

Міністерство освіти і науки України
Національний університет водного господарства
та природокористування
Кафедра хімії та фізики

05-06-98М

МЕТОДИЧНІ ВКАЗІВКИ

до виконання лабораторних робіт з навчальної дисципліни
«Кулінарне мистецтво» для здобувачів вищої освіти
першого (бакалаврського рівня) за освітньо-професійною
програмою «Готельно-ресторанна справа» спеціальності
241 «Готельно-ресторанна справа» денної та заочної форм

Рекомендовано науково-
методичною радою
з якості ННІАЗ
Протокол № 6 від 23.03.2021 р.

Рівне – 2021

Методичні вказівки до виконання лабораторних робіт з навчальної дисципліни «Кулінарне мистецтво» для здобувачів вищої освіти першого (бакалаврського рівня) за освітньо-професійною програмою «Готельно-ресторанна справа» спеціальності 241 «Готельно-ресторанна справа» денної та заочної форм навчання [Електронне видання] / Корчик Н. М. – Рівне : НУВГП, 2021. – 27 с.

Укладачі: Корчик Н. М., к.х.н., доцент кафедри хімії та фізики.

Відповідальний за випуск: Гаращенко О. В., к.т.н., доцент, в.о. завідувача кафедри хімії та фізики.

Керівник групи забезпечення спеціальності 241 «Готельно-ресторанна справа»

Конарівська О. Б.

© Корчик Н. М., 2021
© НУВГП, 2021

ЗМІСТ

	Стор.
ПЕРЕДМОВА	4
Лабораторна робота №1. Німецька кухня.....	6
Лабораторна робота №2. Болгарська кухня.....	9
Лабораторна робота №3. Польська кухня.....	12
Лабораторна робота №4. Чеська кухня.....	16
Лабораторна робота № 5. Кітайська кухня.....	20
Лабораторна робота №6. Туніська кухня.....	24
ЛІТЕРАТУРА	27

ПЕРЕДМОВА

Кожному з Вас знайомий вираз – скільки людей, стільки думок. Якщо цей вираз перефразувати контексті нашого дослідження, то він звучатиме наступним чином: “скільки народів, стільки традицій”. Такий вираз справедливий і для кулінарії. Кухня кожного окремого народу світу – це окремі кулінарні королівства, які надзвичайно цікаво досліджувати. Кожен народ земної кулі має власні традиції, власну історію і, звичайно ж, свої особливості національної кулінарії.

Гастрономічні звички і пристрасті кожного народу склалися протягом багатьох століть. Поступово створювалися національні кухні, які є невід’ємною частиною будь-якої національної культури. Сьогодні у кожного народу є своя національна кулінарія, для якої характерні свої, відмінні від інших, національні страви. Це зовсім не означає, що національна кухня є щось замкнуте, застигле раз і назавжди. Кулінарія – одна з найменш ізольованих частин національної культури. Існує взаємопроникнення і взаємовплив національних кухонь. Але це не виключає їхньої самобутності, бо кожен народ надає будь-яким стравам, в тому числі і створеним представниками іншої національності, свій особливий смак.

Національна кухня є своєрідним оплотом тих багатвікових традицій, які є цінними для кожного, які зберігалися і трималися в секреті, з метою передати їх з покоління в покоління. До прикладу, в Італії не розкриють Вам справжній секрет приготування смачної пасти, китайці не поділяться національним рецептом приготування страв з зміїного м’яса або акулячого плавника, а про французьку кухню, яка здавна вважається найбільш аристократичним в світі, і говорити не варто.

Національна кухня виокремлює особливості кулінарних традицій і технологій, прийнятних для кожної країни або народу. Історичні передумови є особливістю будь-якої національної кухні. Велика частина страв, які відносяться до національних в тій чи іншій місцевості, готували до цього кілька століть назад. Спливав час – рецепти удосконалювалися і

доповнювалися, з тим, щоб передати майбутнім поколінням кулінарні секрети. Найчастіше національні страви складаються з тих продуктів, які є доступними в даній місцевості. Там же існують і свої умови для приготування страв національної меню. Кулінарні гурмани готові зробити далекі подорожі, щоб насолодитися національною кухнею тієї чи іншої країни. Адже спробувати смак справжніх суші можливо тільки в Японії, а поласувати приготованими за оригінальними рецептами смаженими каштанами можна тільки у Франції.

В основі кожної національної кухні лежать фактори, які формують підґрунтя національної кухні: економічні особливості країни; географічне положення і кліматичні умови; історичні причини; релігійні і старовинні звичаї; етногенез; набір вихідних продуктів і їх поєднання; характерні способи, прийоми і поєднання кулінарного оброблення продуктів; використання спецій, приправ, соусів.

Умовно, за географічним розташуванням, національні кухні можна розділити на європейську, кухню Близького Сходу, американську, азійську, кухню Австралії та Океанії.

Узагальнюють також поняття “європейська кухня”, об’єднуючи різноманітні кухні країн Європи, кухні Північної Америки, Австралазії, Океанії та Латинської Америки, які також зазнали європейського впливу.

До прикладу, єврейська кухня формувалася під впливом релігійних звичаїв і викликаних ними обмежень (кашрут), а також розселення євреїв по всьому світі, тобто страви єврейської кухні в різних країнах світу різняться. У самому ж Ізраїлі ізраїльська кухня об’єднує традиції ашкеназької, сефардської, північноафриканської, східної і середземноморської кухонь.

ЛАБОРАТОРНА РОБОТА № 1

НІМЕЦЬКА КУХНЯ

Теоретична частина

Витоки кулінарних традицій цієї країни сягають часів Стародавнього Риму. Однак сучасна німецька кухня склалася відносно недавно, після закінчення Другої світової війни. Її розвиток відбувався під впливом національних традицій і культур сусідніх держав. Крім того, на формування кулінарних пристрастей німців вплинула політика. Наприклад, на стику XIX–XX ст. Вільгельм II заборонив готувати страви з додаванням вина, олії та спецій. У ті часи вважалося, що традиційною їжою Німеччини є картопля, яка подається з м'ясом, соусом і капустою. Такій їжі надавав перевагу сам правитель, отже, і його народ.

В період Першої світової війни і по її закінченню в країні настав голод і про кулінарію геть забули, а після Другої світової війни розпочався її справжній розвиток. На сьогоднішні Німеччина складається з шістнадцяти федеральних земель, кожна з яких накопичила власні багатотисячолітні традиції приготування їжі і харчування загалом. Кухню німецької держави складно назвати дієтичною. Велика частина страв готується способом смаження, тушіння, запікання. Супи німці часто готують з додаванням ковбасок, сосисок та сардельок. Навіть популярний тут гороховий суп вони неодмінно приправляють невеликою кількістю ковбаси. Альтернативою супів є бульйони з додаванням овочів, рису або яєць.

Слід зазначити, що категорія перших страв представлена величезною різноманітністю, починаючи від легких прозорих бульйонів і закінчуючи ситними густими стравами, які тут прийнято називати “айнтопф”, що в перекладі означає “одна кастроля”. Таке блюдо, як правило, замінює собою і перше, і друге, тому є популярним в холодну пору року.

На друге в Німеччині прийнято подавати м'ясні делікатеси, переважно зі свинини. З цього виду м'яса тут готують: разбрати, біфштекс, шніцель, відбивні, шнельклопс,

шморбратен, ковбаски, сосиски. Що стосується останніх, то їх тут налічується близько 1,5 тисячі різновидів. Подають їх як самостійну страву, а також як гарнір до салату. Важлива деталь – спеції. Незважаючи на те, що німці не дуже схильні до їхнього надмірного використання, все ж багато тутешніх рецептів відрізняються досить сильною гостротою.

Страви зі свинини зазвичай подають з картоплею. Цей коренеплід вважається основою німецької кухні. Його навіть часто називають “другим хлібом”. З цієї причини не варто дивуватися, якщо до картоплі Вам не подадуть булочку або шматочок будь-якої випічки.

М'ясоїди неодмінно оцінять делікатес під назвою “тартар” – сирий фарш з вбитим в нього яйцем, з додаванням солі і спецій. Дуже часто цю масу намазують на хліб і подають на стіл в якості закуски.

Для північних регіонів країни більш типові страви з риби і морепродуктів. Їх використовують в якості інгредієнтів для супів або вживають окремо в смаженому, запеченому, копченому або солоному вигляді. Риба часто є основою для бутербродів, закусок і салатів. Великою популярністю користується оселедець, яка подається з рисом.

Не меншою популярністю в Німеччині користується хліб, випічка і солодоші. Буквально на кожному розі тут функціонує пекарня або кондитерська. При цьому хліб представлений практично трьома сотнями різновидів. Найбільш незвичайним прийнято вважати сорт хліба “Пампернікель”, який має консистенцію липкої маси коричневого кольору.

Солодоші теж в пошані. Німці дуже люблять десерти, тому з великою любов'ю готують штруделі, киселі, пудинги, тістечка, печиво. Любов корінних жителів до солодкого настільки велика, що, згідно з проведеними підрахунками, за 1 рік кожен німець з'їдає близько 34 кг цукру і приблизно 1,5 кг меду.

Традиції, яких дотримується німецька кулінарія, сьогодні добре відомі і популярні в усьому світі. При цьому кожен регіон країни має свої гастрономічні уподобання і особливості. Тобто трапеза, яку Вам запропонують на півночі або на півдні

Німеччини, буде відрізнятися від того, як харчується населення, наприклад, центральної частини країни.

Практична частина

Німецька кухня відома великою різноманітністю кулінарних виробів: з маслом, сиром, кисло-молочним сиром, сирковою масою, м'сними та рибними продуктами, ікрою. У німецькій кухні приправи і прянощі застосовують помірно, тому страви, що готуються не гострі.

Мета – ознайомитись з зі способом приготування страв із застосування борошна та сиру (млинці з голандським сиром).

Хід роботи:

1. Зважити інгредієнти відповідно до технологічної карти.

Борошно – 50 г, молоко (для тіста) – 125 г, яйця – ¼ шт., масло вершкове – 10 г, молоко – 30 г, вершки – 30 г, сир – 106 г, борошно – 3 г.

2. Приготувати тісто та спекти млинці.

3. Сир подрібнити на терці та додати до нього яєчні жовтки та додати до нього густий молочний соус.

4. Добре розмішати та намазати поверхню кожного млинця сирною масою (див. п.3).

5. Згорнути млинці в рулет та покласти на змазане деко.

6. Залити вершками.

7. Посипати тертим сиром та запікати в духовці.

Питання до самоконтролю

1. Охарактеризуйте традиційні страви та основні кулінарні технології німецької кухні.

2. Перелічіть страви, які яскраво характеризують національну кухню Німеччини.

3. Висвітліть історію та традиції німецької національної кухні.

4. Розкрийте особливості кулінарних традицій різних регіонів Німеччини.

5. Назвіть популярні віденські кондитерські вироби.

6. Яку роль відіграють кав'ярні у національній кухні Німеччини?

7. Назвіть м'ясні вироби, які мають найбільший успіх у всіх без винятку регіонах Німеччини.

8. Визначте сучасні пріоритети в кулінарії та ресторанного господарства.

9. Охарактеризуйте способи механічної обробки сировини.

10. Перелічіть солодощі, які рекомендує німецька кухня.

ЛАБОРАТОРНА РОБОТА №2 БОЛГАРСЬКА КУХНЯ

Теоретична частина

Національна кухня Болгарії формувалася протягом багатьох століть. З огляду на схожість географічного положення та історичні зв'язки, місцева кухня має багато спільного з грецької і турецької кухнею. Крім того, можна знайти тут багато елементів і страв, запозичених з італійської, угорської та навіть вірменської кухні. Цікавою особливістю є одночасна приготування різних продуктів, у складі однієї страви. Існують страви, які готуються до певних народним і релігійних свят. Наприклад: на Новий рік на столі обов'язково присутній “капама” (тушковане м'ясо з квашеною капустою, “сарма” (голубці з виноградного листя) – робиться на святвечір, рибу готують на день Святого Миколая, масниця не обходиться без “халви” і “баніци” (солодка слойка з бринзою і маслом), а день Святого Георгія без смаженого ягняти.

Болгарія по праву вважається овочевою країною світу: помідори, огірки, картопля, баклажани, морква, всі види капусти, кабачки, а болгарський перець навіть отримав назву цієї країни. В цій країні, до речі, придумали спеціальний апарат для запікання перців з веселою назвою – “чушкопек”. Тому, якщо будете в Болгарії, обов'язково потіште себе соковитими місцевими овочами і фруктами, які мають абсолютно

неповторний смак. Істинно національним вважається “шопський салат” (запечений солодкий перець, помідори, цибуля, зелень і бринза), він присутній в меню будь-якого кафе і ресторану. Не поступається за смаком “вівчарський салат” (суміш овочів з шинкою) і “снежанка” (кисло-молочний салат з огірків).

В якості першої страви, національна кухня Болгарії, пропонує:

- святковий суп “шкembe-чорба” (юшка з гострим соусом і телячими, або свинячими потрохами);
- “таратор” (холодний суп з товчених волоських горіхів, свіжих огірків, часнику, виноградного оцту, кислого молока);
- дивно ніжний “боб яхнія” (суп з квасолі в глиняному горщику).

На друге варто спробувати:

- “шішчета” – шашлик з різних видів м’яса на грилі і, звичайно ж, величезний вибір страв з риби і морепродуктів;
- “гювеч” – тушковане м’ясо з овочами і картоплею;
- “пастарма” – в’ялене м’ясо зі спеціями;
- “каварма” – запечене в духовці м’ясо з грибами, цибулею і солодким перцем;
- “кюфте” – м’ясні фрикадельки з баранини;
- “мусака” – картопляна запіканка з сиром і рубаним м’ясом;
- “пилнені чушки” – болгарський перець, фарширований м’ясом і рисом, зверху политий соусом;
- “плакія” – тушкова риба з овочами.

Порадує болгарська кухня любителів солодкого.

Відмінним смаком відрізняються:

- “тараш” – шоколадний торт;
- “баніца” – легкий пиріг з листового тіста, з начинкою з бринзи;
- “млинці” з усілякими солодкими начинками;
- “мелба” – морозиво зі збитими вершками, горіхами, фруктами і сиропом.

Широкий вибір східних солодошів – пахлава, лукум, халва тощо.

З безалкогольних напоїв в Болгарії віддають перевагу каві – чорній або з молоком, чаю – частіше трав'яному або фруктовому, айрану – кисломолочному продукту, йогурту – до речі, цей напій винайшли в Болгарії, мінеральній воді – “Devin”, “Hissar”, “Gorna Banya”.

Виноробство в Болгарії існує вже багато століть, тому болгарські вина відрізняються чудовим смаком і неповторним букетом. Найпопулярніші з них: “Мелнік”, “Мускат”, “Гимза”, “Памід”, “Каберне Совіньон”, “Мерло”. Ну і головною родзинкою національної кухні Болгарії є знаменита “ракія”, що нагадує бренді. Ракія буває сливовою, виноградною, абрикосовою, черешневою тощо. Найвідоміші сорти ракії – “Астіка”, “Бісерна”, “Загорка”, “Мускатова”, “Пещерська”.

Практична частина

У болгарській кухні широко застосовуються овочі у свіжому та маринованому вигляді. З них готують різноманітні овочеві страви та гарніри. Болгарські кухарі чудово поєднують овочі з рибними, м'яними, молочними продуктами та продуктами з яєць та борошна.

Мета – ознайомитись з зі способом приготування голубців болгарських.

Хід роботи:

1. Зважити інгредієнти відповідно до технологічної карти.

Листя виноградне – 100 г або капусти свіжої – 190 г, цибуля ріпчаста – 20 г, рис – 15 г, зелень петрушки – 3 г, масло вершкове – 15 г, борошно – 10 г, яйця 2/5 шт., томат-пюре – 15 г, перець чорний – 0,02 г, яловичина – 77 г, кисле молоко – 60 г, сіль – 2 г, м'ята – 3 г, кислота винна – 1 г.

2. Виногражні або капустяне листя ошпарити в киплячій воді з додаванням солі та винної кислоти.

3. Відкинути на сито та дати стекти воді.

4. Приготувати фарш з м'яса, рису, пасированої цибулі з томатною пастою або дрібно порізаними помідорами.

5. У фарш додати м'яту (мілко порізану), сіль, чорний перець та зелень петрушки.

6. На кожний лист (підготовлений) покласти фарш, згорнути з боків у середину, а потім згорнути у формі ковбаски та скласти в кастрюлю, що змащена маслом.
7. Підлити води та припустити на слабкому вогні.
8. Залити білим соусом, додати кисле молоко та сирі яйця.

Питання до самоконтролю

1. Розкрийте кулінарні шедеври болгарської національної кухні.
2. Що є характерною рисою болгарської національної кухні?
3. Назвіть основні національні страви Болгарії.
4. Перелічіть хімічні способи обробки продуктів.
5. Назвіть рейтинг за яким присвоюються звання високої кухні тим чи іншим ресторанам.
6. Кулінарні традиції яких народів вплинули на кухню Болгарії?
7. Охарактеризуйте «молекулярну» кулінарію та її особливості.
8. Обгляд поняття «балканська кухня».
9. Перелічіть класичні національні страви кухні Болгарії.
10. Охарактеризуйте гастрономічні технології народів Центральної Європи.

ЛАБОРАТОРНА РОБОТА № 3 ПОЛЬСЬКА КУХНЯ

Теоретична частина

У польської кухні є шанс стати впізнаваною і відомою в світі, – вважає Фабіо Парасеколі, італійський знавець і дослідник кулінарного мистецтва, директор food studies в New School в Нью-Йорку, автор гастрономічних книг, в тому числі багатотомної енциклопедії “A Cultural History of Food”. Вже

більше року він регулярно відвідує Польщу, спостерігаючи динамічні зміни в сфері кулінарії.

Національна кухня Польщі сформувалася під впливом слов'янської і західноєвропейської кухні. Багато знавців побачать в польських стравах елементи української, російської, білоруської, литовської, німецької, турецької та навіть італійської кухонь. Відмінною рисою є різноманітність і ситість страв. Кухарі по мінімуму використовують приправи і спеції, але роблять це з великим умінням. Візитною картою поляків є хлібосольність, що ще раз підтверджує наші спільні слов'янські корені. Як кажуть в Польщі – “Проше до столу, панове”.

Як правило, застілля в національній кухні Польщі починається з першого блюда, найчастіше це супи. Один з найбільш незвичайних – “черні на” (суп з гусячої крові, потрошків, сухофруктів, спецій і овочів). Також спробуйте:

- “фляки” (суп з яловичого шлунку, м'яса і овочів);
- “хлоднік” (окрошка на буряковому квасі, з додаванням огірків, яєць, кропу та сметани);
- “крупнік” (суп з ячменю, копченого м'яса та овочів);
- “журек” (сметанный суп з копченостями, яйцями, спеціями і корінням);
- “грохувка” (гороховий суп);
- “росул” (суп з курячого бульйону, з локшиною і зеленню);
- “зупа огуркова” (суп з квашених огірків);
- “зупа помідорова” (суп з помідорів, з додаванням рису або локшини);
- “борщ червоний” (знайомий нам борщ, але з додаванням вареників чи пельменів);
- “білий борщ” (готується на житній заквасці, з картоплею, майораном і сметаною);
- “зупа грибова” (грибний суп, іноді подається в хлібному горщику, замість тарілки).

Тепер переходимо до других страв. Самим національним вважається “бігос”. Існує багато способів приготування “бігосу”, але головні компоненти завжди залишаються незмінними – це тушкована капуста, гриби, ковбаски, шматочки копченого м'яса,

прянощі і вино. Іноді в це блюдо додають рис, чорнослив, овочі та інші компоненти. Також, скуштуйте:

- “голонка” – свиняча ніжка з гороховим пюре;
- “пожиброда” – копчена грудинка з капустою;
- “котлет схабови” – свиняча відбивна в паніровці;
- “жеберка в мьодзе” – смажена грудинка з медом;
- “полендвічкі волове” – філе яловичини з грибним соусом;

соусом;

- “голомбкі” – голубці з рисом і м’ясом, в томатному соусі;

- “каркувка” – печена свинина;
- “клопсікі” – м’ясний рулет в соусі з помідорів.

Славиться національна кухня Польщі, і рибними стравами. Традиційним і навіть святковим, вважається “короп по-польськи”. Причому, голову подають окремо. Не менш смачний “короп по-єврейськи”, який подається в желе з родзинками. Гурмани оцінять: “печену щуку”, “оселедець в сметанному соусі”, “рибні фрикадельки з корнішоном”, “мисливську уху”, “рулет із судака”, “печену рибу з хроном”, “смаженого лина під соусом”.

Крім того, в польському меню присутні страви з ляща, тріски, форелі і лосося.

Як гарнір Вам запропонують: “фриткі” – картопля фрі, “копитко” – вареники у формі копит, гречану кашу, силезькі вареники з картоплею, смажені картопляні оладки, печену картоплю, гарбузові оладки з ковбасою.

Ще, одним обов’язковим інгредієнтом багатьох страв є гриби. Вони можуть бути тушковані, смажені, варені, мариновані, солоні.

Порадує, національна кухня Польщі, любителів солодкого. Популярними є такі десерти:

- “шарлотка” – яблучний пиріг, подається з кулькою морозива і збитими вершками;
- “серник” – сирний пиріг;
- “фаворкі” – тонкі і крихкі тістечка;

- “польська бабка” – пиріг із дріжджового тіста, политий шоколадною глазур’ю, з начинкою з цукат, родзинок, сушеної вишні, горіхів;

- “галаретка” – фруктове желе зі збитими вершками;

- “колачки” – пісочне печиво з джемом, згорнуте в конвертики;

На Різдво поляки готують “маковец” – пиріг з перемолотим маком, а на Великдень “мазурек” – пиріг з пісочного тіста, з сухофруктами і грецькими оріхами.

З гарячих напоїв поляки п’ють чорну каву і каву з молоком. Чай п’ють рідко, іноді з молоком або варенням (ранком перед сніданком). З безалкогольних напоїв, поширені соки (особливо з червоної і чорної смородини), квас, фруктовий кисіль. В асортимент більш міцних напоїв входить горілка “Голдвассер” (горілка, настояна на анісі з шматочками 24-каратного золота); горілка (житна, зубровка, виборова), настойки (портеровка, апельсиновка, карамелевка, лимонівка, мисливська), бренді (сливовиця, вінніак), пиво (“Okocim”, “Tatra” “Lezajsk”, “Zywiec”, “Piast”).

Практична частина

Багато блюд польської кухні за технологією приготування та набору продуктів побідна українській кухні. Улюбленими блюдами в польській кухні є різноманітні фруктові та ягідні страви. Другі блюда по асортименту та технології мало відрізняються від страв української кухні.

Мета – ознайомитись з зі способом приготування картопляних котлет з яблуками.

Хід роботи:

1. Зважити інгредієнти відповідно до технологічної карти.

Картопля – 165 г, яблука – 72 г, жир – 8 г, яйця – ½ шт., борошно – 10 г, сухарі – 10 г, жир для смаження – 10 г, сметана – 30 г, сіль – 3 г.

2. Картоплю в мундірі відварити.

3. Очистити картоплю та пропустити через м'ясорубку.
4. Додати яйця, борошно, яблука (натерті на крупні терці).
5. Все змішати та посолити.
6. Котлети потрібно обкачати в панірувальних сухарях, обсмажити з двох сторін.
7. Подавати на стіл зі сметаною або салатом з сирих обочів.

Питання до самоконтролю

1. Розкрийте кулінарні шедеври польської національної кухні.
2. Що є характерною рисою польської національної кухні?
3. Назвіть основні національні страви Польщі.
4. Розкрити основні фактори, які формують підґрунття національної кухні.
5. Дослідити типи та асортимент страв.
6. Кулінарні традиції яких народів вплинули на кухню Польщі?
7. Систематизуйте способи теплової обробки продуктів в процесі приготування страв, дайте їм характеристику.
8. Дослідіть стиль «фьюжен» в кулінарії та назвіть основні його принципи.
9. Перелічіть класичні національні страви кухні Польщі.
10. Охарактеризуйте гастрономічні технології народів Центральної Європи.

ЛАБОРАТОРНА РОБОТА № 4 ЧЕСЬКА КУХНЯ

Теоретична частина

Національна кухня Чехії багато в чому нагадує кухні слов'янських народів. У деяких стравах відчувається вплив німецької та австрійської кухонь. При цьому і чеська кухня справила великий вплив на кулінарні традиції сусідніх країн.

Варто зазначити, що більшість страв є вельми жирними і калорійними. Для приготування використовують свинину, яловичину, курку, кролятину, м'ясо гусака і качки.

З перших страв для чехословацької кухні найбільш визнані: “цибулачка” (цибулевий суп, з білим вином і тертим сиром); “панадель” (суп з яловичини з зеленню), супи з різними овочами (морквою, цвітною капустою, горохом або квасолею), суп-гуляш. Серед закусок пальма першості належить різним салатам і канапе.

Широковідомими є такі традиційні страви:

- “вепрове коліно” – свиняча ніжка, запечена в пиві, подається з хроном, соусом і гірчицею;
- “смажена свинина з капустою і галушками”;
- “маринований яловичий ростбіф” з густим соусом;
- “смажений гусак” з овочами;
- різноманітні ковбаски;
- м'ясні та печінкові паштети.

Любителі делікатесів гідно оцінять “печеню з м'яса козулі”, “смаженого зайця” і знамениті “утопенці” – чеські мариновані сосиски.

Як гарнір, вам обов'язково запропонують ще одне відоме блюдо місцевої кухні – “кнедлики” (варені кружечки з тіста). Деякі фахівці вважають кнедлики важливим внеском національної кухні Чехії в світову кулінарію. Вони бувають солоними, кислими, прісними. Є картопляні кнедлики, сирні, з м'ясною начинкою, з капустяною, з печінковою і без начинки. Існують навіть десертні кнедлики, з солодкою фруктовою начинкою, з варенням і мармеладом. Використовують їх не тільки як гарнір, але і як самостійне блюдо.

Пропоную познайомитися ще з кількома стравами, які допоможуть Вам краще пізнати традиційну чеську кухню:

- “смажений Едамський сир” – панірований хлібними крихтами, з соусом “таргар”;
- “карловарський рулет”;
- “рожвічі” – смажена свинина з цибулею;
- “празька печеня”;
- “запечений короп” під майонезом;

- “рулет з оленини по-чеськи”;
- “брамборики” – картопляні млинці, з ковбасками, майораном, перцем і часником;
- “капуста по-Богемськи”;
- “празький салат”;
- “старочешське трдло” – накручене на качалку тісто, обваляє в цукрі і горіхах;

У Чехії водиться багато борової дичини, тому страви з неї широко представлені в меню підприємств громадського харчування. Особливо делікатесними стравами вважаються фаршировані шніцелі з окорока козулі та смажений фазан по-богемськи.

У звичайному раціоні вживається тріска, шука, короп, сом, форель. Найбільш поширеним є тушкований в червоному вині короп по-богемськи.

Серед десертів визнані торти, бісквітні і пісочні тістечка, мигдальне суфле з вершками, марципани, компоти з найрізноманітніших фруктів і ягід, морозиво. Десерт включає декілька сортів сира.

З гарячих напоїв чехи надають перевагу натуральній каві, чаю з ромом. а з холодних – мінеральній воді, сокам і пиву.

Популярні чеські вина, які виробляють в центральній і південній Моравії. З міцніших напоїв чехи п'ють “сливовицю” і знаменитий на весь світ чеський лікер – “Бехеровка”, настояний більш ніж на 45 травах.

Найпопулярнішим напоєм, в національній кухні Чехії є пиво. У цій країні виробляють понад 400 сортів пива, кожен з яких відрізняється неповторним ароматом і насиченим смаком. Найвідоміші сорти: “Будвар”,

“Старопрамен”, “Гамбрінус”, “Пльзеньський Урквелл”, “Велікопоповіцки Козел”.

Практична частина

Смакова та ароматична якість блюд чеської кухні досягається в різноманітності спецій, прянощів (імбир, майоран, тмин, червоний та духм'яний перець, мускатних горіх,

сердирей, петрушка, цибуля). В асортименті солодких блюд киселі, компоти, желе, муси, свіжі та консервовані ягоди, різноманітні кондитерські вироби (печиво, торти, тістечка). Для кондитерських виробів чеської кухні характерні невеликий розмір та маса. Для начинок застосовують джеми, повидло, горіхи. Для листкового, пісочного та інших видів тіста чеські кулінари, як правило, застосовують свиняче сало, маргарин, рослинне масло, і дуже рідко, вершкове масло.

Мета – ознайомитись з зі способом приготування солодких блюд чеської кухні (тістечка бісквітні).

Хід роботи:

1. Жовтки (12 шт. яєць), 750 гр. цукру і 250 гр. води тщентно вимісити.

2. Білки (12 шт. яєць) зити в піну і, не перестаючи збивати, додати частинами 250 гр. цукру.

3. Потім ввести змішану з амоніаком (4 гр.) муку (1200 гр), все обережно перемішати і з'єднати з розтертими жовтками.

4. Деко викласти пергаментним папером, змащеним маслом, вилити на нього тісто шаром 1,5-2 см і випекти.

5. Бісквіт остудити, розрізати на два пласти і перекласти кремом.

6. Зверху тістечко посипати цукровою пудрою або прикрасити кремом.

Питання до самоконтролю

1. Розкрийте кулінарні шедеври чеської національної кухні.

2. Що є характерною рисою чеської національної кухні?

3. Назвіть основні національні страви Чехії.

4. Яким чином відбувалось становлення смакової основи чеської кухні?

5. Які з перших страв найбільш визначені для чеської кухні?

6. Кулінарні традиції яких народів вплинули на кухню Чехії?

7. Які найбільш розповсюджені гарніри в чеській кухні?

8. Який найпопулярніший напій в національній кухні Чехії?
9. Перелічіть класичні національні страви кухні Чехії.
10. Охарактеризуйте гастрономічні технології народів Центральної Європи.

ЛАБОРАТОРНА РОБОТА № 5 КИТАЙСЬКА КУХНЯ

Теоретична частина

Китай – величезна країна, тому в кожному регіоні існує своя національна кухня, обумовлена кліматичними особливостями, географічним положенням, історією та традиціями відповідного регіону. У Китаї розрізняють більше десяти регіональних кухонь, але найвідоміші і популярні – пекінська, шанхайська, кантональна і сичуанська. Розглянемо ближче кожен з цих кухонь.

Пекінська кухня – ще її називають імператорською або північною. Основу пекінської кухні складає рис, який подається як самостійну страву і як добавку до риби, овочів і м'яса. Також велика увага тут приділяється стравам зі свинини, птиці та баранини. Ось лише деякі з них: “качка по-пекінськи” – приготування цієї страви сягає понад 24 години; “свинина в кисло-солодкому соусі”; “китайський самовар” – страва, що складається з багатьох компонентів (яловичини, баранини, креветок, риби, овочів, вермішелі); “салат з кульбаб”; “китайські пельмені” – з начинкою з м'яса і овочів.

Шанхайська кухня – або східна, заснована на кулінарних традиціях провінцій Цзянсу і Чжецзян. Тут до м'яса люблять додавати багато спецій і рисову горілку. Також, часто використовують рибу і морепродукти. Вам обов'язково запропонують такі страви як: “качка по-шанхайськи”; “тофу” – знаменитий соєвий пиріг, фарширований рибою; “волохатий (волосатий) прісноводний краб”; “суп з капусти зі свининою”; “суп-локшина з грибами”; “кальмари в часниковому соусі”; “вугор в провіні з часником”; “смажена локшина з креветками”.

Кантонська кухня – чи південна кухня, славиться незвичайними способами приготування страв. Вишуканість цієї кухні широко відома за межами країни. Найцікавішими інгредієнтами кантональних страв є м'ясо собак, змії, черепаха і, навіть, кішок. Також, популярністю користуються “дімсами” – легкі закуски. Популярними є такі страви: “дайконові пиріжки” – пиріжки з дайконом (незвичайний за смаком коренеплід); “ломайгай” – різновид дімсамів; “цзяоцзи” – китайські вареники, обсмажені на розпеченому маслі; “роли з рисовою локшиною”; “риба, приготована на пару”; “дім сум” – пельмені на пару, які подають в бамбукових кошиках; “суп з акулячих плавців”; “рис по-кантонськи”.

Сичуаньська кухня – відома гострими і пряними стравами, для приготування яких використовують багато приправ, червоний перець, часник, кунжут, коріандр, аніс, кріп, женьшень ... Основними способами приготування в цій кухні вважається копчення і парова обробка. Варто спробувати такі шедеври сичуаньської кухні як: “тушкована свинина по-сичуаньськи”; “мало тофу” – вегетаріанська страва з сої; “курча гунбао” – смажене куряче філе, з гострим перцем і арахісом. “дань дань мянь” – локшина по-сичуаньськи; “качка, запечена в листі зеленого чаю”; “китайські пельмені” – для приготування яких існує більше 200 видів начинок; “королівські креветки з часником”; “доучу” – особливий вид сиру з квашеної сої.

Крім цього, хотілося б відзначити, що національна кухня Китаю рясніє досить екзотичними стравами. Любителі незвичайного і гурмани можуть полакуватися такими стравами:

- “бульйон, з фрикадельками, з плавників акули”;
- “плавники акули” – на пару, тушковані з шинкою, в коричневому соусі, з куркою і грибами, з яєчним омлетом ...
- “губи акули” – тушковані з паростками бамбука, соєвим соусом, шинкою, свинячим салом і рисовою горілкою;
- “губи акули” – з курячим філе і трепангами;
- “смажені ведмежі долоньки”;
- “теша калуги” – сушений шлунок великої риби, тушкований з куркою або шинкою;
- “бульйон, з каракатицею і трепангами”;

- “салат з креветок, огірків і крохмального желе”;
- “морський гребінець, з куркою”;
- “мускул морського гребінця, з омлетом і шинкою”;
- “омлет, з ікрою каракатиці”;
- “смажені кальмари, з паростками бамбука”;
- “салат з медузи, з креветками”;
- “салат з качиних язиків”;
- “бульйон з філе жаб”;
- “голуби, з зеленим горошком”.

Зазначимо, що національна кухня Китаю, нараховує більше 20 тисяч страв, при цьому деякі фахівці і експерти вважають, що ця цифра сильно занижена.

Не оминула увагою китайська кухня любителів поласувати десертами. Першою чергою це сезонні фрукти, яких в Китаї величезна кількість. Крім цього, популярними є такі десерти:

- “тан'юань” – солодкі рисові кульки, приготовані на пару;
- “юєбін” – кругла або квадратна випічка, з начинкою з солодких бобів або лотоса;
- “солодкий суп з черепахи гуйліндао”;
- “трявяне і фікусове желе”;
- “хунгуйго” – солодкі рисові коржі;
- “пудинг з тапіоки”;
- “рисове тістечко”;
- “китайська цукрова вата”;
- “крижана стружка з солодким сиропом”;
- “няньгао” – китайське рисове печиво;
- “китайське морозиво”.

З безалкогольних напоїв в національній кухні Китаю найбільшою популярністю користується зелений чай, який п'ють дуже гарячим і без цукру. Китайська чайна церемонія, яка називається “гунфу-ча”, за складністю ритуалу змагається зі знаменитою японською. Також, китайці п'ють молоко, мінеральну воду, фруктові соки.

З алкогольних напоїв китайці надають перевагу рисовій горілці, рисовому пиву “У син” і “Циндао”, рисовому вину

“Міцзю”, жовтому вину “Ті Цзя Фань”, а також “байцзі” – білому фільтрованому вину міцністю до 60 градусів.

Практична частина

Мета – ознайомитись з зі способом приготування китайських пельменів.

Хід роботи:

1. У просіяне борошно (70 гр.) вливають холодну воду (40 гр.) та замішують круте тісто, яке залишають потім на 20-30 хвилин.

2. Зкачують тісто у рівний джгут діаметром 1-2 см.

3. Нарізають невеликими шматками (10 гр.).

4. Кожен шматочок розкатують у вигляді круглого коржика.

5. Покласти на коржик фарш (120 гр. свинини) і краї притискають.

6. Готові пельмені вкладають рядком в лотки, посипають борошном та зберігають у холодному місці.

Для приготування фаршу:

1. Свиняче м'ясо (120 гр.) з салом (10 гр.) пропускають крізь м'ясорубку.

2. Фарш змішують з соєвим соусом (30 гр.), кунжутним маслом (5 гр.), соєвою пастою (10 гр.), мілко подрібненої свіжої капусти (40 гр.), імбир (10 гр.), зеленої цибулі (10 гр.) та сіллю.

Питання до самоконтролю

1. Розкрийте кулінарні шедеври китайської національної кухні.

2. Що є характерною рисою китайської національної кухні?

3. Назвіть основні національні страви Китаю.

4. Який режим харчування китайців?

5. Які з холодних закусок рекомендуються для туристів з Китаю?

6. Кулінарні традиції яких народів вплинули на кухню Китаю?
7. Які з перших страв рекомендуються для туристів з Китаю?
8. Які з других страв рекомендуються для туристів з Китаю?
9. Перелічіть класичні національні страви кухні Китаю.
10. Охарактеризуйте гастрономічні технології народів Китаю.

ЛАБОРАТОРНА РОБОТА № 6 ТУНІСЬКА КУХНЯ

Теоретична частина

Туніська кухня – кулінарні традиції Тунісу і народів, що його населяють. Туніська кухня поєднує в собі риси кухонь Магриба та Середземномор'я і ісламські заборони та приписи. Безліч туніських страв сягають середньовічної ісламської кулінарії.

Основні продукти туніської кулінарії – зернові, овочі, фрукти, риба, оливкова олія і часник. У Тунісі вживають багато риби і морепродуктів. У всі несолодкі страви кладуть багато приправ, особливо гострих. Туніс перебував на перетині торгових шляхів, завдяки чому в його кухню увійшли зира, кмін, шафран, гірчиця, кайенський перець, імбир, кориця, плоди шипшини, чорний перець і цукор. Улюблена приправа – харісса, основним інгредієнтом якої є гострий червоний перець.

Головна страва Тунісу – “кускус”, який прийшов із кухні берберів. З кожним прийомом їжі їдять хліб, або французький багет, або табуну.

На сніданок тунісіці зазвичай їдять яйця, борошняний пудинг “ассіда”, хсу (гострий суп з манної крупи і каперсів), круасани і пен-о-шокола. П'ють молоко і каву. На обід і вечерю їдять супи, салати, тажин (омлет з бобами, м'ясом і сиром), рибу і кускус або макарони.

Перед прийомом їжі на стіл подають закуски “кемія”: горіхи, оливки, ікра кефалі, сушену риба, восьминоги, а також гостру овочеву суміш. Серед салатів поширений “туніський”: дрібно порізані помідори, цибуля і перець, политі лимонним соком, оливковою олією і посипані м’ятою. Взимку часто подають томатний суп “шорба”. З тіста готують “брик”: тонкі млинці з яйцем, картоплею, тунцем, цибулею і петрушкою, або солодкі.

У Сахарі, на півдні країни, найважливішою харчовою культурою є фініки.

Звичайні закуски в ресторанах Тунісу – салати і “брик”; поширений ячмінний суп, кускус з бараниною або рибою, тушковане м’ясо або риба; на десерт подають фрукти і випічку (лукум, макруд, пахлаву, ассідат-згугу, бсіссу).

У Тунісі люблять солодкувате м’ясо, особливо баранину, козлятину, курятину; а також рибу. У м’ясні страви, що з’явилися за часів Омейядського халіфату часто додають мед, цукор, фрукти і сухофрукти (апельсини, інжир, фініки, гранати, родзинки, абрикоси і лимонний сік), горіхи (мигдаль, фісташки, кедрові горіхи і фундук; вони також використовуються в десертах). Сучасні м’ясні страви – мергез (популярна гостра сосиска), курка на грилі, кебаби.

У туніських водах ловлять морський язик, султанку, скумбрію, груперів і окунів, а також восьминогів, кальмарів, молюсків, креветки, раків, омарів і устриці. Рибу подають з часником, шафраном, з ру, паприкою, плодами шипшини, або запікають з лимонами, томатами і каперсами. Морепродукти подають з ру і майонезом; великі креветки смажать на грилі.

Омейядські десерти в основному представляли собою випічку з медом або цукровим сиропом, в який додано трохи рожевої води, і фініки. Також вживали молочні та рисові пудинги з медом. Сучасні десерти в основному містять горіхи і дуже солодкі на смак. Тунісці їдять пахлаву, солодку самсу, пироги з фініками і крем з фундука. Серед фруктів в Тунісі цінуються персики, виноград, дині, абрикоси, гранати.

У туніських кафе варять каву, особливо цінується кава по-турецьки, в яку додають фльордоранж або рожеву воду; також

п'ють еспрессо, каву з молоком і капучино. Крім кави вкрай поширений магрибський м'ятний чай, чай з кедровими горіхами або мигдалем, лимонади з лимона або апельсина, а також “ле-де-куль” (*фр. lait de poule*), молочний коктейль з яєчними білками.

Незважаючи на те, що більшість населення сповідує іслам, який забороняє вживання спиртних напоїв, в Тунісі продається безліч різноманітних видів алкоголю: пиво, фігова горілка “буха”, віскі, анісові настоянки “Пастис”, фініковий лікер “Тібарін” і бражка з пальмового соку.

Приєм їжі зазвичай відбувається сидячи на підлозі у низького столика; чоловіки і жінки зазвичай харчуються разом. На стіл ставлять одне велике блюдо кускусу, з якого їдять відразу кілька людей.

Практична частина

Мета – ознайомитись з зі способом приготування солоного печива з джемом.

Хід роботи:

1. Вершкове масло (200 гр.) збивається.
2. Додають подрібнену бринзу (200 гр.) і борошно (200 гр.) до вершкового масла.
3. Розкатують тісто в пласт товщиною 0,5 см.
4. Вирізають з тіста стаканом кружальця.
5. З'єднують кружальця попарно будь-яким джемом (200 гр.).
6. Випікають на деко в духовці.

Питання до самоконтролю

1. Розкрийте кулінарні шедеври туніської національної кухні.
2. Що є характерною рисою туніської національної кухні?
3. Назвіть основні національні страви Тунісу.
4. Які з холодних закусок рекомендуються для туристів з країн Африки?

5. Які з перших страв рекомендуються для туристів з країн Африки?
6. Кулінарні традиції яких народів вплинули на кухню Тунісу?
7. Які з других страв рекомендуються для туристів з країн Африки?
8. Які з десерти рекомендуються для туристів з країн Африки?
9. Перелічіть класичні національні страви кухні Тунісу.
10. Охарактеризуйте гастрономічні технології народів Африки.

ЛІТЕРАТУРА

1. Захарчук В. Г., Кунділовська Т. А., Гайдукович Г. Є. Технологія продукції ресторанного господарства: навчальний посібник. Одеса : ОНЕУ, Атлант ВОІ СОІУ, 2016 р. 479 с. Україна. ISBN 966-327-008. URL: <http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/21141> (дата звернення 23.03.2021).
2. Корчик Н.М., Мисіна О.І. Методичні вказівки до виконання лабораторних робіт з навчальної дисципліни «Харчова хімія» для здобувачів вищої освіти першого (бакалаврського рівня) за освітньо-професійною програмою «Готельно-ресторанна справа» спеціальності 241 "Готельно-ресторанна справа" денної та заочної форм навчання. URL: <http://ep3.nuwm.edu.ua/id/eprint/18280> (дата звернення 23.03.2021).