

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
МУРМАНСКОЙ ОБЛАСТИ
«МУРМАНСКИЙ СТРОИТЕЛЬНЫЙ КОЛЛЕДЖ ИМЕНИ Н.Е.МОМОТА»**

**Сборник рецептов блюд и кулинарных
изделий Арктической кухни**

Мурманск

2023

Разработчики:

ГАПОУ МО «Мурманский строительный колледж имени Н.Е. Момота»

ФГАОУ ВО «Мурманский арктический университет», кафедра технологии пищевых производств

Преподаватель дисциплин профессионального цикла

ГАПОУ МО «МСК имени Н.Е. Момота»

Э.А. Мишкинис

Преподаватель дисциплин профессионального цикла

ГАПОУ МО «МСК имени Н.Е. Момота»,

Е.Е. Хармич

аспирант ФГАОУ ВО «МАУ»

Преподаватель дисциплин профессионального цикла

ГАПОУ МО «МСК имени Н.Е. Момота»

Д.В. Бабилов

На страницах сборника использованы фотографии:

сотрудник ГАПОУ МО «МСК имени Н.Е. Момота»

Е.И. Мишустина

Содержание

Предисловие	4
Холодные блюда и закуски	
Трио жареных ломтиков с рыбой	6
Мусс из печени трески	10
Дуэт рыбных паштетов	12
Салат с кальмарами и маринованным перепелиными яйцами	14
Супы	
Похлебка из сушеной оленины	16
Похлебка «Тресковая»	18
Похлебка «Арктическая»	20
Горячие блюда	
Колбаски рыбные из трески	22
Жареное филе камбалы на пюре из зеленого горошка	24
Скумбрия, запечённая с овощами	26
Колбаски из оленины	28
Тушенка из оленины с перловкой	30
Фрикадельки из оленины в сметано-грибном соусе	32
«Длинная лапша» с олениной	34
Десерты	
Крем шоколадно-клюквенный «Кренберри»	36
Валованы с морошкой	38
Пирожное «Снежинка»	40
Десерт «Зимняя сказка»	42
Сфера из морошки с ванильной пеной	46
Мучные изделия	
Шанежки со сметаной	48
Рыбник тресковый	50
Ватрушки из пресного теста с пшеничной кашей	52
Блинчики «Северная рапсодия»	54

Предисловие

«Субарктическая, или заполярная кухня

Несмотря на то, что народы Крайнего Севера — саамы, ненцы, долгане, эвенки, чукчи, нганасаны, эскимосы, коряки и другие — принадлежат к разным этническим группам, говорят на разных языках и разбросаны на огромных пространствах Заполярья от Кольского полуострова до Чукотки, природные условия их обитания сходны, и у них веками складывался единый тип хозяйства, основанный на оленеводстве, зверобойном промысле и рыболовстве.

Все это привело к формированию у этих народов сходных кулинарных навыков и обычаев, единого кулинарного направления, которое можно назвать субарктическим (заполярным).

Очень часто, даже в серьезных научных работах, кулинарное творчество этих народов совершенно не упоминается или же оценивается как примитивное. Иногда отрицается вообще наличие у них какой-либо своей, особой кухни. Эти оценки основываются на бедности пищевого сырья, на ограниченном, применении огня для приготовления пищи, а также на отсутствии кухонной утвари.

Имеются лишь разрозненные этнографические описания, чисто внешне фиксирующие виды пищи народов Севера (мясо, рыба)».

В.В. Похлебкин Кухни наших народов 1983 г.

За годы активного освоения северных территорий нашей страны сформировалась мультикультурная среда, в том числе и в кулинарии заполярных регионов. В наши дни активное изучение и развитие арктической кухни, несомненно, связано с активным развитием внутреннего туризма в России.

Что же из себя представляет современная арктическая кухня сегодня? Конечно же, она заимствовала многое из культуры фино-угорских народов, поморов, народов Урала и других этнических групп нашей страны.

Процесс активного изучения и популяризации арктической кухни, начатый энтузиастами и представителями ресторанного бизнеса, переходит в направление государственной политики, направленной на развитие малого и среднего бизнеса в области туризма и сохранения культурного наследия.

Сегодня арктическая кухня - это уникальный симбиоз старинных и традиционных рецептов народов севера и современных технологий кулинарии. Основой же данного направления, в первую очередь, являются

всевозможное региональное пищевое сырье: как уникальные, так и широко распространенные региональные продукты.

Результатами исследований доказано, что пищевые продукты на основе растительного и животного сырья привычной климатической зоны имеют большую ценность для человеческого организма. Региональное сырье (мясо и рыба), плоды и ягоды лучше усваиваются, не нарушая естественных функций организма, способствуют поддержанию здоровья в норме, повышают иммунитет, выработанный против конкретных локальных стрессовых факторов, воздействующих на человека.

Данный сборник создан в учебных целях для студентов, обучающихся по программам подготовки специалистов среднего профессионального образования профессии «Повар, кондитер» и специальности «Поварское и кондитерское дело», в рамках реализации вариативного курса «Основы арктической кухни». Предназначен для проведения лабораторно-практических работ. Направлен не столько на методическое обеспечение учебного процесса, но, в первую очередь, на развитие творческого подхода к выполнению работ студентами и популяризации развития данного направления в кулинарии.

Авторы надеются на непрерывное пополнение сборника новыми рецептурами как студентами, так и коллегами из числа преподавателей и представителей индустрии общественного питания, заинтересованными в повышении уровня профессиональной подготовки студентов, обучающихся по профессии «Повар, кондитер» и специальности «Поварское и кондитерское дело». Со своей стороны авторы приложат все усилия для актуализации и регулярного пополнения сборника новыми рецептурами.

Трио жареных ломтиков с рыбой

Жареный ломтик с мойвой



Наименование продуктов	Масса на 1 порцию	
	Брутто, г	Нетто, г
Хлеб	18	18
Мойвапряного посола	41	25
Для соуса:		
Сыр творожный	20	20
Сахар	0.5	0.5
Пюре из брусники	17	15
Масса соуса	-	30
Ягоды брусники	1.1	1
Микрозелень	1	1
Выход	-	70

Технология приготовления:

Багет нарезают ломтиками и подсушивают на сухой сковороде-гриль или в духовке при температуре 180°C до золотистой корочки. Мойву соленую разделяют на филе с кожей. Бруснику измельчают в блендере до однородной массы, сыр творожный слегка взбивают и соединяют с пюре из брусники, добавляют сахар.

На готовые хрустящие ломтики хлеба намазывают полученную массу, выкладывают филе мойвы, украшают ягодами брусники и микрозеленью.

Жареный ломтик с тресочкой

Наименование продуктов	Масса на 1 порцию	
	Брутто, г	Нетто, г
Хлеб	18	18
Треска соленая (филе с кожей)	31	30
Для соуса:		
Сыр творожный	30	30
Сахар	0.5	0.5
Огурцы маринованные	27	15
Зелень укропа	1.2	1
Масса соуса	-	40
Ягоды брусники	1.1	1
Микрозелень	1	1
Выход	-	80

Технология приготовления

Багет нарезают ломтиками и подсушивают на сухой сковороде-гриль или в духовке при температуре 180°C до золотистой корочки. Филе трески нарезают тонкими ломтиками без кожи. Маринованные огурцы измельчают, сыр творожный слегка взбивают и соединяют с маринованными огурцами, добавляют сахар и мелко нарезанную зелень укропа.

На готовые хрустящие ломтики хлеба намазывают полученную массу, выкладывают филе трески, украшают ягодами брусники и микрозеленью.

Жареный ломтик с горбушей

Наименование продуктов	Масса на 1 порцию	
	Брутто, г	Нетто, г
Хлеб	20	20
Горбуша с/соленая	43	30
Для соуса:		
Масло сливочное	20	20
Горчица	3	3
Масса соуса	-	30
Ягоды брусники	1.1	1
Микрозелень	1	1
Выход	-	70

Технология приготовления:

Багет нарезают ломтиками и подсушивают на сухой сковороде-гриль или в духовке при температуре 180°C до золотистой корочки. Горбушу слабосоленую разделяют на филе без кожи и костей. Масло сливочное соединяют с горчицей и слегка взбивают.

На готовые хрустящие ломтики хлеба намазывают полученную массу, выкладывают филе горбуши, украшают ягодами брусники и микрозеленью.



Мусс из печени трески

Наименование продуктов	Масса на 1 порцию	
	Брутто, г	Нетто, г
Сыр творожный	100	67
Сахар -песок	1	1
Печень трески	53	45
Перец черный молотый	0.1	0.1
Выход	-	100

Творожный сыр соединяют с сахаром и взбивают миксером, добавляют печень трески, перец черный молотый. Продолжают взбивать до получения однородной пышной массы.



Дуэт рыбных паштетов

Паштет из сельди

Наименование продуктов	Масса на 1 порцию	
	Брутто, г	Нетто, г
Филе сельдь слабосоленой	100	50
Лук репчатый	17	14
Яйцо куриное	1\4 шт.	10
Яблоки зеленые	20	14
Сливочное масло	14	14
Выход	-	100

Яйца куриные, сваренные вкрутую, кусочки филе сельди, очищенное яблоко и репчатый лук нарезают небольшими кубиками. В блендере смешивают все нарезанные ингредиенты, добавляют размягченное сливочное масло и измельчают блендером до однородной консистенции.

Паштет из горбуши

Наименование продуктов	Масса на 1 порцию	
	Брутто, г	Нетто, г
Филе горбуши слабосоленое	80	55
Сыр творожный	35	35
Груша конференция	21	15
Сахар -песок	1	1
Выход	-	100

Нарезают филе горбуши на небольшие кусочки. Творожный сыр и нарезанное на кусочки филе горбуши необходимо слегка подкоптить. В блендере смешивают подкопчённые сливочный сыр и филе горбуши, добавляют очищенную грушу, сахар и измельчают блендером до однородной консистенции.

Салат с кальмарами и маринованными перепелиными яйцами



Наименование продуктов	Масса на 1 порцию	
	Брутто, г	Нетто, г
Кальмары	103	50*
Огурец длинный	31	30
Яйца перепелиные	2 шт.	30
Соус «Табаско»	5	5
Специи	1	1
Сыр пармезан	3.3	3
Соус		
Сметана 20%	31	31
Горчица	2	2
Мед	3	3
Мята	1	1
Масса соуса	-	35
Микрозелень	2	2
Выход	-	145

* Масса отварного кальмара

Технология приготовления

У размороженных тушек кальмара удаляют остатки внутренностей, хитиновые пластинки и кожицу (пленку).

Подготовленные тушки кальмаров тщательно промывают в воде, опускают в кипящую подсоленную воду и варят не более 3-4 мин. с момента закипания воды.

Отварные морепродукты нарезают кольцами толщиной 1.5-2 см, огурцы нарезают тонкими полосками вдоль. Яйца перепелиные маринуют в соусе «Табаско» вместе со специями.

Сыр натирают на терке.

Соус: смешивают сметану, мед и горчицу. Из мяты отжимают сок и вводят в соус, доводят до вкуса.

Оформление: на круглую белую глубокую тарелку укладывают кольца кальмаров, слайсы огурца, половинки перепелиных яиц, посыпают тертым сыром, оформляют соусом и микрозеленью.



Похлебка из сушеной оленины

Наименование сырья, пищевых продуктов	Масса на 1 порцию г	
	Брутто	Нетто
Крупа пшеничная	20	20
Морковь сушеная	5	5
Лук сушеный	6	6
Оленина сушеная	10	10
Грибы сушеные	3	3
Сливки	25	25
Масло сливочное	5	5
Вода	450	450
Выход	-	500

Технология приготовления

В кипящую воду кладут подготовленную крупу, за 10 минут до готовности добавляют сушеные ингредиенты: морковь, лук, оленину. Варят при слабом кипении.

Подготовленные сушеные грибы варят до готовности. Полученный отвар процеживают, грибы нарезают соломкой и добавляют вместе с отваром в похлебку за 10-15 мин до окончания варки. За пять минут до окончания варки добавляют сливки, сливочное масло и соль.



Похлебка «Тресковая»

Наименование сырья, пищевых продуктов	Масса на 1 порцию г	
	Брутто	Нетто
Треска (филе с кожей)	-	120
Картофель	160	120
Лук репчатый	36	30
Печень трески консервированная	32	30
Масло сливочное	10	10
Соль	5	5
Перец	0.02	0.02
Бульон рыбный	-	250
Лук зеленый	8	5
Выход	-	500

Технология приготовления

Филе трески с кожей без костей нарезают брусочками и укладывают в горшочек, добавляют картофель, нарезанный дольками, нашинкованный репчатый лук, консервированную печень трески, масло сливочное, специи и заливают горячим рыбным бульоном. Доводят до готовности в пароконвектомате при температуре 200°С в течении 20-25 минут.



Похлебка «Арктическая»

Наименование сырья, пищевых продуктов	Масса на 1 порцию г	
	Брутто	Нетто
Грибы сушеные	10	10
Масса готовых грибов	-	16
Треска (филе с кожей)	92	92
Масса вареной рыбы	-	75
Картофель	114	85
Лук репчатый	42	35
Морковь	38	30
Масло сливочное	12	12
Соль	5	5
Перец	0,02	0,02
Отвар грибной	-	330
Выход	-	500

Технология приготовления

Сушеные грибы отваривают. Отвар процеживают. Картофель, нарезают дольками, морковь - соломкой, лук шинкуют. Морковь и лук пассеруют. Филе трески с кожей нарезают по 25 - 30 г. и припускают. Грибной отвар доводят до кипения вместе с грибами, закладывают картофель, вновь доводят до кипения, вводят пассерованные овощи и варят до готовности.

При отпуске в порционную посуду кладут припущенную рыбу, заливают похлебкой, доводят до кипения, можно посыпать зеленью.



Колбаски рыбные из трески

Наименование сырья, пищевых продуктов	Масса на 1 порцию г	
	Брутто	Нетто
Треска не разделанная	290	158
Шпик	48	48
Лук репчатый	14	12
Зелень петрушки	3	2
Соль	5	5
Перец черный молотый	0,3	0,3
Мускатный орех молотый	0,15	0,15
Вино белое сухое	7	7
Оболочка натуральная	6	6
Масса п/ф	-	238
Выход	-	150

Треску разделяют на филе без кожи и костей. Филе рыбы и шпик нарезают небольшими кусочками, добавляют соль, перец, мускатный орех, белое вино, перемешивают и пропускают через мясорубку с решеткой с крупными отверстиями. Натуральную оболочку замачивают на 2-3 часа в холодной воде и затем тщательно промывают. Через специальную насадку на мясорубке шприцуют оболочку рыбной массой, формируя колбаски по 150-200 г.

Подготовленные колбаски прокалывают иглой в нескольких местах и жарят до готовности. Колбаски можно жарить основным способом, на гриле и мангале, а также в жарочном шкафу. При жарке в жарочном шкафу колбаски укладывают на противень в один ряд так, чтобы они не соприкасались, наливают немного воды и жарят при температуре 180-200°C в течении 15-20 минут, переворачивая.

Жареное филе камбалы на пюре из зеленого горошка



Наименование сырья, пищевых продуктов	Масса на 1 порцию г	
	брутто	нетто
Камбала	173	156
Мука пшеничная	10	10
Масло растительное	10	10
Масса жареной камбалы	-	125
Гарнир:		
Зеленый горошек замороженный	110	110
Сливки 22%	17	17
Масло сливочное	10	10
Масса пюре из зеленого горошка	-	125
Выход		250

Технология приготовления

Порционные куски, нарезанные из непластованной рыбы, посыпают солью, перцем, панируют в муке, кладут на разогретую сковороду, жарят с обеих сторон до образования поджаристой корочки, доводят до готовности в жарочном шкафу. При отпуске на тарелку красиво укладывают пюре из зеленого горошка, рядом камбалу.

Зеленый горошек отваривают и измельчают в блендере до однородной массы, добавляют соль, горячие сливки и растопленное сливочное масло.



Скумбрия, запечённая с овощами

Наименование сырья, пищевых продуктов	Масса на 1 порцию г	
	брутто	нетто
Скумбрия	276	156
Картофель	133	100
Морковь	31	25
Лук репчатый	30	25
Сметана	25	25
Майонез	25	25
Лимон для сока	17	7
Масло растительное	15	15
Выход	-	300

Технология приготовления

Скумбрию, разделанную на филе с кожей без костей, посыпают солью, перцем, сбрызгивают лимонным соком.

Для соуса майонез смешивают со сметаной, добавляют чеснок, соль.

Картофель нарезают ломтиками, репчатый лук и морковь соломкой, солят и укладывают на смазанную растительным маслом фольгу, сверху укладывают подготовленную рыбу, поливают маслом, соусом, закрывают фольгой и запекают в пароконвектомате при температуре 200 °С в течение 30 минут.

Подают скумбрию вместе с овощами и соусом.



Колбаски из оленины

Наименование сырья, пищевых продуктов	Масса на 1 порцию г	
	Брутто	Нетто
Оленина (тазобедренная часть)	215	158
Шпик	48	48
Лук репчатый	14	12
Зелень петрушки	3	2
Соль	5	5
Перец черный молотый	0,3	0,3
Мускатный орех молотый	0,15	0,15
Оболочка натуральная	6	6
Масса п/ф	-	238
Выход	-	150

Технология приготовления

Оленину и шпик нарезают небольшими кусочками, добавляют соль, перец, мускатный орех, перемешивают и пропускают через мясорубку с решеткой с крупными отверстиями. Натуральную оболочку замачивают на 2-3 часа в холодной воде и затем тщательно промывают. Через специальную насадку на мясорубке шприцуют оболочку рубленой массой, формируя колбаски по 150-200г.

Подготовленные колбаски прокалывают иглой в нескольких местах и жарят до готовности. Колбаски можно жарить основным способом, на гриле и мангале, а также в жарочном шкафу. При жарке в жарочном шкафу колбаски укладывают на противень в один ряд так, чтобы они не соприкасались, наливают немного воды и жарят при температуре 180-200°C в течении 15-20 минут, переворачивая.



Тушенка из оленины с перловкой

Наименование сырья, пищевых продуктов	Масса на 1 порцию г	
	Брутто	Нетто
Оленина (тушенка)	113	75
Крупа перловая	50	50
Вода	120	120
Масса рассыпчатой каши	-	150
Лук репчатый	35	30
Масло растительное	15	15
Масса пассерованного лука		15
Сыр творожный	20	20
Сыр «Пармезан»	11	10
Брусника	6	5
Выход	-	280

Технология приготовления

Рассыпчатую перловую кашу соединяют с пассерованным репчатым луком, творожным сыром, прогревают, затем добавляют тертый на крупной терке сыр «Пармезан», прогревают, пока сыр не расплавится.

Тушенку из оленины прогревают.

При отпуске на кашу укладывают мясо, украшают ягодами брусники.



Технология приготовления

Котлетную массу с добавлением сырого репчатого лука формуют в виде шариков массой 10 - 12 г, затем панируют в муке, обжаривают, перекладывают в неглубокую посуду в 1 - 2 ряда, заливают соусом и тушат 5 - 10 мин. до готовности. Отпускают фрикадельки с соусом, в котором они тушились, и гарниром.

Фрикадельки из оленины в сметано-грибном соусе

Наименование сырья, пищевых продуктов	Масса на 1 порцию г	
	Брутто	Нетто
Оленина (лопаточная часть)	103	76
Хлеб пшеничный	16	16
Молоко или вода	22	22
Лук репчатый	7	6
Мука	10	10
Масса полуфабриката	-	129
Масло растительное	10	10
Масса готовых фрикаделек	-	110
Соус грибной:		
Грибы сушеные	3	3
Вода	-	75
Отвар грибной	-	56
Масло растительное	3	3
Мука пшеничная	3	3
Лук репчатый	27	23
Масло растительное	3	3
Сметана	30	30
Масло сливочное	3	3
Масса соуса	-	75
Гарнир :		
Полба	60	60
Вода	108	108
Масса гарнира	-	150
Выход	-	285

Для приготовления соуса грибы отваривают, отвар процеживают. Нарезанный лук репчатый пассеруют, добавляют вареные измельченные грибы и продолжают жаренье еще 3 - 5 мин. Пассерованную на жире муку разводят отваром грибным горячим, варят до загустения, солят и процеживают, затем кладут пассерованный лук с грибами, сметану и варят до готовности. Готовый соус заправляют маслом сливочным.



«Длинная лапша» с олениной

Наименование сырья, пищевых продуктов	Масса на 1 порцию г	
	Брутто	Нетто
Оленина (тазобедренная часть)	162	119
Масса готового мяса	-	75
Мука пшеничная	150	150
Вода для замеса теста	60	60
Масса теста	-	205
Масса готовой лапши	-	270
Масло растительное для смазки лапши	5	5
Масло растительное	25	25
Картофель	51	38
Лук репчатый	18	15
Чеснок	5	4
Перец сладкий	33	25
Морковь	38	30
Редька	21	15
Томатное пюре или помидоры свежие	20 71	20 60
Вода	150	150
Укроп, петрушка (зелень)	7	5
Выход	-	600

<Перец сладкий можно заменить таким же количеством лука репчатого.

Технология приготовления

Замешивают крутое пресное тесто и оставляют на 1,5 - 2 ч.

Подготовленное тесто раскатывают и нарезают длинные полоски. Полученную длинную лапшу отваривают в кипящей подсоленной воде, откидывают, промывают и смазывают растительным маслом. Затем готовят мясо с овощами. Лук репчатый нарезают полукольцами, свежие помидоры - дольками, морковь, редьку, картофель и перец сладкий - мелкими кубиками. Мясо, нарезанное мелкими кусочками, обжаривают на жире с репчатым луком, добавляют свежие помидоры или томатное пюре. Через 5 - 10 мин. кладут морковь, редьку, сладкий перец, измельченный чеснок и продолжают обжаривание еще 8 - 10 мин. Затем добавляют воду и кладут картофель, специи и тушат до готовности.

Перед отпуском готовую лапшу разогревают в кипящей воде, укладывают в глубокую тарелку, сверху - мясо с овощами, посыпают зеленью.



Крем шоколадно-клюквенный «Кренберри»

Наименование сырья, пищевых продуктов	Масса на 1 порцию, г	
	брутто	нетто
Сливки питьевые 33% жирности	90	90
Шоколад темный	10	10
Сахар-песок	5	5
Ванильный сахар	5	5
Желатин	3	3
Вода	12	12
Орехи фундук	5	5
Клюква свежая	36	35/17*
Морошка свежая	5	5
Выход	-	100

*-масса сока

Технология приготовления

Подготовленный желатин заливают холодной кипяченой водой и оставляют для набухания на 1-1,5 часа. Подготовленные сливки соединяют с ванильным сахаром и сахаром-песком, нагревают до растворения сахара. Затем добавляют измельченный шоколад и при постоянном перемешивании нагревают до полного растворения шоколада, смесь соединяют с набухшим желатином и перемешивают до полного растворения желатина. Перебранную и подготовленную клюкву протирают до появления сока. Соединяют сок клюквы и сливочно-шоколадную смесь. Смесь, охлажденную до 50°C, взбивают в течение 7 минут. Взбитую однородную массу разливают в креманки и охлаждают до полного застывания не менее 3 часов при температуре 4-6 °С.

При отпуске крем украшают ягодами клюквы и морошки, посыпают предварительно обжаренными (при температуре 110°C), измельченными и охлажденными орехами.



Валованы с морошкой

Наименование сырья, пищевых продуктов	Масса на 10 шт по 20г.	
	Брутто	Нетто
Валованы	60	60
Крем сливочно-творожный:		
Сыр творожный	35	35
Сливки 33%	12	12
Сахарная пудра	6	6
Масса крема	-	50
Пюре из ягод морошки	50	50
Ягоды морошки	30	30
Мята (верхние листики)	1	1
Выход	-	10шт. по 20г.

Технология приготовления

Сыр творожный и сливки охлаждают, добавляют сахарную пудру и взбивают до получения плотной пышной массы.

Готовые валованы наполняют из кондитерского мешка вначале пюре из морошки, затем сливочно-творожным кремом.

Украшают перебранными и подготовленными ягодами морошки и листиками мяты.



Технология приготовления

Приготовление теста. Нарезанное на куски масло сливочное (маргарин), соль и воду нагревают до кипения. В кипящую массу, тщательно перемешивая лопаткой, постепенно добавляют муку и проваривают 5 мин. до получения однородной массы. Влажность заваренной массы 38 - 39%. Полученную массу охлаждают до 60 - 70 °С, после чего при непрерывном помешивании или взбивании при малом числе оборотов постепенно добавляют меланж и замешивают тесто в течение 15 - 20 мин. Готовое тесто должно быть равномерно перемешанным, без комочков. Влажность теста 52 - 56%.

Формование. Тесто отсаживают на силиконовые коврики для выпечки в виде круглых лепешек через круглую трубочку диаметром 10 мм. Продолжительность выпечки 35 - 40 мин. при температуре 180 - 200 °С.

Крем из сливок с брусникой: Сливки охлаждают до температуры 2°С и взбивают в прохладном помещении, пользуясь охлажденным инвентарем, до пышной устойчивой пены. Вначале (2-3 мин) взбивают медленно, затем темп взбивания увеличивают.

Пирожное «Снежинка»

Наименование сырья, пищевых продуктов	Масса на 10 шт. по 60г.	
	брутто	нетто
П\ф заварной:		
Мука пшеничная в/с	86	86
Маргарин	43	43
Соль	1	1
Меланж	148	148
Вода	86	86
Масса теста:	-	360
Выход заварного п/ф:	-	190
Крем из сливок с брусникой:		
Сливки 35%	250	250
Сахарная пудра	10	10
Брусника свежая	167	150
Масса крема из сливок с брусникой	-	400
Крем белковый:		
Сахар-песок	195	195
Белки яичные	6 1/8 шт.	98
Кислота лимонная	1	1
Вода	60	60
Масса крема белкового	-	300
Выход	10 шт. по 60г	

Не прекращая взбивания, постепенно добавляют сахарную пудру. Затем добавляют перебранную, промытую и обсушенную бруснику

Крем белковый. Предварительно охлажденные яичные белки взбивают во взбивальной машине сначала при малом, затем при большом числе оборотов в течение 7 - 10 мин. до увеличения в объеме в 6-7 раз. Не прекращая взбивания, тонкой струйкой вводят горячий сахарный сироп, кислоту лимонную и взбивают 3 - 7 мин. Приготовление сахарного сиропа: сахар-песок растворяют в воде и уваривают до влажности 35%.

Оформление. Заварной полуфабрикат заполняют кремом из сливок с брусникой, на поверхность наносят рисунок белковым заварным кремом в виде снежинок и украшают ягодами брусники.

Десерт «Зимняя сказка»

Полуфабрикаты для десерта:

1 Бисквит

Наименование сырья, пищевых продуктов	Масса на 100г.	
	брутто	нетто
Мука пшеничная в/с	12	12
Сахар	15	15
Яйца	1 1/2шт.	65
Мед или инвертный сироп	30	30
Разрыхлитель	1	1
Красители	3	3
Масса теста	-	102
Масса бисквита	-	90

Технология приготовления

Бисквит. Муку соединяют с разрыхлителем, перемешивают. Яйцо с сахаром взбивают сначала на малой скорости, постепенно её увеличивая, пока масса не увеличится в объёме. Затем добавляют жидкий мёд или инвертный сироп. В яичную массу добавляют смесь просеянной муки с разрыхлителем и осторожно перемешивают до однородности. В подготовленные пластиковые стаканы перекалдывают тесто заполняя на 1/3, добавляют красители и доводят до нужного цвета, тщательно перемешивая. Выпекают в СВЧ-аппарате в течение 1-2 минут, в зависимости от мощности. Готовый бисквит остужают и вынимают, разрезая пластиковые стаканы. Готовый бисквит делят на части, делая подобие мха.

2 Крем из сливок

Наименование сырья, пищевых продуктов	Масса на 100г.	
	брутто	нетто
Сливки 33-35%	98	98
Сахарная пудра	5	5
Масса крема	-	100

Технология приготовления

Предварительно охлажденные сливки взбивают во взбивальной машине до увеличения в объёме в 6-7 раз, не прекращая взбивания, тонкой струйкой вводят просеянную сахарную пудру.



3 Крем белковый заварной

Наименование сырья, пищевых продуктов	Масса на 100г.	
	брутто	нетто
Сахар - песок	65	65
Белки яичные	33	33
Кислота лимонная	0.5	0.5
Масса крема	-	100

Технология приготовления

Предварительно охлажденные яичные белки взбивают во взбивальной машине сначала при малом, затем при большом числе оборотов в течение 7 - 10 мин. до увеличения в объёме в 5-6 раз. Не прекращая взбивания, тонкой струйкой вводят горячий сахарный сироп, уваренный до пробы на «средний шарик», кислоту лимонную и взбивают 5- 7 мин. до остывания. Должна получиться белая, однородная, пышная и слегка тягучая масса с глянцевой поверхностью, хорошо сохраняющая форму.

4 Желе из брусники

Наименование сырья, пищевых продуктов	Масса на 100г.	
	брутто	нетто
Брусника	17	16
Сахар - песок	16	16
Вода	80	80
Желатин	4	4
Масса желе	-	100

Технология приготовления

Из перебранных и промытых ягод отжимают сок и хранят его на холоде. Оставшуюся мезгу заливают горячей водой и варят 5 - 8 мин. Отвар процеживают, добавляют сахар, нагревают до кипения, удаляют с поверхности сиропа пену, затем добавляют подготовленный желатин, размешивают его до полного растворения, вновь доводят до кипения, процеживают. В подготовленный сироп с желатином добавляют ягодный сок, разливают в порционные формочки и оставляют на холоде при температуре от 0 до 8 °С в течение 1,5 - 2 ч для застывания.

Изомальтовая сфера

Наименование сырья, пищевых продуктов	Масса на 1 шт.	
	брутто	нетто
Изомальт	50	50
Крем из сливок	20	20
«Мох» из бисквита	15.	15
Ягоды брусники 7-9 шт.	5	5
Выход	-	90

Изомальт растапливают, не доводя до кипения. В подготовленную силиконовую форму в виде полусфер переливают изомальт, равномерно распределяя по стенкам формы. Оставляют в форме до полного застывания и остывания. Застывший изомальт извлекают из формы. Затем в одну полусферу укладывают слоями бисквит, крем, желе, крем и верхний слой – бисквит и ягоды. У наполненной десертом полусферы растапливают край при помощи горелки и соединяют со второй, образуя тем самым сферу.

Шоколадная полусфера

Наименование сырья, пищевых продуктов	Масса на 1 шт.	
	брутто	нетто
Шоколад	25	25
Крем из сливок	20	20
«Мох» из бисквита	15.	15
Ягоды брусники 7-9 шт.	5	5
Выход	-	65

Темный шоколад растапливают на водяной бане до температуры 48°С, снимают посуду с бани. Посуда отдаст тепло и шоколад нагреется до 50-55°С. Чуть больше половины шоколада выливают на гранитную поверхность или силиконовый коврик, остужают до 27-28°С, тщательно перемешивают до лёгкого загустения. Как только шоколад загустеет до состояния, что его будет проблематично перемешивать, добавляем эту массу обратно к той, что находится в посуде, и за счёт смешивания двух разных температур мы получим идеальную температуру. Готовый шоколад заливают в форму в виде полусфер, стряхивают излишки и отправляют на стабилизацию в холодильник на 24 часа. Через сутки шоколад вынимают из формы и оформляют, укладывая слоями: бисквит, крем, желе, крем и верхний слой – бисквит и ягоды.

Сфера из белкового крема

Наименование сырья, пищевых продуктов	Масса на 1 шт.	
	брутто	нетто
Крем белковый	30	30
Крем из сливок	20	20
«Мох» из бисквита	15.	15
Ягоды брусники 7-9 шт.	5	5
Выход	-	70

Поверхность одной силиконовой формы из кондитерского мешка обмазывают белковым кремом полностью, на другой наносят рисунок в виде «сетки». Подготовленные полусферы сушат в дегидраторе при температуре 80°С в течение 60 мин. Осторожно вынимают из форм. Белковую гладкую полусферу оформляют, укладывая слоями: бисквит, крем, желе, крем и верхний слой – бисквит и ягоды. И накрывают сетчатой.

Сфера из морошки с ванильной пеной



Наименование сырья, пищевых продуктов	Масса на 1 порцию г	
	Брутто	Нетто
Морошка	72	56
Мед цветочный	3	3
Перец белый молотый	0,02	0,02
Соль	0,1	0,1
Лактат кальция	1,5	1,5
Вода	300	300
Альгинат натрия	1,5	1,5
Масса готовой сферы	-	58
Молоко 3,2%	50	50
Ванилин	0,01	0,01
Масса ванильной пены	-	2
Выход	-	60

Технология приготовления:

Морошку пробить блендером до образования однородной пюреобразной консистенции, протереть через сито. Добавить мед, перец белый молотый, соль структурообразователь – лактат кальция и перемешать при помощи блендера.

Сделать альгинатную ванночку: воду налить в высокую емкость, добавить альгинат натрия и перемешать при помощи блендера.

Отмерить небольшое количество морошкового пюре ложкой и опустить в альгинатную ванночку. При образовании сферы (шарика) достать и промыть холодной водой.

Для пены: молоко довести до кипения, добавить ванилин, взбить блендером до образования плотной устойчивой пены.

В подготовленный панцирь морского ежа выложить пену, поверх пены выложить сферу из морошки.



Шанежки со сметаной

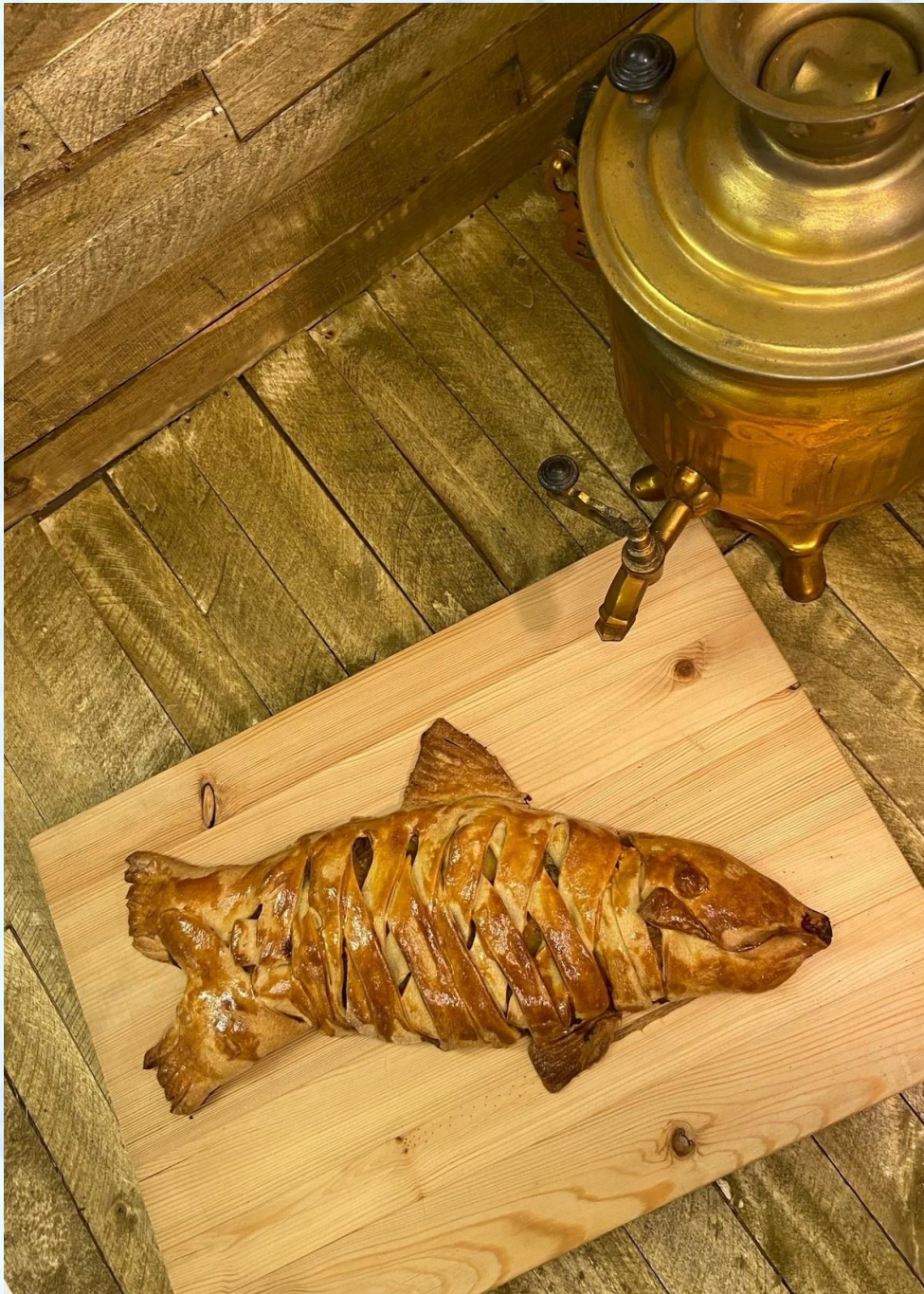
Наименование сырья, пищевых продуктов	Масса на 10 шт. по 100г.	
	брутто	нетто
Мука пшеничная в/с	600	600
Сахар	67	67
Соль	4	4
Меланж	67	67
Вода для замеса теста	300	300
Масло растительное	40	40
Дрожжи прессованные	22	22
Масса теста	-	1000
Сметана	150	150
Масло растительное для смазки форм	27	27
Выход	10 шт. по 100г	

Технология приготовления

В дежу вливают подогретую до температуры 35 - 40 °С воду (60 - 70% от общего количества жидкости), добавляют разведенные в воде и процеженные дрожжи, всыпают муку (35 - 60%) и перемешивают до получения однородной массы. Поверхность опары посыпают мукой, дежу накрывают крышкой и ставят в помещение с температурой 35 - 40 °С на 2,5 - 3 ч для брожения. Когда опара увеличится в объеме в 2 - 2,5 раза и начнет опадать, к ней добавляют остальную жидкость с растворенными солью и сахаром, меланж или яйца, затем все перемешивают, всыпают оставшуюся муку и замешивают тесто. Перед окончанием замеса добавляют растительное масло. Дежу закрывают крышкой и оставляют на 2 - 2,5 ч для брожения. За время брожения тесто обминают 2 - 3 раза.

Приготовленное опарным способом тесто развешивают по 100г и кладут в смазанные маслом формы, дают расстояться, затем смазывают сметаной и выпекают при температуре 230-240 оС в течение 10-12 минут.

Рыбник тресковый



Наименование сырья, пищевых продуктов	Масса на 800г.	
	Брутто	Нетто
Мука пшеничная в/с	300	300
В т. ч. на подпыл	30	30
Сахар	33	33
Соль	4	4
Маргарин	100	100
Сода	2	2
Кефир 2.5%	66	66
Масса теста		450
Фарш:		
Треска филе без кожи и костей	450	450
Масло растительное	40	40
Лук репчатый	100	84
Масса пассерованного лука		42
Соль	4	4
Перец черный молотый	0.2	0.2
Масса фарша		450
Меланж для смазки	20	20
Масса полуфабриката		900
Выход		800

Технология приготовления

В кефире растворяют соль, сахар, пищевую соду, добавляют растопленный маргарин, просеянную муку и замешивают пресное сдобное тесто.

Фарш: филе трески без кожи и костей нарезают кубиками 15*15 мм, смешивают с пассерованным луком, добавляют соль, перец.

Тесто раскатывают в виде овала толщиной 0.7 см, на середину укладывают фарш, края теста нарезают на полоски, полосками поочередно с одной и другой стороны (косичкой) накрывают фарш, придают форму рыбы, смазывают яйцом и выпекают при температуре 200оС в течение 35-40 минут.

Ватрушки из пресного теста с пшеничной кашей



Наименование сырья, пищевых продуктов	Масса на 10 шт по 150г.	
	Брутто	Нетто
Мука пшеничная в/с	300	600
В т. ч. на подпыл	30	60
Сахар	33	66
Соль	4	8
Маргарин	100	200
Сода	2	4
Кефир 2.5%	66	132
Масса теста		900
Фарш:		
Крупа пшеничная	200	200
Вода	360	360
Масса рассыпчатой каши	-	500
Грибы лесные сушеные	27	27
Лук репчатый	238	200
Масло растительное	40	40
Масса пассерованного лука с грибами	-	200
Соль	4	4
Перец черный молотый	0.2	0.2
Масса фарша		700
Сметана	100	100
Масса полуфабриката		1700
Выход		10 шт. по 150г.

Технология приготовления

В кефире растворяют соль, сахар, пищевую соду, добавляют растопленный маргарин, просеянную муку и замешивают пресное сдобное тесто.

Фарш: в пшеничную рассыпчатую кашу добавляют вареные грибы, обжаренные с луком, соль, перец

Тесто раскатывают в виде лепешки толщиной 0.5 см, на середину укладывают фарш, края теста загибают, придавая форму ватрушки, поверхность смазывают сметаной и выпекают при температуре 200°С 20-25 минут.



Блинчики «Северная рапсодия»

Наименование сырья, пищевых продуктов	Масса на 1 порцию г	
	брутто	нетто
Мука пшеничная в/с	82	82
Сахар	6	6
Соль	1	1
Яйца	1\2	20
Молоко или вода для замеса теста	208	208
Масса теста	-	320
Масло растительное	10	10
Выход п\ф	-	2 шт. по 100г
Фарш из оленины	-	50
Фарш брусничный	-	50
Выход:	-	300

Технология приготовления

Яйца, соль, сахар размешивают, добавляют холодное молоко (50% нормы), всыпают муку и взбивают до получения однородной массы, постепенно добавляя оставшееся молоко. Готовое жидкое тесто (влажность 66%) процеживают. Блинчики выпекают на смазанных жиром и разогретых сковородах диаметром 24 - 26 см. Налитое тесто поворачиванием сковороды распределяют ровным слоем по всей поверхности и обжаривают с одной стороны, после чего блинчики снимают и охлаждают.

На поджаренную сторону блинчика кладут фарш, заворачивают в виде прямоугольных плоских пирожков, обжаривают с обеих сторон на разогретых сковородах до образования румяной корочки и ставят в жарочный шкаф на 5 - 6 минут. Отпускают блинчики по 2 штуки на порцию.

Один с фаршем из оленины, другой - из брусники.

При отпуске блинчик с мясным фаршем поливают растопленным маслом, блинчик с фаршем из брусники, посыпают рафинадной пудрой.

Фарш из оленины с луком

Наименование сырья, пищевых продуктов	Масса на 100г.	
	брутто	нетто
Оленина	151	114
Масло растительное для обжаривания оленины	6	6
Лук репчатый	28	23
Масло растительное	8	8
Масса пассерованного лука	-	14
Мука пшеничная в/с	1	1
Соль	1	1
Перец черный молотый	0.05	0.05
Вода	12	12
Выход		100

Технология приготовления

Оленину пропускают через мясорубку, соединяют с водой и обжаривают до готовности. Лук репчатый нарезают и пассеруют. Сок, выделившийся из мяса, сливают и приготавливают на нем белый соус. Обжаренное мясо смешивают с пассерованным луком, ещё раз пропускают через мясорубку, добавляют соль, перец, белый соус и перемешивают.

Фарш брусничный

Наименование сырья, пищевых продуктов	Масса на 100г.	
	брутто	нетто
Брусника свежая	56	51
Повидло	51	51
Выход	-	100

Технология приготовления

Бруснику перебирают, промывают, обсушивают, добавляют повидло и перемешивают.