**ВВЕДЕНИЕ**

Холодные блюда и закуски находят все более широкое применение в питании человека. Занимают большое место в меню предприятий общественного питания и в ассортименте магазинов кулинарных изделий.

Разнообразие продуктов, входящих в состав холодных блюд, определяет их большое значение в питании. Холодные блюда и закуски готовят из овощей, фруктов, грибов, яиц, мяса, рыбы, мясных и рыбных гастрономических продуктов. В качестве приправ используют заправки: майонез, сметану и различные соусы. Многие холодные блюда и закуски богаты ценными пищевыми веществами и обладают высокой калорийностью (ветчина, буженина, сыры, икра, салат с майонезом и др.).

При удачном сочетании продуктов по вкусу и красивом оформлении холодные блюда и закуски возбуждают аппетит и способствуют лучшему усвоению пищи.

Все холодные блюда и закуски можно подразделить на следующие пять групп: бутерброды, салаты и винегреты, блюда из овощей, блюда из рыбы, блюда из мяса. Поскольку холодные блюда и закуски готовят из продуктов, которые в дальнейшем не подвергаются тепловой обработке, приготовление, оформление, хранение и реализация этих изделий должны производиться в строгом соответствии с санитарными правилами. Холодные блюда и закуски должны быть красиво оформлены. Для оформления в основном применяют продукты, входящие в состав блюда, но выбирают наиболее удобные по форме и яркой окраски: свежие помидоры, красный редис, морковь, раки, зеленый горошек, салат и другую зелень. Температура блюд при отпуске должна быть не выше 12 °С.

Богатый ассортимент и пищевое достоинство холодных блюд позволяют использовать их в качестве основных блюд на завтрак, ужин или дополнять ими меню банкетов.

В холодном цехе используют различный инвентарь и приспособление для облегчения труда повара в виде выемок, ножей для фигурной нарезки и карбования, яйцерезки, формы и т.д.

Посуда для отпуска холодных блюд, закусочные тарелки, салатники, селедочницы, икорницы, соусники, розетки, овальные и круглые блюда, вазы, креманки, должны соответствовать виду изделия, а рисунок сочетаться с оформлением данного блюда.

**Основные продукты, применяемые для приготовления колодных блюд, и их подготовка**

 **Овощи и зелень**. Картофель, свеклу и морковь для салатов и винегретов чаще всего варят в кожице, затем очищают и нарезают непосредственно перед приготовлением блюда. Однако лучше отваривать их предварительно очищенными, тогда качество готовых изделий и их санитарное состояние улучшаются, а срок хранения удлиняется. Свеклу очищают, нарезают и припускают в небольшом количестве воды до готовности. В доведенную до готовности свеклу для восстановления еѐ яркой окраски добавляют 3%-ный уксус (100 г на 10 кг свеклы). Добавлять уксус в начале припускания не рекомендуется, так как удлиняется срок еѐ варки. Морковь, репу, брюкву после очистки варят целиком. Морковь можно очистить, нарезать или нашинковать и припустить с добавлением растительного масла (150–200 г на 10 кг моркови), которое способствует растворению каротина (провитамина А) и лучшему его усвоению.

Быстрозамороженный зеленый горошек, не размораживая, опускают в подсолѐннур кипящую воду и варят до готовности.

Хранят каждый вид отваренных овощей в отдельной посуде при температуре 8–10°С. Срок хранения очищенных овощей с момента отваривания до реализации не должен превышать 12 ч.

Из овощей чаще всего для гарнира и оформления блюд используют морковь, белокочанную и краснокочанную капусту, свежие и соленые огурцы (корнишоны), свежие и маринованные помидоры, листья салата, зеленый лук, зелень петрушки, строганый хрен, лимон. Все сырые овощи подвергают механической кулинарной обработке обычным способом, но повторно промывают их кипяченой водой. Зелень (салат, зеленый лук, петрушку, сельдерей, укроп) тщательно обрабатывают, так как они имеют высокую бактериальную обсемененность, особенно парниковый зеленый лук. Промывать следует такое количество зелени, которое можно использовать в течение 1 ч. До реализации зелень хранят в охлажденном месте.

Рыбные холодные блюда готовят из охлажденных отварных звеньев рыб семейства осетровых, жареных и отварных порционных кусков различных видов рыб (с кожей без костей, без кожи и костей – чистое филе), раков, кальмаров, креветок.

У семги, кеты, лососины отрезают плавники, головы, затем пластуют. Полученные филе с кожей и реберными костями кладут кожей вниз на разделочную доску или стол и срезают реберные кости. Нарезают рыбу, начиная с хвоста, на порционные куски (вначале с большим наклоном ножа – наискось, а далее почти прямо), мякоть разрезают до кожи и отделяют куски от кожи, не прорезая еѐ. Оставшуюся часть рыбы до следующего использования прикрывают зачищенной кожей. Балыки очищают от кожи; если они поступают с позвоночной костью, то срезают филе с позвоночника, зачищают обветренные и подкопченные части и нарезают поперек на ломтики по 2–3 шт. на порцию. Тешу зачищают от реберных костей, обветренной поверхности и нарезают на порционные куски без кожи. Копченых сига, треску, морского окуня зачищают от кожи, срезают филе и удаляют реберные кости.

 Копченые и вяленые рыбы других видов зачищают от кожи и нарезают на куски поперек вместе с костями. Большие экземпляры можно разрезать по позвоночной кости на два пласта, а затем нарезать поперек на порционные куски. Сельдь разделывают на филе с костями или чистое филе.

Кильки, шпроты, сардины, сайру вынимают из банок, у килек удаляют голову, хвост и внутренности. Шпроты, сардины, сайру подают без дополнительной обработки. Целыми можно подать и кильки. Консервы после вскрытия банки осторожно перекладывают в чистую сухую посуду и порционируют. Сок, соус или масло распределяют равномерно вместе с основным продуктом.

Из мяса и мясопродуктов для приготовления холодных блюд используют вареную говядину, язык, ветчину, буженину, окорок, жареную и отварную птицу и дичь, колбасы. Окорок зачищают, удаляют кости, снимают кожу, срезают лишний жир, затем разделывают на удобные для нарезки части. Говядину, свинину, баранину, предварительно обжаренные крупными кусками или отваренные, освобождают от засохшей корочки непосредственно перед использованием. Колбасу (вареную и копченую) перед использованием обтирают сухим полотенцем, удаляют обвязки, надрезают кожу и снимают еѐ в той части, которая предназначена для нарезки. Снимать оболочку задолго до нарезания колбасы не следует, так как батоны при этом загрязняются и быстрее портятся. Если оболочка с колбасы снимается с трудом, то колбасу опускают на 1–2 мин в горячую воду, обтирают насухо чистым полотенцем, надрезают и очищают.

Сыры разрезают на большие куски (прямоугольные – вдоль, круглые – на секторы), зачищают наружную корку и нарезают на порционные куски толщиной не более 2 мм.

 Сливочное масло зачищают, разрезают на бруски с квадратным или прямоугольным торцом, а затем от брусков нарезают порционные кусочки в виде квадрата или прямоугольника толщиной 0,5–1 см. Масло, нарезанное на порции, хранят в холодной воде. Для нарезания масла на порции пользуются гастрономическим или карбовочным ножом. Зачищать и нарезать продукты следует перед подачей и в количестве, необходимом для немедленной реализации.

**Бутерброды**

***Бутерброды*** – наиболее распространенный вид закуски. Для их приготовления используют ржаной или пшеничный хлеб, который нарезают с коркой или без неё на удлинённые ломтики толщиной около 1 см. Используют для бутербродов мясные и рыбные гастрономические продукты и кулинарные изделия, сыры, сырковую массу, повидло, джем, яйца, масло и масляные смеси, различные соусы, овощи, фрукты и другие продукты так, чтобы они хорошо сочетались по вкусу и цвету. Продукты для бутербродов режут тонкими ломтиками в таком количестве, чтобы полностью покрыть хлеб. На ломтик хлеба кладут 1–3 куска продукта, желательно без мелких довесков. Нарезают продукты не ранее чем за 30–40 мин до подачи и хранят в охлажденном месте. Бутерброды бывают открытыми, закрытыми (сандвичи) и закусочными (канапе, тартинки).

**Бутерброды открытые.** Они могут быть простыми и сложными.

Простые открытые бутерброды готовят из одного вида продукта, например бутерброд с маслом, с колбасой, с сыром и т. д. От батона белого хлеба отрезают поперек ломтик длиной 10– 12 см и толщиной 1–1,5 см (30–40 г) и кладут на него подготовленный продукт. Если готовят бутерброды из нежирных продуктов, то хлеб можно предварительно смазать сливочным маслом или сделать из масла розочку и уложить сверху продукта. Открытые бутерброды на ржаном хлебе чаще всего готовят со шпиком, кильками (с яйцом или без него), икрой кетовой, сельдью.

Сложные бутерброды готовят с несколькими видами продуктов. Открытые бутерброды можно украшать листьями салата, шпината, веточками петрушки, укропа, ломтиками свежего помидора или соленого огурца, редиса, кусочками свежего или маринованного перца и др. При этом соответственно увеличивают выход.

**Бутерброд со сливочным, шоколадным, фруктовым маслом или маргарином**. Масло нарезают кусочками различной формы так, чтобы они покрывали большую часть ломтика хлеба.

**Бутерброд с сыром**. Подготовленный сыр нарезают ломтиками толщиной 2–3 мм из расчета один ломтик на бутерброд. Хлеб намазывают маслом или сливочным маргарином и кладут ломтик сыра так, чтобы он полностью покрывал хлеб.

 **Бутерброд с колбасой**. Подготовленную колбасу нарезают: толстые батоны колбасы – поперек по одному куску на бутерброд, тонкие – наискось по 2–3 куска. Хлеб предварительно можно намазать маслом сливочным, маслом с горчицей или маргарином.

 **Сложные бутерброды (ассорти или столичные).** Готовят из нескольких продуктов, хорошо сочетающихся по вкусу и цвету. Нарезанным мясным продуктам, копченостям, семге, филе сельди и другим продуктам иногда придают форму конусообразных трубочек, которые заполняют салатом, майонезом, маслинами, зеленым горошком, рублеными яйцами и др.

Для оформления бутербродов используют свежие огурцы, помидоры, красный стручковый перец сладкий, редис, морковь, зелень, сваренные вкрутую яйца и др. Завершают оформление взбитым сливочным маслом или масляной смесью, которые наносят в виде узоров с помощью кондитерского мешка.

 **Закрытые бутерброды (сандвичи).** С батона белого хлеба срезают корки. Хлеб разрезают поперек пополам и нарезают в длину полоски толщиной 0,5 см. Полоску хлеба смазывают сливочным маслом и укладывают на неѐ тонко нарезанные продукты (мясо или рыбу, икру, сыр и др.), затем накрывают другой полоской смазанного сливочным маслом хлеба, слегка прижимают и нарезают на кусочки длиной 7–8 см. Сандвичи можно готовить двух-, трехслойными и комбинированными. К этому виду бутербродов относят бутерброды дорожные, которые готовят обычно из пшеничного хлеба (городская булка, школьная булочка и др.). Булки нарезают вдоль так, чтобы половинки не распадались. Каждую половинку смазывают сливочным маслом или маслом с наполнителями и вкладывают между ними тонкие ломтики продукта (сыр, колбаса, жареное или отварное мясо, котлеты). Вместе с продуктами можно положить кусочки свежего или консервированного перца сладкого, перья зеленого лука и др.

**Бутерброды закусочные (канапе).** Для приготовления закусочных бутербродов используют подсушенный (поджаренный) пшеничный, ржаной хлеб или выпечные изделия из слоеного теста. Слегка черствый ржаной или пшеничный хлеб очищают от корки, нарезают вдоль батона на полоски шириной 5–6 см, толщиной 1–1,5 см и обжаривают на сливочном масле или маргарине, не засушивая. Поджаренные полоски охлаждают, слегка смазывают сливочным маслом, укладывают по всей длине мясные, рыбные или другие продукты шириной 0,5–1 см, высотой 2–3 мм. Полоски продуктов можно чередовать с нарубленным зеленым луком или яйцами, сваренными вкрутую. Между уложенными продуктами или поверх них тонкой лентой или сеткой выпускают из шприца взбитое сливочное масло или пасты. Затем полоски нарезают в виде прямоугольников, ромбов, треугольников по 2–6 шт. на порцию. Можно изделиям придать форму кружочков диаметром 4 см. По краю кружочка выдавливают селедочное масло, а в середину кладут мелко нарезанный зеленый лук, взбитое масло, рубленые яйца, маслины и др. Хлеб для закусочных бутербродов можно не обжаривать.

**Салаты**

Салаты готовят из сырых, вареных, квашеных, маринованных, быстрозамороженных овощей, грибов, бобовых, сырых и консервированных фруктов, цитрусовых плодов. В некоторые виды салатов добавляют мясо, птицу, рыбу, сельдь, морепродукты, яйца и др. Соединяют нарезанные продукты с заправками в количестве, необходимом для их реализации в течение 1 ч. Салаты заправляют сметаной непосредственно перед отпуском. До соединения с заправкой салат хранят в холодильном шкафу не более 12 ч при температуре 4– 8 °С. При длительном хранении продукты заетриваются, высыхают, что отражается на вкусовых качествах готовых изделий, кроме того, при этом происходит значительная потеря витамина С. Отварные и сырые овощи для салатов нарезают в виде кубиков, ломтиков, кружочков, соломки. Салаты подают как самостоятельное блюдо в салатницах или на блюдах и мелких тарелках. Салаты из зелени и овощей можно отпускать в качестве дополнительного гарнира к различным блюдам из мяса и рыбы.

Для оформления используют листья зеленого салата, зелень укропа, петрушки, сельдерея, зеленый лук, яйца, мясные и рыбные продукты, фрукты, цитрусовые плоды, а также продукты, входящие в состав салатов и имеющие яркую окраску (перец красный сладкий стручковый, помидоры, огурцы и др.).

 **Применяют два способа оформления салатов**.

Первый способ: охлажденные продукты, входящие в состав салата, перемешивают, заправляют соусом и кладут горкой в салатник, затем украшают зеленью.

Второй способ: продукты нарезают, примерно 1/3 всего количества заправляют соусом, кладут в салатник горкой; сверху укладывают тонкие ломтики мяса, рыбы, птицы, крабов, дольки яиц, оформляют помидорами, яйцами или зеленью. Остальные продукты аккуратно помещают вокруг горки букетиками. Продукты, предназначенные для оформления, не рекомендуется поливать соусом.

 **Салат зеленый**. Промытые листья салата разрезают на 3–4 части или шинкуют соломкой. Укладывают на тарелку или в салатник, сверху поливают сметаной или заправкой для салатов. В салат можно добавить 1/2 или 1/4 яйца, при этом норма выхода увеличивается. Если салат используют в качестве гарнира к блюдам из мяса, птицы, рыбы, то листья нарезают мельче.

 **Салат из свежих огурцов**. Подготовленные свежие огурцы нарезают кружочками или ломтиками и укладывают в тарелку или салатник, при подаче поливают заправкой для салатов или сметаной, украшают листьями свежего салата, посыпают зеленью.

**Салат из зеленого лука**. Очищенный и промытый зеленый лук нарезают кусочками длиной 1–1,5 см, посыпают солью и поливают сметаной. Сверху можно положить дольки яйца. Салат из редиса. Красный редис, очищенный от ботвы, а белый – от кожицы промывают и нарезают тонкими кружочками, лук зеленый шинкуют, добавляют соль и заправляют сметаной или заправкой для салатов. Яйцо для украшения укладывают сверху салата. Можно его мелко нарубить, желток положить в салат, а яичным белком и зеленью посыпать салат перед отпуском.

**Салат «Весна».** Нарезанные тонкими ломтиками редис, свежие огурцы смешивают с зеленью салата, нарезанной квадратами, зеленым шинкованным луком, заправляют солью, перцем, сметаной, кладут в салатник, украшают фигурно нарезанными яйцами и зеленью. Салат можно приготовить без огурцов с соответствующим увеличением нормы редиса и салата.

Салат 42, редис 40, огурцы свежие 40, лук зеленый 25, яйца 1/2 шт., сметана 40. Выход 200.

**Салат «Летний».** Отваренный очищенный молодой картофель и свежие огурцы нарезают ломтиками, соединяют с дольками помидоров и листьями салата, нарезанными на 3–4 части, добавляют мелко нарезанный зеленый лук, зеленый горошек, всѐ перемешивают и заправляют солью, перцем, сметаной. Укладывают горкой в салатник на листья салата, украшают кружочками свежих огурцов, дольками крутых яиц, помидоров, посыпают зеленью.

**Салат из моркови**. Сырую очищенную морковь нарезают соломкой или натирают на терке с мелкими отверстиями, заправляют сметаной, сахаром, солью, готовое изделие укладывают горкой в салатник, посыпают зеленью. Можно добавить мелко нарезанные яблоки или чернослив, предварительно замоченный, с удаленной косточкой.

**Салат из свежих помидоров.** У помидоров вырезают плодоножки, нарезают на тонкие кружочки. Лук шинкуют. Кружочки помидоров и лук укладывают на тарелку или в салатник, посыпают солью, перцем и заправляют сметаной или заправкой для салатов. Можно отпускать салат и без лука.

**Салат из соленых огурцов с луком**. Огурцы нарезают тонкими ломтиками, добавляют шинкованный зеленый или репчатый лук и поливают растительным маслом. Салат из белокочанной капусты.

Первый способ: очищенную белокочанную капусту тонко шинкуют, кладут в широкую кастрюлю, добавляют соль (15 г на 1 кг), вливают уксус и нагревают при непрерывном помешивании до тех пор, пока она не осядет и не приобретет равномерный матовый цвет. Осевшую при нагревании капусту снимают с огня и охлаждают. Затем смешивают с клюквой, шинкованным зеленым луком или морковью, добавляют масло растительное, сахар и перемешивают.

При подаче посыпают шинкованным зеленым луком. При нагревании нужно следить, чтобы капуста сильно не размягчилась, иначе она не будет иметь хрустящую консистенцию.

 Второй способ: капусту шинкуют тонкой соломкой, пересыпают солью, перетирают до появления сока, добавляют сахар, заправляют уксусом и растительным маслом. В салат из белокочанной капусты можно добавить свежие или моченые яблоки, маринованные сливы или вишни, виноград, клюкву, свежую морковь. При приготовлении салата с маринованными фруктами часть маринадной жидкости можно использовать вместо уксуса. В этом случае полнее сохраняются пищевые вещества, улучшается вкус блюд, сокращается время обработки продуктов и увеличивается выход. Для приготовления салата лучше использовать белые плотные кочаны капусты. Салат можно готовить и без фруктов.

Капуста свежая 102, клюква 15, лук зеленый 15 или морковь 15, уксус 3 %-ный 15, сахар 7, масло растительное 7. Выход 150

**Салат из краснокочанной капусты**. Подготовленную краснокочанную капусту нарезают соломкой, ошпаривают, посыпают мелкой солью (15 г на 1 кг капусты), перемешивают, оставляют на 15–20 мин, затем перетирают до выделения сока и приобретения мягкой консистенции. Перетертую капусту слегка отжимают, добавляют уксус, ставят в холодное место на 1,5–2 ч. Затем заправляют отваром корицы и гвоздики с сахаром. Отвар готовят следующим образом: в воду кладут корицу, гвоздику и сахар, доводят до кипения и дают настояться в течение 30 мин, отвар процеживают.

При отпуске капусту поливают растительным маслом. Можно приготовить салат из краснокочанной капусты так же, как салат из белокочанной капусты. Используют как самостоятельное блюдо и на гарнир.

**Салат из квашеной капусты**. К квашеной капусте добавляют нарезанные соломкой свежие яблоки, нашинкованный лук, сахар, соль и заправляют маслом. Вместо свежих яблок можно добавить маринованные яблоки, клюкву, мандарины, апельсины, черешню. Салат из свеклы с сыром и чесноком. Вареную свеклу нарезают соломкой, добавляют мелко нарезанный чеснок. Салат укладывают горкой, сверху посыпают тертым сыром или брынзой.

 **Салат мясной**. Вареное или жареное мясо (говядина, телятина, баранина, свинина) нарезают ломтиками или тонкими пластинками, картофель, соленые огурцы – тонкими ломтиками, перемешивают и заправляют майонезом с добавлением соуса «Южный». Приготовленный салат укладывают горкой в салатник на листья салата и украшают кусочками мяса, дольками или кружочками яиц, свежими огурцами, помидорами, зеленью, раковыми шейками.

Мясо (говядина) 48, картофель (вареный очищенный) 40, огурцы 30, яйцо 15, крабы (консервы) 15, майонез 30, соус «Южный» 8, зелень 2, специи. Выход 150.

**Салат картофельный**. Очищенный вареный картофель нарезают ломтиками, добавляют нашинкованный лук, заправляют сметаной или заправкой для салатов. Подают в салатнике, при отпуске посыпают укропом. Готовят салат с добавлением вареной моркови, соленых огурцов, квашеной капусты, грибов и сельди. Картофель 68, лук зеленый или репчатый 34, сметана или майонез 30. Выход 200.

**Салат столичный**. Вареную мякоть дичи или птицы нарезают ломтиками для заправки и тонкими пластинками для украшения. Отваренный картофель, соленые огурцы или корнишоны режут тонкими ломтиками, зеленый салат – крупными кусочками. Мясо и овощи заправляют майонезом с добавлением соуса «Южный», перемешивают и укладывают горкой на листья салата в салатник; затем украшают кусочками дичи или птицы, дольками крутых яиц, раковыми шейками или креветками, свежими или солеными огурцами, зеленью. Можно заправить салат соусом майонез со сметаной или белым соусом.

**Салат рыбный**. Отварной картофель, свежие или соленые огурцы нарезают тонкими ломтиками или кубиками, добавляют зеленый горошек. Все овощи перемешивают и заправляют майонезом и соусом «Южный». Можно положить нарезанные ломтиками кусочки рыбы. Массу выкладывают горкой на листья салата в салатник, украшают кусочками рыбы, свежими огурцами, помидорами и зеленью. Можно подать салат на блюде, на середину которого укладывают горкой заправленные овощи. Затем овощи обкладывают тонкими продолговатыми кусочками рыбы в виде пирамиды, вокруг букетами укладывают оставшиеся овощи и поливают заправкой для салатов. Так же готовят и подают салат из крабов и тресковой печени.

**Салат картофельный с кальмарами**. Вареное филе кальмара нарезают тонкими ломтиками, соединяют с овощным набором салата картофельного, заправляют майонезом или сметаной. Готовый салат выкладывают в салатник. Украшают помидорами, свежими листьями салата, дольками кальмаров, посыпают зеленью.