**Технология приготовления супов итальянской, швейцарской и румынской кухонь.**

ПЛАН

1. **Особенности кухонь**
2. **Популярные 1 блюда кухонь**

# Особенности Итальянской кухни

Итальянская кухня использует самые разнообразные продукты питания: овощи, рыбу, продукты моря (моллюски, крабы, омары, лангусты, креветки, каракатицы и т. д.), говядину и нежирную свинину (в натуральном виде), птицу, фрукты и ягоды, сыр, бобовые (фасоль, горох), рис. Для приготовления различных блюд итальянские кулинары потребляют много разнообразных пряностей, специй и приправ: маслины, каперсы, цикорий, мускатный орех и др.

Завтрак у итальянцев, как правило, легкий: хлеб, сыр, кофе. Зато обед очень плотный. В него входят закуска, первое блюдо (минестра), второе блюдо и десерт: сыр, фрукты, кофе и сухое виноградное вино. Рийет иногда риллет (фр. rillettes) - это разновидность паштета с грубыми различимыми волокнами, обычно используют как намазку к обычному или тостовому хлебу

В итальянской кухне популярны макароны, сыр, томатный соус, маслины, рыбные продукты, оливковое масло. Итальянцы любят крабы и салаты из них, каперсы, огурцы, ветчину, отварной язык, отварную или жареную курицу. Из первых блюд для них лучше готовить бульоны, супы-пюре, а из вторых — рыбные, мясные (из нежирной свинины, баранины, птицы) с овощными или макаронными гарнирами. Любимое блюдо итальянцев – лангет с зеленым салатом, свежими помидорами или маринованными овощами. Фаршированные помидоры в итальянском стиле Закуска на тему "а-ля капрезе"! Легкая в приготовления, легкая по калорийности, а самое главное - пикантная, свежая и вкусная

Италия знаменита не только своими природными красотами, доброжелательными людьми, но и своей удивительно вкусной и колоритной кухней. Именно она считается прародительницей макарон, спагетти, пиццы, тарталеток и многих других наивкуснейших блюд которыми сегодня лакомится все человечество. К тому же она является негласной королевой в области организации кулинарно-гастрономических туров. Посещая, Италию в рамках тура для гурманов вы будете поражены обилием мифов, легенд, историй связанных с национальными блюдами и кулинарными традициями итальянцев. Ниже приведены легенды и мифы итальянской кухни, привлекающие сюда туристов со всех концов земли. Торт "Тирамису" - знаменитый итальянский десерт. Есть много его рецептов, но неизменным остается наличие особого бисквитного печенья - савоярди, кофе, коньяка и крема. Чизкейк с маскарпоне Основу чизкейка составляют мягкие сливочные сыры: рикотта, филадельфия или маскарпоне. Сыр взбивается со сливками и яйцами. Готовый чизкейк по консистенции напоминает воздушное суфле. Обратите внимание на нежнейший десерт из сметаны - панна-котту! Дословный перевод этого лакомства с итальянского языка звучит как «вареный крем». Вместо сливок можно использовать сметану.

Распространенным супом в Италии считается минестроне, для приготовления которого используют семь разновидностей овощей, мяса и специй.

Сколько народов – столько и вкусовых пристрастий.

Минестру чаще всего составляют супы-пюре, прозрачные супы, супы с макаронами, а также блюда, приготовленные из макаронных изделий, разнообразных по форме и качеству. Макароны - излюбленная пища итальянцев. Все блюда из них называются «паста». Пасту заправляют томатным соусом, маслом и сыром, готовят с мясом. Часто пасту подают в сочетании с фасолью, горохом, цветной капустой. Из макаронных изделий очень распространены спагетти - вид длинной вермишели (обычно в виде мотков), которую отваривают в подсоленной воде или бульоне, и канелони - короткие макароны. Сначала канелони отваривают до полуготовности, а затем наполняют фаршем, приготовленным из рубленого говяжьего мяса, смешанного с мелконарезаннымн грибами, рубленой зеленью, сырыми яйцами и др., и доводят до готовности в жарочном шкафу.

Из других изделий из теста популярностью пользуются равиоли - небольшие квадратные пельмени, которые подают в томатном соусе и с тертым сыром.

Итальянский чечевичный суп С наступлением холодов хочется согревающих супов. таким является солнечный, в меру острый и очень вкусный суп из чечевицы с овощами

Иногда первые блюда состоят целиком из мяса - жареного, вареного или тушеного. Любимое мясное блюдо итальянцев - рагу, представляющее собой большой кусок мяса, сначала поджаренного до румяной корочки, а затем тушенного в томатном соусе. Отдельно к мясу принято подавать овощной салат.

На второе чаще всего готовят овощные блюда: жареные овощи, сельдерей. Очень популярна тушеная цветная капуста, обильно заправленная оливковым маслом, каперсами и маслинами.Ужин часто состоит из какого-либо холодного блюда: салата, винегрета, помидоров, сыра.Сыр, как и макароны, - излюбленное кушанье итальянцев. В стране распространены всевозможные сорта сыра: пармезан, сыр из молока буйволиц (моцарелла), соленый сухой сыр из овечьего молока (пекорино) и др.Характерными для итальянской национальной кухни являются и такие блюда, как ризотто - плов с ветчиной, тертым сыром и луком, с креветками, грибами; полента - круто сваренная каша из кукурузной муки (ее подают к столу нарезанной ломтиками), телячьи медальоны по-милански, цыпленок с рисом и др.

Из жиров итальянцы употребляют главным образом оливковое масло, но любят и свиное сало. Хлеб едят только пшеничный

Исторически изначально в Италии жидкое первое блюдо существовало в виде овощного супа — минестроне. В настоящее время широкое распространение получили менее густые и более легкие супы (minestra — minestrina).

Существует чёткая регламентация терминов:
**minestrone** всегда указывается, как овощной суп, **minestra**— как какая-то похлебка, а **zuppa**— густой суп или суп-пюре.

**Zuppa d’orzo** — ароматная похлебка из свинины и шпика с ячменем и картофелем
**Brodetto** — рыбный суп, подобие ухи

**Zuppa di fagioli**— густой фасолевый суп.

**Zuppa di lenticchie**— густая чечевичная похлебка с ветчиной, подается обязательно с белым хлебом.

**Zuppa di pesce**— пикантный густой рыбный суп из рыбы, морепродуктов и прочих ингредиентов как-то: помидоры, оливковое масло, вино, чеснок, перец-чили.

**Acqua cota**— легкий овощной суп из моркови, сельдерея, перца, помидоров, лука, подается в глиняном горшочке с crostini

**Passatelli di carne**— лапша из измельченного куриного мяса, шпината и муки, с мускатным орехом в мясном бульоне.

1. **Особенности румынской кухни**

В румынской кухне популярны блюда из хорошо прожаренной свинины, говядины, птицы, рыбы, овощей, кукурузы (отварной, жареной, тушеной). Большим спросом пользуются мясные блюда, жаренные на решетке. Румынам можно рекомендовать сливочное масло, салаты из свежих овощей, маринованные овощи, рыбу под маринадом, колбасы, ветчину, жареную птицу, бульоны с крупами, клецками, макаронными изделиями, борщи, овощные супы, блюда из вырезки, шашлыки из свинины, блюда из рыбы в отварном и жареном виде, блюда из яиц, галушки, вареники. После обеда рекомендуется подавать черный кофе.

В рацион питания не следует включать блюда из баранины и рубленого мяса, соусы и кисели

Румыния, бывшая античная римская провинция Romania, – последний «осколок» Древнеримской империи, сохранившийся до нашего времени. В течение тысячелетий своей бурной истории румынская культура испытала воздействие множества влияний, в том числе турок, затем французов. Эти влияния зачастую приносили великие испытания и страдания румынскому народу, но обогащали его кухню.

Румынская кухня достаточно оригинальна. Развиваясь веками под влиянием своих традиций, а также впитав в себя кулинарные традиции соседних европейских, славянских и угорских народов, она приобрела репутацию простой и очень сытной. Основу кухни составляют всевозможные овощи и кукуруза. Наиболее употребимым в быту продуктом является «мамалыга» - круто сваренная каша из кукурузной муки. Её подают со всевозможными добавками, жарят, делают из неё пудинги и легкие закуски. Также традиционное место на столе занимают лепешки «мэлай».

Овощных блюд великое множество. Наиболее оригинальны особые голубцы из капустных и виноградных листьев «сармале» (некоторые их виды готовят до трех суток!), фаршированные мясом, сыром и рисом помидоры, фаршированные грибы, блюдо из домашней лапши, овощей и молочных продуктов «йофка», фаршированный лук, рагу из зеленого лука, фасоль с копченым салом, пюре из фасоли и различная свежая зелень. Широко используются закуски из свежих овощей в виде сложных салатов, в сочетании с яйцами, брынзой или сметаной.

Национальными блюдами также считаются десятки видов традиционного густого супа «чорбэ», который обычно подкисляется квасом, рассолом, кефиром или другими кисломолочными продуктами, суп с тмином, суп из белокочанной капусты со сметаной, гуляш, своеобразный кислый суп из настоя отрубей и кукурузной муки - «барш», суп с мясными шариками и овощами, суп из рубца, суп из помидоров с чесноком и др.

Мясо широко используется во всех видах и во всевозможных комбинациях с другими ингредиентами. Хороши шпигованная чесноком баранина, рагу из потрохов «токитура», копченое в дыму козье мясо, жареные на углях сосиски «патричьени», омлеты с сыром, ветчиной и грибами, тушеный в чугунке цыпленок, олтянская «чулама» из цыпленка с мамалыгой, тушеная слоями капуста с мясом, жаркое из мяса и овощей «токанэ», шашлык из печени «фригэруй», рагу из телятины «чулама», блюдо из потрохов ягненка «дроб», жареные на углях котлетки с горчицей «мититей», говядина с красным перцем и мучными клецками «паприкаш де винтел», молдавский холодец из птицы и свинины, жареная и маринованая рыба с различными гарнирами, рыбный «гювеч» с овощами, ягненок на вертеле, шашлык, кебаб, мусака и т. д.

Традиционно готовится огромное количество блюд из теста - куличи «козонаки», калачи из слоеного теста с разнообразнейшими начинками «ынвыртитэ», плоские пирожки с мясом «паржоалэ», трансильванские галушки, клецки, пироги с сыром «брюй», сладкие ватрушки «пасча», блины, «аливенци», «плацынды» с тыквой, творогом, яблоками или картофелем, творожники со сметаной «папанащи», десятки видов вареников и пудинги.

Для десерта типичны полукруглый пирог с начинкой, разнообразные бисквиты с фруктами, бриоши и саварены, баклава, саралия, рахат-лукум и тысячи видов варенья.

Особого внимания заслуживают румынские вина. Лучшими сортами считаются Бэбяска, Бусуйока, Згихара, Фетяска, Граса-де-Котнарь, Мурфатлар, Одобешть, Котешть, Кадаркэ, Панчу, Никорешть, Фурминт, Опорто, Санджовеск, Кряцэ, Мажаркэ, Тырнаве, Тэмыйоасэ, Штефэнешть, Драгошань, Сигарчи, Садова-Корабия, Арджеш и Дялу-Маре. Также прекрасные вина делают здесь и из импортированных сортов винограда - Рислинг, Руландер, Мерло, Алиготе, Траминер, Ркацители, Совиньон, Каберне, Пино, Мускат и Шардонэ.

Превосходным качеством славятся и местные бренди «винарс», среди которых лучшими считаются марки марки Васкони, Пьетроаса, Жидвей, Доробанц и Мурфатлар. Также в Румынии делают неплохие крепкие напитки, в том числе традиционный румынский сливовый самогон «цуйка» (55-60 «градусов») и венгерскую «палинку».

Местное пиво тоже имеет отменную репутацию. Лучшим сортом считается «Урсус».

**БУЛЬОН С КАРТОФЕЛЬНЫМИ КЛЕЦКАМИ**

***Ингредиенты*:- бульон 1 л,**

**- картофель 200 г,**

**- яйцо 0,5 шт.,**

**- мука 20 г,**

**- масло сливочное 20 г,**

**- перец молотый,**

**- соль по вкусу.**

**Приготовление**

Картофель отварить, очистить, размять. Масло растереть, добавить яйцо, муку, перец, соль, подготовленный картофель и хорошо перемешать.
Полученную массу разделать в виде шариков, запанировать в муке, отварить в подсоленной воде в течение 10 минут и откинуть на дуршлаг.
При подаче положить клецки в тарелку и залить бульоном.

**СУП ПО-РУМЫНСКИ**

***Ингредиенты*:
- курица 300 г,**

**- картофель 400 г,**

**- морковь, лук репчатый по 50 г,**

**- корень петрушки 25 г,**

**- мука пшеничная 10 г,**

**- масло сливочное 20 г,**

**- уксус 3%-й или лимонная кислота 10 г,**

**- перец красный 2 г,**

**- сметана 30 г,**

**- соль по вкусу.**

**Приготовление**

Морковь, лук, петрушку нарезать соломкой и слегка спассеровать на масле, затем добавить уксус или лимонную кислоту и прогреть.
Из курицы приготовить бульон, процедить его, довести до кипения, положить нарезанный брусочками картофель и варить до полуготовности. После этого заправить пассерованными кореньями и луком, мукой, перцем, солью и довести до готовности.
При подаче положить в суп нарезанную кусочками курицу, заправить сметаной.

**СУП ИЗ КОЛЬРАБИ**

***Ингредиенты*:
- капуста кольраби 360 г,**

**- картофель 60 г,**

**- масло сливочное 15 г,**

**- мука 5 г,**

**- желток яичный 1 шт.,**

**- сметана 12 г,**

**- соль по вкусу.**

**Приготовление**

Очищенную и нарезанную ломтиками кольраби положить в кипящую подсоленную воду, довести до кипения и добавить нарезанный средними кубиками картофель.
Заправить мучной пассеровкой на масле и довести до готовности.
Перед подачей заправить сметаной, растертой с желтком.

**ЧОРБА ОВОЩНАЯ С МЯСОМ**

***Ингредиенты*:
- говядина (лопаточная, подлопаточная части, грудинка, покромка) 150 г,
- капуста белокочанная 100 г,**

**- картофель 250 г,**

**- морковь 50 г,**

**- лук репчатый 24 г,**

**- томат-пюре 30 г,**

**- масло топленое 30 г,**

**- перец сладкий 15 г,**

**- зеленый горошек консервированный 40 г,**

**- помидоры свежие 120 г,**

**- лимонная кислота 1 г,**

**- зелень петрушки 5 г,**

**-перец молотый,**

**- соль по вкусу.**

**Приготовление**

Из говядины приготовить бульон, процедить, посолить, довести до кипения.
В кипящий бульон положить шинкованную капусту, нарезанный ломтиками картофель и варить до полуготовности, затем добавить нарезанный полукольцами сладкий перец, зеленый горошек, снова довести до кипения и добавить нарезанные ломтиками поджаренные помидоры, пассерованные на масле морковь, лук, томат-пюре, молотый перец и варить 15 минут.
За 5 минут до конца варки добавить разведенную лимонную кислоту.
При подаче разложить в тарелки нарезанное мясо, посыпать зеленью.

**Ответить на вопросы**

**И ПРИСЛАТЬ ОТВЕТЫ**

 **написать особенности и 1 –ые популярные блюда Швейцарии.**

**1. Какие особенности итальянской кухни вы знаете? Назвать и написать технологию приготовления популярных супов.**

2.Какие знаете особенности и первые блюда Швейцарии и Румынии?