**НАПИТКИ**

Горячие и холодные напитки – обязательная часть завтрака, обеда или ужина. Горячие напитки (чай, кофе, какао, шоколад) являются тонизирующими. Содержащиеся в них вещества благоприятно влияют на сердечную деятельность, способствуют пищеварению, уменьшают ощущение усталости, а кофе и какао обладают высокой питательной ценностью. К холодным напиткам относят квас, разнообразные фруктово-ягодные, молочные напитки.

Молоко подают как горячим, так и холодным. Бутылочное пастеризованное и стерилизованное молоко подают холодным без предварительного кипячения. Цельное молоко кипятят и подают горячим или холодным. Температура горячих напитков должна быть 70–80 °С, холодных– 10–12 °С. Некоторые холодные напитки отпускают с кусочками пищевого льда.

**ЧАЙ.**

Чай – тонизирующий, освежающий и утоляющий жажду напиток. Кофеин, содержащийся в чае, оказывает возбуждающее действие на нервную систему, а эфирные масла обусловливают аромат. Вяжущий вкус чая зависит от входящих в его состав дубильных веществ, в частности, танина. Окраска настоя зависит от способа обработки чая при его производстве, содержания красящих веществ. Зеленый чай – это высушенные листья чайного дерева, а черный – высушенные листья, которые подверглись специальному процессу – ферментации и также высушенные после этого. Существует огромное количество сортов чая и способов его заваривания. Все сорта чая богаты витаминами В*р* В*2*, С, Р, PP.

Для приготовления напитка из чая рекомендуется использовать фарфоровые чайники. Нельзя готовить заварку в металлических чайниках, котлах и кастрюлях. Вкус чая при соприкосновении с металлом резко ухудшается, а цвет изменяется.

**ПРИГОТОВЛЕНИЕ ЧАЯ.**

Фарфоровый чайник ополаскивают кипятком, чтобы его прогреть, затем кладут сухой чай по норме на определенное количество стаканов, заливают кипящей водой на 1/3 объема чайника, закрывают крышку и дают чаю настояться в течение 5—10 мин. Затем доливают чайник кипятком. Запрещается кипятить заваренный чай или долго держать его на плите, так как он приобретает неприятный запах. Нельзя также добавлять сухой чай в ранее заваренный. Заваренный чай сохраняет свойственный ему вкус и аромат в течение часа.

**КОФЕ.**

Натуральный кофе поступает на предприятия общественного питания в зернах (сырой) или обжаренный и молотый. Сырые кофейные зерна предварительно обжаривают при температуре 180–200 °С до тех пор, пока цвет их не станет темно-коричневым. Во время обжаривания кофейных зерен в них происходят сложные химические изменения, образующие вещества, которые придают кофе характерный вкус и аромат.

Важнейшая составная часть кофе – кофеин, который оказывает возбуждающее действие на нервную систему. В кофе содержатся белки, жиры, сахар, что обуславливает его высокую питательную ценность. Кроме натурального кофе на предприятия общественного питания поступает кофе с добавлением цикория.

Существует несколько способов приготовления кофе, но все они сводятся к наиболее полному извлечению экстрактивных веществ из сухого кофе и получению вкусного, ароматного напитка. Лучший по качеству напиток получается из кофе, размолотого непосредственно перед варкой. На качество напитка влияет и степень размола. Для размола используют кофейные мельницы, электрокофемолки или размолочные насадки к универсальному приводу.

Варят кофе в эмалированной посуде или посуде из нержавеющей стали с плотно прилегающей крышкой (кофеварки, кофейники и др.). Кофе по-восточному готовят в турке, или джезве. На предприятиях общественного питания готовят кофе натуральный черный, кофе с молоком или сливками, с лимоном, кофе на молоке, кофе со взбитыми сливками, кофе по-восточному, кофе с мороженым.

**КОФЕ ЧЕРНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ.**

*Количество продуктов для приготовления 200 мл кофе:* кофе – 6 г, цикорий – 2 г, сахар – 25 г, лимон – 1/10 шт.

Кофеварку или кофейник перед заваркой кофе ополаскивают горячей водой, после чего кофе соединяют с цикорием, кладут в посуду и заливают кипятком. Доводят до кипения. Как только поднимется пена, нагрев прекращают, посуду закрывают крышкой и оставляют для настаивания в течение 5–8 мин. Если кофе варили в кастрюле, то перед подачей его процеживают через чистое сито или марлю. При приготовлении кофе в экспресс-кофеварках готовый напиток получают из кофеварки без осадка.

Отпускают кофе в стаканах или кофейныхчашках емкостью 75 г или 100 г. Кофе можно отпускать с сахаром, лимоном, коньяком, ликером, молоком и сливками. Сахар и лимон подают в розетках или вазочках, коньяк и ликер – в рюмках, молоко – в молочниках.

**КОФЕ С МОЛОКОМ.**

В готовый черный кофе добавляют по рецептуре молоко или сливки, сахар и доводят до кипения. Подают в стакане с подстаканником или кофейной чашке с блюдцем.

**КОФЕ ПО-ВОСТОЧНОМУ (ЧЕРНЫЙ С ГУЩЕЙ)**

Для его приготовления кофе должен быть мелко перемолот. Варят кофе в 1—2-порционных турках или джезвах. Натуральный кофе вместе с сахаром кладут в посуду, заливают холодной водой и нагревают до кипения. Подают к столу в той же посуде. Разливают в чашки, не процеживая. Отдельно к кофе подают кипяченую холодную воду.

Предприятия общественного питания какао и шоколад обычно получают в виде порошка, иногда шоколад – в плитках. Шоколад в порошке выпускают с сахаром. Какао и шоколад являются продуктами высокой питательной ценности, благодаря содержанию в них большого количества жира. Кроме того, в них содержатся вещества, действующие возбуждающе на нервную систему и сердечную деятельность.

**КАКАО.**

Какао-порошок насыпают в посуду, размешивают с сахаром, заливают небольшим количеством горячей воды или молока и растирают до получения однородной массы. После этого тонкой струйкой, непрерывно помешивая, вливают остальное молоко и доводят до кипения. Подают какао в стакане или чашках. Можно подать какао со взбитыми сливками. Отдельно на пирожковой тарелке подают пирожное, кекс, печенье, торт.

**ШОКОЛАД.**

Готовят и подают шоколад, как и какао. Если шоколад поступает в плитках, то его предварительно измельчают.

**ХОЛОДНЫЕ НАПИТКИ**

**СБИТЕНЬ.**

Сбитень – это русский национальный напиток на основе меда. Готовят его двумя способами: с дрожжами и без дрожжей.

Натуральный пчелиный мед растворяют в горячей воде (1:4), добавляют сахарный песок, корицу, гвоздику и другие пряности, кипятят 4 ч, охлаждают до комнатной температуры и подают как холодный напиток. При приготовлении сбитня с дрожжами в напиток после охлаждения вводят дрожжи и оставляют для брожения на 5–6 ч. Готовый сбитень переливают в чистый бочонок, закупоривают и выдерживают на холоде до 30 дней.

**КВАС «ПЕТРОВСКИЙ»**

*Количество продуктов на одну порцию кваса:* хлебный квас – 200 г, хрен – 5 г, натуральный мед – 10 г, пищевой лед – 1 кубик.

Мед растворяют в хлебном квасе, чтобы он лучше растворялся, квас слегка подогревают. Затем в квас нужно настрогать мелкой стружкой предварительно очищенный и вымытый корень хрена. Квас хорошо закупоривают и ставят в холод на 10–12 ч. Затем процеживают через марлю. Подают с кубиками пищевого льда.

**МОЛОЧНЫЕ КОКТЕЙЛИ.**

Приготавливают в специальных миксерах. В металлический стакан смесителя вливают охлажденное молоко, сироп, кладут готовое мороженое, после чего смесь взбивают в течение 30 с. Взбитый коктейль немедленно разливают в стаканы и подают. В зависимости от вида сиропа коктейль может быть абрикосовым, вишневым, кофейным и др.