. Отдельно подать соус “Кетчуп”, “Кубанский* или другой острый томатный соус.
На 500 г баранины - 2 почки, 1 головку репчатого лука, 100 г зеленого лука, 1 столовую ложку уксуса, 1/2 лимона.