

САЛАТЫ

Салат-ну, просто объединенье,
Вкусный, сытный и простой,
Всем поднимет настроенье
И украсит стол любой!



**Это правда, что салат
Витаминами богат.
Нож у мамы длинный-длинный,
Мама режет сочный лук,
И летают витамины
Невидимками вокруг.**

Салат из свеклы с чесноком

Технология приготовления:

Подготовленную свеклу нарезают соломкой или натирают на крупной терке, добавляют мелко нарезанный чеснок. Салат заправляют растительным маслом.

Температура подачи не ниже +15° С.

Требования к качеству

Внешний вид: свекла нарезана соломкой, с вкраплениями мелко нарезанного чеснока. Салат заправлен маслом растительным.

Консистенция: свекла - мягкая, сочная.

Цвет: темно-малиновый.

Вкус: острый, умеренно соленый, свойственный свекле, с привкусом чеснока.

Запах: чеснока в сочетании со свеклой, грецким орехом, растительным маслом.



Салат «витаминный»

Технология приготовления. Капусту шинкуют тонкой соломкой (1,5x15 мм), кладут в эмалированную кастрюлю, добавляют соль и перетирают деревянным пестиком. Морковь чистят, моют, ошпаривают, натирают на терке тонкой соломкой. Яблоки моют, ошпаривают, очищают от кожицы, удаляют сердцевину, шинкуют соломкой (2x15 мм), сбрызгивают раствором лимонной кислоты, чтобы не потемнели.

Овощи и яблоки соединяют в эмалированной посуде, заправляют растительным маслом, сахаром, хорошо перемешивают и выносят на раздачу.

Температура подачи — 14 °С.

Требования к качеству. Нарезка овощей аккуратная, сохранившаяся. Окраска овощей и яблок не изменилась. Аромат и вкус кисло-сладкий, свойственный входящим в салат продуктам, в меру соленый.



Салат из моркови и яблока

Технология приготовления. Сырую очищенную ошпаренную морковь измельчают на терке или нарезают тонкой соломкой. Яблоки промывают, ошпаривают, очищают от кожицы, удаляют семенные гнезда, тонко шинкуют соломкой, смешивают с морковью и заправляют растительным маслом.

Температура подачи — 14 °С.

Требования к качеству. Салат уложен горкой, морковь и яблоки сохранили форму марочки. Консистенция слегка хрустящая. Вкус кисло-сладкий, без соли, с ароматом яблок.



Винегрет

- ❑ Очищенные овощи промывают в проточной воде. Картофель свежий очищенный (полуфабрикат) помещают в кипящую воду, доводят до кипения и кипятят в течение 5-7 минут, отвар сливают. Овощи отваривают (при варке свеклы добавляют лимонную кислоту).
- ❑ Вареные охлажденные картофель, морковь, свеклу нарезают мелкими кубиками, огурцы консервированные (без уксуса) нарезают тонкими ломтиками, лук репчатый шинкуют.
- ❑ Горошек зеленый консервированный проваривают в собственном отваре в течение 5 минут после закипания, затем откидывают на дуршлаг, дают стечь отвару и охлаждают до температуры 8-10°C.
- ❑ Подготовленные ингредиенты соединяют, добавляют соль поваренную йодированную, масло растительное и перемешивают.

