

Міністерство
зовнішніх економічних зв'язків і торгівлі
України

ЗБІРНИК РЕЦЕПТУР

**НАЦІОНАЛЬНИХ СТРАВ
ТА КУЛІНАРНИХ
ВИРОБІВ**



Для підприємств
громадського харчування
всіх форм власності

Затверджено наказом Міністерства зовнішніх економічних зв'язків і торгівлі України

Узгоджено з Міністерством охорони здоров'я України

Схвалено Українським науково-дослідним інститутом харчування.

Автори-розробники:

*О.В. Шалимінов, Т.П. Дятченко, Л.О. Кравченко,
А.А. Рачковський, Ю.Ф. Родіонов*

Збірник рецептур національних страв та кулінарних виробів: Для підприємств громад. харчування всіх форм власності / О.В. Шалимінов, Т.П. Дятченко, Л.О. Кравченко та ін. — К.: А.С.К., 2000. — 848 с.

ISBN 966-539-170-4

Збірник є нормативним документом для підприємств громадського харчування незалежно від форм власності. Видається вперше в Україні. Складається з 15-ти розділів, в яких пропонуються рецептури страв і кулінарних виробів хонь народів різних країн (України, Росії, Білорусі, Молдови, Естонії, Литви, твії, Грузії, Вірменії, Азербайджану, Узбекистану, Казахстану, Туркменистану, ргизстану й Таджикистану). У додатках дано 30 таблиць з нормами витрат овини, виходу продукції, відходів та втрат у процесі роботи з різними про-ктами.

Для підприємств громадського харчування всіх форм власності.

БК 36.99

BN 966-539-170-4

© Міністерство зовнішніх економічних зв'язків
і торгівлі України, 1999.
© "А.С.К.", 2000.



МІНІСТЕРСТВО
ЗОВНІШНІХ ЕКОНОМІЧНИХ ЗВ'ЯЗКІВ
І ТОРГІВЛІ УКРАЇНИ
НАКАЗ

06.07.99

КИЇВ

№ 484

Про введення Збірника рецептур
національних страв і кулінарних
виробів для підприємств
громадського харчування

Відповідно до вимог Указу Президента України від 11.07.95 № 603/95 "Про державне регулювання відносин у сфері торгівлі" щодо сприяння формуванню та товарному насиченню споживчого ринку, виробництву товарів, розширенню їх асортименту та поліпшенню якості з урахуванням попиту населення

НАКАЗУЮ:

1. Затвердити розроблений Головним управлінням з питань внутрішньої торгівлі та громадського харчування й погоджений з Міністерством охорони здоров'я України Збірник рецептур національних страв і кулінарних виробів для підприємств громадського харчування.

2. Встановити, що Збірник рецептур національних страв і кулінарних виробів для підприємств громадського харчування є нормативним документом і призначається для використання під час приготування кулінарної продукції в підприємствах громадського харчування незалежно від форм власності.

3. Республіканському комітету по торгівлі та захисту прав споживачів Автономної Республіки Крим, управлінням з питань торгівлі та побутового обслуговування населення обласних державних адміністрацій, управлінням з питань торгівлі Київської та Севастопольської міських державних адміністрацій ввести в дію Збірник рецептур національних страв і кулінарних виробів для підприємств громадського харчування з моменту його отримання.

4. Управлінню справами (Дробний В. В.) довести наказ до відома Республіканського комітету по торгівлі та захисту прав споживачів Автономної Республіки Крим, управлінням з питань торгівлі та побутового обслуговування населення обласних державних адміністрацій, управлінням з питань торгівлі Київської та Севастопольської міських державних адміністрацій.

5. Контроль за виконанням цього наказу покласти на Першого заступника Міністра Шевальова В. М.

Міністр



А. Гончарук

Лист погодження до наказу Міністерства зовнішніх економічних зв'язків і торгівлі України від 06.07.99 № 484 "Про введення Збірника рецептур національних страв і кулінарних виробів для підприємств громадського харчування"

ПОГОДЖЕНО:

Перший заступник
Міністра охорони здоров'я України
Головний державний санітарний лікар
України



О. О. Бобильова

ЗАТВЕРДЖЕНО

Перший заступник Головного державного
санітарного лікаря України
С.П.Бережнов

М.П.

Міністерство охорони здоров'я України

(найменування органу, установи то)

Головне санепідуправління

(закладу державної санітарно-епідеміологічної служби)

03021, м. Київ-21, вул. Грушевського, 7

(поштова адреса)

293-07-31

(телефон, факс)

ВИСНОВОК

державної санітарно-гігієнічної експертизи нормативної документації

видано 24.06.99

(дата видачі)

№ 5.08.07/2245

Розглянувши проект "Збірника рецептур національних страв і кулінарних виробів для підприємств громадського харчування",

(найменування нормативного документу з даними комерного кодифікатора Держстандарту України)

розроблений Міністерством зовнішніх економічних зв'язків і торгівлі України

(назва організації-розробника)

Україна, 254665, МСП-655, м. Київ, Львівська площа, 8,

(адреса)

а також подані матеріали: проект "Збірника рецептур національних страв і кулінарних виробів для підприємств громадського харчування" відгук УкрНДІ харчування

(перелік)

результати дослідження нормативних документів: експертний висновок Українського НДІ харчування № 670/228 від 11.06.99

(назва результатів згідно з додатками № 2,3,4,5,6,7 до положення про Державну санітарно-гігієнічну експертизу проектів

нормативної документації в органах, установах та закладах державної санітарно-епідеміологічної служби)

(назва організації, які проводили дослідження)

анітарно-гігієнічні дослідження (повітря робочої зони, атмосферного повітря тощо) не проводились

(назва організації, яка проводила дослідження)

проведені дослідження не проводились

(зх перелік)

огоджую (або не погоджую, записати словами) погоджую "Збірник рецептур національних страв і кулінарних виробів для підприємств громадського харчування"

(назва нормативного документа)

(перелік причин, з яких нормативний документ не погоджується)

алузь застосування продукції: громадське харчування, харчування населення

оловне санепідуправління

(назва організації, яка проводила санітарно-гігієнічну експертизу,

номер і дата висновку цієї організації)

ксперт(и)

А. А. Григоренко

прізвище, ім'я по батькові



підпис

ВІДГУК

на "Збірник рецептур національних страв і кулінарних виробів для підприємств громадського харчування всіх форм власності"

Серед різних зовнішніх факторів, які впливають на організм людини, харчування є одним із найважливіших. Правильно організоване харчування забезпечує нормальний плин процесів росту й розвитку організму, збереження здоров'я та працездатності людини.

Розвиток кулінарної майстерності пов'язаний із традиціями побуту, культури й звичаями населення.

Різні народи мають свої, властиві тільки їм, культурно-побутові традиції, специфіка яких обумовлена природно-кліматичними та соціально-економічними чинниками.

Традиції національної кухні, забуті й сучасні рецептури страв різних країн і народів у поєднанні з традиційними й сучасними методами оброблення сировинних компонентів — усе це відображено в цьому збірнику рецептур.

Збірник представлено широким асортиментом страв української, російської, білоруської, молдовської, таджицької, киргизької, туркменської, казахської, узбецької, азербайджанської, вірменської, грузинської, латвійської, литовської, естонської кухонь.

Рецептури страв і кулінарних виробів різних національних кухонь за органолептичними властивостями й за вмістом харчових речовин являють собою прекрасні зразки правильного поєднання продуктів.

Найповніше в Збірнику представлена українська кухня. Українська національна кухня вирізняється великою кількістю страв із переважним використанням м'яса свинини, сала, бобових, крупів, овочів, борошнених виробів тощо.

Сюди включено холодні закуски (рибні, м'ясні, овочеві, із сиру, яєць та інші), перші й другі страви (з м'яса, риби, картоплі, овочів, грибів), страви з крупів, бобових, яєць, сиру, риби, м'яса (варені, смажені, тушковані, січені, запечені), гарніри, соуси, солодкі страви, борошняні вироби, напої тощо — всього до 500 найменувань.

Слід зазначити, що до переліку страв української кухні включено як страви національні, так і нові оригінальні рецептури, які дають змогу розширити раціон харчування людини необхідними для організму речовинами й сполуками. Більшість із представлених страв вирізняються складною рецептурою, різноманітним поєднанням продуктів, комбінованими способами теплового оброблення.

У Збірнику представлено до 140 рецептур російської кухні. Серед них традиційні щі, супи, страви з картоплі, бобових, яєць, сиру, риби, м'яса, напої, борошняні вироби тощо.

Для російської кухні характерна різноманітність сировини та продуктів, які входять до складу страв — м'ясо, крупи, овочі, дари природи (мед, гриби, горіхи, ягоди), спеції та прянощі. Широко використовується також м'ясо диких тварин.

Поєднання різноманітного асортименту сировини й способів кулінарного оброблення дає змогу створювати вироби з покращеними органолептичними показниками, підвищеною харчовою та біологічною цінністю, відобразити своєрідний національний характер.

Особливу привабливість надають російській кухні рецептури страв народів та народностей, які входять до складу Росії (марійські, осетинські, карельські, татарські, удмуртські, дагестанські, тувинські, башкирські, бурятські та інші).

Молдовська кухня широко представлена рецептурами з овочів, бринзи, бобових, м'яса. Особливу пікантність готуваним стравам і виробам надають соуси, до складу яких входять виноградне вино й томатний сік.

Особливістю білоруських страв є широке використання картоплі, овочів, м'яса (особливо свинини), молока, а також різноманітні види теплового оброблення.

У Збірнику наведено рецептури національної кухні середньоазійських народів (узбеків, таджиків, туркменів, киргизів, казахів), народів Кавказу (вірменів, грузинів, азербайджанців), Прибалтики (латишів, литовців, естонців). Описано деякі рецептури в їхньому історичному розвитку, дано порівняльний аналіз кухонь різних народів.

У кожному розділі Збірника рецептур вказані не лише особливості страв кулінарних виробів різних країн, але й представлені деталі їхнього оформлення, послідовність подавання до столу й навіть оптимальний для цього час; у деяких випадках рекомендується певний посуд для тієї чи іншої страви.

У Збірнику також надані рецептури й докладна технологія приготування страви чи виробу з конкретизацією послідовності, часу й температурних режимів.

Збірник рецептур може зацікавити фахівців різного профілю, у тому числі представників громадського харчування, медиків, викладачів і студентів навчальних закладів різних рівнів акредитації, домашніх господарок.

Враховуючи сказане, вважаємо сучасним і необхідним видання великим тиражем "Збірника рецептур національних страв і кулінарних виробів для підприємств громадського харчування", що сприятиме розширенню асортименту страв і кулінарних виробів у громадському харчуванні з урахуванням національних особливостей, дасть змогу збагачувати щоденне меню, готувати страви підвищеної харчової та біологічної цінності.

Треба зазначити, що аналогічного Збірника рецептур в Україні ще не було видано.

Директор УкрНДІ харчування,
професор



В. Г. Передерій

ВСТУП

ЗБІРНИК рецептур національних страв і кулінарних виробів для підприємств громадського харчування всіх форм власності є нормативним документом і призначається для використання під час приготування кулінарної продукції в підприємствах громадського харчування незалежно від форм власності.

У ЗБІРНИКУ враховано особливості харчування народів, що склались протягом їхнього багатовікового розвитку під впливом природних, історичних та соціально-економічних умов життя. Незважаючи на взаємний вплив сусідніх народів, кожний з них зберіг свою специфіку в поєднанні продуктів, застосуванні способів їх оброблення, використанні спеціального посуду, оформленні та подаванні страв.

Рецептури страв та виробів подано, як правило, в одному варіанті. У рецептурах вказано: найменування сировини та продуктів, які входять у страву, норми закладки продуктів (маса бруто й нетто) у грамах, вихід (маса) у грамах окремих напівфабрикатів, готових компонентів та страви в цілому.

Рецептури салатів та інших холодних страв, а також супів та солодких страв вказані, як правило, на вихід 1000 г, а напоїв — на 1000 мл. Це дає змогу визначити масу порцій з урахуванням попиту споживачів та умов роботи підприємств.

Рецептури страв орієнтовані на стандартну сировину й складені з урахуванням чинних норм відходів і втрат під час холодного й теплового оброблення продуктів таких кондицій:

яловичина I категорії, баранина (без ніжок) I категорії, свинина м'ясна, субпродукти (окрім рубців) морожені, рубці охолоджені, сільськогосподарська птиця напіввищипана

шена II категорії (кури, курчата, бройлери-курчата, індички, гуси, качки, кролі випотрошені II категорії);

риба морожена велика або усіх розмірів нерозроблена (за винятком окуня морського, тріски, мерлангу, які надходять без голови);

оселедець — солоний, пряний, маринований нерозроблений середній;

томатне пюре з вмістом сухих речовин 12%, яйця курячі II категорії середньою масою 46 г у шкаралупі або 40 г без шкаралупи (норми відходів на шкаралупу й втрати становлять 12,5%);

масло коров'яче (ГОСТ 37—91): вершкове — селянське, любительське, вологодське, солоне, несолоне; топлене — для заправки супів, рибних, м'ясних та інших страв, соусів, гарнірів; топлене — для смаження напівфабрикатів тощо;

олія — для смаження напівфабрикатів, заправки салатів та приготування других страв.

Прийнято норми відходів, що діють для картоплі до 31 жовтня, для моркви та буряків — до 1 січня. Норми закладки сиру твердого в рецептурах наведено на сир голландський, якщо не обумовлено інший вид сиру.

Норми виходу напівфабрикатів, страв і кулінарних виробів указано з урахуванням втрат під час їх приготування, охолодження та порціювання.

У норми відходів і втрат під час холодного оброблення включено втрати внаслідок нарізання крупнокускових напівфабрикатів на порційні або дрібні куски та їх зберігання. У нормах відходів і втрат під час оброблення сільськогосподарської птиці та кролика передбачено втрати внаслідок порціювання після теплового оброблення (варіння, смаження). Якщо птицю тушкують порційними та дрібними кусками, то передбачено втрати на порціювання під час наробування птиці в сирому виді. У рецептурах м'ясних страв вказано частини яловичини, свинини, баранини з урахуванням їхніх кулінарних властивостей та теплового оброблення.

У рецептурах супів, солодких страв (компотів та інших) указано норму рідини з урахуванням втрат під час виробництва.

Основні положення, якими необхідно керуватись під час користування ЗБІРНИКОМ:

1. Сировина, яка використовується для приготування страв, має відповідати вимогам чинних державних і галузевих стандартів, технічних умов та інших нормативно-технічній документації.

2. Витрати солі, спецій (перцю, лаврового листу та інших), зелені (кропу, петрушки, селери) у рецептурах, як правило, не указані. Рекомендовані норми витрат (у грамах) цих продуктів масою нетто на одну страву такі:

холодні страви: сіль — 2—3; перець мелений — 0,02; перець горошком — 0,05; лавровий лист — 0,01; салат або зелена цибуля — 5—10; перець солодкий — 5—10; зелень кропу або петрушки — 2—3;

страви з картоплі, овочів, грибів та бобових: сіль — 3—4; перець чорний — 0,01; зелень кропу або петрушки — 2—3; зелена цибуля — 5—10;

страви з риби: сіль — 3; перець чорний — 0,01; лавровий лист — 0,01; зелень кропу або петрушки — 1—3; страви з м'яса та м'ясних продуктів: сіль — 4; перець — 0,05; лавровий лист — 0,02;

страви із сільськогосподарської птиці та кроля: сіль — 3—5; перець — 0,05; лавровий лист — 0,04; зелень кропу або петрушки — 3—5;

на 1000 г супів: сіль — 6—10; перець — 0,1; лавровий лист — 0,02; зелень кропу або петрушки — 4—6;

на 1000 г страв із сиру: сіль — 10;

на 1 яйце в стравах із яєць (яєчня): сіль — 0,25; зелень кропу або петрушки — 1—3.

Якщо норми витрат солі, спецій та зелені вищі від наведених, то вони вказані безпосередньо у рецептурі. Ці продукти включаються при калькулюванні страв у разі необхідності, при цьому відповідно збільшується вихід страви.

Керівник підприємства, що здійснює діяльність у сфері громадського харчування, при користуванні ЗБІРНИКОМ має право:

самостійно заміняти (виключати) у рецептурах відсутні види сировини та продуктів (крім основного складника страви) або додатково включати їх у необхідних кількостях, не погіршуючи смакових властивостей страв (виробів);

з урахуванням попиту споживачів змінювати норми відпускання страв (виробів), у тому числі соусів та гарнірів, там, де дозволяє технологія приготування.

Під час підготовки ЗБІРНИКА були використані такі посібники:

Збірник рецептур страв української кухні: Довідник. — К.: Техніка, 1992;

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания. — М.: Экономика, 1983;

Сборник рецептур национальных блюд. — М.: Сварог, 1994;

Рецептура і технологія приготування страв української кухні. — К.: Техніка, 1968;

Лікарські рослини: Енциклопедичний довідник/ Відп. ред. А.М.Гродзінський. — К.: Голов. ред. УРЕ, 1989.

СТРАВИ УКРАЇНСЬКОЇ КУХНІ

Своєрідність національної української кухні виражається у переважному використанні таких продуктів, як свинина, сало шпик, свинячий топлений жир, олія, пшеничне борошно, гриби, буряки, квасоля, гарбуз.

Багато українських страв вирізняється складною рецептурою, різноманітним поєднанням продуктів, комбінованими способами теплового оброблення, за яких сирий продукт спочатку піддають легкому обсмажуванню й відносно швидкому пасеруванню (смаженню) і тільки після цього тривалому тепловому обробленню, тобто варінню, запіканню або тушкуванню.

Із цими особливостями приготування українських страв здавна пов'язані й особливості українського посуду — казанки для варіння, сковороди для смаження — глибокі і напівглибокі, невисокий глиняний посуд для подальшого тушкування — різноманітні глечики, миски, чашки, макітри.

Серед технологічних прийомів приготування їжі привертає увагу шаткування, січення та інші способи подрібнення сировини, зокрема м'яса. Звідси наявність в українській кухні різноманітних рулетів (завиванців), фаршированих страв, запіканок, кручеників з м'ясними фаршами і січеників, битків, котлет тощо.

У харчуванні українців невід'ємною частиною є різноманітні супи (юшки). Найбільш популярні борщі. За набором продуктів і способами приготування вони відбивають специфіку харчування населення окремих місцевостей.

Український борщ посідає особливе місце. До його складу входить близько 20 найменувань продуктів. Буряки є обов'язковим складником борщу. Залежно від виду їх тушкують, варять або печуть. У деякі борщі для надання особливого (кислуватого) смаку додають буряковий або хлібний квас і яблука кислих сортів. Для приготування борщів характерне використання квасолі. Страву заправляють салом шпик, товченим із часником, і дрібно нарізаною зеленню. Деякі борщі, насамперед "Український", подають із пампушками в часниковому соусі. На Україні готують також капустяки й кулеші, які мають густу консистенцію.

Характерною для української кухні є також значна кількість борошняних виробів. Національними стравами вважаються вироби з простого бездріжджового тіста: вареники, галушки, гречаники. У борошняних стравах здебільшого використовується пшеничне борошно, рідше — гречане в суміші з пшеничним, а із крупів популярністю користуються пшоно та рис.

Поряд із борошняними виробами важлива роль відводиться овочам. Їх вживають як гарніри до жирної м'ясної їжі або подають як самостійну страву. Квашені овочі широко використовують у салатах і вінегретах. З овочів перше місце посідає буряк. Серед інших культур, яким надається перевага, варто назвати моркву, гарбуз, картоплю й помідори. Дуже популярні білі гриби (сушені й свіжі).

Для української кухні характерне також вживання бобових — бобів, сочевиці й особливо квасолі. Бобові широко використовуються як доповнення до інших овочів.