Автор: Administrator
08.07.2013 20:15 -

Пояснения к блюдам из овощей.

Для приготовления горячих блюд продукты подвергают варке, припусканию, жарению, тушению, запеканию.

При варке картофель и овощи кладут в кипящую подсоленную воду (0,7 л на 1 кг овощей). Свеклу, морковь, горох варят без соли, так как она ухудшает их вкусовые качества. Овощи, имеющие зеленую окраску, варят в большом количестве воды при открытой крышке, при бурном кипении.

//

Овощи, легко выделяющие влагу (кабачки, помидоры и др.), припускают или тушат без добавления жидкости, при слабом кипении в закрытой посуде.

Картофель и другие овощи перед тушением слегка обжаривают. Запекают овощи в жарочных шкафах при температуре 250-280°С до образования золотистой корочки на поверхности изделия.

//