**Соусы на основе творога, йогурта, сыра, сливок**

В качестве основы соусов часто выступают творог, йогурт, сыр, слив­ки. Например, для заправки салатов может быть взят майонез из творога.

***Майонез из творога****. 1 яичный желток, 1 столовая ложка лимонного сока, 125 mi салатного масла, 125 г творога, 40-60 мл сливок, соль, пе­рец, лимонный сок.*

*Взбить желток, лимонный сок и салатное масло, затем добавить тво­рог, сливки, соль, перец, лимонный сок.*

К рулету из лосося подходит майонез с творогом и апельсином.

***Майонез с творогом и апельсином.*** *150 г апельсина, 50 г майонеза, 40 г творога, соль, перец. Смешать апельсиновую цедру с майонезом. Сок апельсина уварить два раза, смешать с творогом и добавить майонез. Довести до вкуса.*

Творожная подлива с брусникой хорошо сочетается с холодной говядиной или птицей.

***Творожная подлива с брусникой****. 200 г обезжиренного творога, 5 столовых ложек брусники, 1 чайная ложка горчицы, соль, сахар. Смешать обезжиренный творог, бруснику, горчицу, соль, сахар.*

Творожную подливу с копченым лососем можно подать к картофелю в мундире.

***Творожная подлива с копченым лососем.*** *100 г обезжиренного тво­рога, 4 столовые ложки пахты, 100 г копченого лосося, 1 столовая лож­ка зелени, чесночная соль и перец.*

*Смешать обезжиренный творог, пахту, копченого лосося, нарезанного мелким кубиком, измельченную зелень, чесночную соль и перец.*

К печеному картофелю подают соус-крем из йогурта.

***Соус-крем из йогурта.*** *75 г сметаны, 75 г йогурта, 1 столовая ложка салатного масла, 1 столовая ложка уксуса, 1 долька чеснока, 1 столо­вая ложка шнитт-лука, соль, перец.*

*Смешать сметану, йогурт, салатное масло, уксус, чеснок, измельчен­ный шнитт-лук, соль и перец.*

К салатам можно подать соус из йогурта и миндаля.

***Соус из йогурта и миндаля.*** *450 г йогурта, 3 яйца, 60 г горчицы, 60 г миндальных орехов, соль, перец, сахар, оливковое масло.*

*Йогурт смешать с яйцами, сваренными вкрутую, горчицей, очищенным толченым поджаренным миндалем, оливковым маслом, солью, перцем и сахаром.*

Сливочный соус с горчицей подходит к различным закускам.

***Сливочный соус с горчицей.*** *150 мл жирных сливок, 3 столовые ложки французской горчицы, сок 1 лимона, соль, перец. Смешать горчицу, перец, соль, лимонный сок. При постоянном взбива­нии влить сливки.*

К отварной или припущенной рыбе часто подают сливочный соус с икрой.

***Сливочный соус с икрой.*** *50 мл рыбного бульона, 25 г лука, 75 мл жир­ных сливок, 25 мл шампанского, 15 мл вермута белого, соль, перец, ти­мьян, 10 г красной икры.*

*В рыбный бульон добавить мелко нарезанный лук, шампанское, вер­мут, тимьян и проварить на медленном огне. Влить сливки и еще раз прогреть до загустения, процедить и взбить в миксере. Посолить, поперчить. В готовый соус добавить красную икру.*

К семге можно подать сливочно-мятный соус. Для его приго­товления следует уварить сливки с добавлением мяты, а затем довести до вкуса солью, перцем и сахаром.

***Наряду с известными классическими соусами в современной ресто­ранной кухне нередко встречаются соусы, которые стали таковыми благо­даря оригинальному использованию отдельных видов кулинарной про­дукции.***

Так, в качестве соуса может быть подана тушенная с чесноком и зеле­нью овощная смесь из кабачков, баклажанов, лука, сладкого перца и по­мидоров — **рататуй.**

Модный в европейских ресторанах суп капучино (пюреобразный суп с молочной пеной) не так давно превратился в не менее модный ***соус ка­пучино****.* А холодный протертый суп гаспачо — в холодный соус.

Просто и оригинально готовится ***соус из протертого овощного пюре***. Протертое пюре смешивают с перетер­тым с солью чесноком, заправляют оливковым маслом. Чтобы масса не была густой, ее разводят небольшим количеством лимонного сока и воды (бульона). Такой соус можно подать к рыбным блюдам.

Необычен и ***соус из тунца****,* который подают к припущенной куриной грудке. Для его приготовления следует измельчить консервированного тунца в масле, добавить оливковое масло, немного молока, лимонного со­ка, соль, каперсы и перемешать до однородной массы.

***Летний томатный соус с "Моццареллой".*** *600 г томатов, 225 г "Моццареллы", 60 г базилика, 30 мл оливкового масла, 30 мл красного*  *винного соуса, соль, перец.*

*Смешать ломтики спелых томатов, сыра "Моццарелла", листья свежего базилика, оливковое масло, красный винный соус, соль, перец.*

***Соус из копченого лосося и сливок.*** *150 г моркови, 75 мл вермута или сухого белого вина, 225 мл сливок, соль, перец, 225 г копченого лосося, 1 столовая ложка укропа. Припустить натертую морковь, добавить вино и прокипятить 5 минут. Затем добавить сливки, соль, перец и прокипятить еще 1 минуту. В готовый соус добавить ломтики копченого лосося и нарубленный укроп.*

***Соус из лимонной мелиссы с креветками.*** *500 г отварных креветок или крабов, 12 веточек лимонной мелиссы, 300 г сливочного масла, 8 столовых ложек сметаны, 2 столовые ложки лимонного сока, соль, перец.*

*Очищенных креветок (крабов) порубить и прогреть со сливочным мас­лом и измельченной зеленью мелиссы, добавить сметану. Заправить со­лью, перцем, лимонным соком.*

***Соус из цуккини и ветчины.*** *4 небольших помидора, 160 г нежирной ветчины. 1 сладкий перец, 2 зубчика чеснока, 400 г цуккини, 2 неболь­шие луковицы, 4 столовые ложки оливкового масла, 8 столовых ложек овощного отвара.*

*На разогретой с маслом сковороде обжарить 2 минуты очищенные от кожииы и семян и нарезанные помидоры, нарезанные кубиками ветчи­ну, сладкий перец, нарезанные тонкими ломтиками цуккини, измель­ченные чеснок и лук. Затем добавить овощной отвар и потушить 5 минут.*

Нередко соусы готовятся в ступке, как, например, классический ита­льянский соус песто. При приготовлении таких соусов рекомендуется вначале измельчать самые твердые компоненты, а затем присоединять к ним более мягкие продукты и жидкости.

***Песто.*** *125 г базилика, 60 г "Пармезана", 2 столовые ложки кедровых или грецких орехов, 60 мл оливкового масла, чеснок. Растереть в однородную массу орешки и чеснок, а затем там же раз­мять и перемешать свежие листья базилика. Попеременно добавлять тертый сыр и вливать масло, тщательно перемешивая соус.*

Если используется зеленый базилик, его можно "разбавить" петруш­кой. Также песто готовится и без "Пармезана".

**Отдельная группа соусов - масляные смеси**

Масляные смеси используют для гарнирования мясных и рыбных блюд, а также для приготовления бутербродов. Готовят их путем растирания сливочного масла с разными продуктами.

**Масло зеленое.**Зелень петрушки перебрать (удалить стебли), промыть в холодной воде, просушить и мелко изрубить. Подготовленную зелень положить в размягченное сливочное масло, добавить лимонный сок или лимонную кислоту и смешать так, чтобы зелень равномерно распределилось в масле (для остроты можно добавить красный острый перец). Готовое масло формуют в виде батона диаметром 3 см весом 250-300 г, кладут в холодную воду со льдом и ставят в холодильник. При отпуске нарезают кружочками (толщиной 0,5 см) весом по 15-20 г. Подается к бифштексам, антрекотам и жареной рыбе в сухарях.

**Масло килечное.**Филе килек протирают, тщательно перемешивают со сливочным маслом, формуют и охлаждают.

**Масло селедочное.**Филе сельди протирают и взбивают со сливочным маслом и горчицей.

Подается к отварному картофелю, используется для приготовления бутербродов.

**Анчоусное масло.**Порубить каперсы и корнишоны, анчоусы и желтки сваренных яиц и все истолочь в ступке, протереть через сито. В кастрюлю положить размягченное масло, добавить протертую анчоусную смесь и выбить лопаткой. Затем в масло добавить уксус, красный острый перец, соль и снова хорошо выбить. Подают к холодным блюдам из мяса, птицы, дичи, для оформления бутербродов.

**Масло сырное.**Размягченное масло взбивают с тертым сыром рокфор. Отличается это масло приятным вкусом и ароматом. Используется для приготовления бутербродов.

**Масло с горчицей.**Сливочное масло взбивают с горчицей столовой.

**Требования к качеству холодных соусов**

Качество соуса определяют по консистенции, цвету, вкусу и аромату. При оценке качества соусов с наполнителями (соус с корнишонами, др.) учитывают форму нарезки и количество наполнителя.

Овощи, входящие в состав соуса в виде наполнителя, должны быть мелко и аккуратно нарезанными, равномерно распределенными в соусе, мягкими.

Соусы должны иметь характерные для каждой группы консистенцию, цвет, вкус и аромат.

Овощи в маринадах должны быть аккуратно нарезанными, мягкими; хрен для соуса — мелко натерт.

Цвет соусов: маринада с томатом - оранжево-красный, майонеза - белый с желтым оттенком, грибного - коричневый. Цвет зависит от используемых продуктов и соблюдения технологического процесса.

*Маринады* должны иметь кисловато-пряный вкус, аромат уксуса, овощей и пряностей. Недопустимы привкус сырого томатного пюре и слишком кислый вкус.

*Соус майонез* и его производные не должны иметь горький привкус и быть слишком острыми, а соус хрен с уксусом не должен быть горьким или недостаточно острым.

**Условия и сроки хранения холодных соусов**

*Масляные смеси*хранят в холодильнике несколько дней. Для увеличения сроков хранения сформованные масляные смеси заворачивают в пергамент, целлофан или полиэтиленовую пленку. Долго хранить масляные смеси нельзя, так как поверхность масла окисляется кислородом воздуха и под действием света желтеет, что приводит также к ухудшению вкуса.

*Соус майонез,*приготовленный на предприятии общественного питания, его производные соусы, а также салатные заправки хранят 1 ..2 суток при температуре 10 ... 15 °С в неокисляющейся посуде (эмалированной или из керамики), заправки — в бутылках.

*Маринады и соус хрен с уксусом*хранят в охлажденном виде в течение 2 . 3 суток в такой же посуде с закрытой крышкой.

**ВЫПОЛНЕТЕ ЗАДАНИЕ.**

**1.Составте краткий конспект.**

**(Конспект не присылайте, только практическую часть)**

**2. Практическая часть.**

**Составьте технологические схемы приготовления соусов: «Майонез», «Винегрет» и «Песто».**

**Выполненное задание на проверку прислать на электронную почту** [artamoshkina.yulia@yandex.ru](https://e.mail.ru/compose?To=artamoshkina.yulia@yandex.ru) **в срок до 02.04.2021г.**