

6118.9(075)
A-90

TAOM TAYYORLASH TEXNOLOGIYASI



O'ZBEKISTON RESPUBLIKASI OLIY
VA O'RTA MAXSUS TA'LIM VAZIRLIGI

O'RTA MAXSUS, KASB-HUNAR TA'LIMI MARKAZI

O'RTA MAXSUS KASB-HUNAR TA'LIMINI RIVOJLANTIRISH INSTITUTI

UMID AXROROV, SHUHRAT AXROROV

TAOM TAYYORLASH TEXNOLOGIYASI

*Kasb-hunar kollejlari uchun
o'quv qo'llanma*

To'ldirilgan ikkinchi nashr

«SHARQ» NASHRIYOT-MATBAA
AKSIYADORLIK KOMPANIYASI
BOSH TAHRIRIYATI
TOSHKENT—2008

A—90

T a q r i z c h i l a r :

A.E.TOIROV, Toshkent Tijorat kolleji direktori, iqtisod fanlari nomzodi, dotsent;

E.A.UMARQULOV, Toshkent shahar 8-sonli Biznes maktabi direktori, iqtisod fanlari nomzodi, dotsent;

Q.O.DODAYEV, Toshkent Kimyo-texnologiya instituti «Go'sht, sut, baliq va konservalangan mahsulotlar texnologiyasi» kafedrasida dotsenti, texnika fanlari nomzodi.

Axrorov U.B., Axrorov Sh.U.

Taom tayyorlash texnologiyasi: Kasb-hunar kollejlari uchun o'quv qo'llanma/Axrorov Umid, Axrorov Shuhrat; O'zbekiston Respublikasi Oliy va o'rta maxsus ta'lim vazirligi, O'rta maxsus, kasb-hunar ta'limi markazi —T.: «Sharq», 2008.—368 b.

Umumiy ovqatlanish korxonalariga texnolog, pazanda tayyorlovchi kasb-hunar kollejlari, o'quvchilari uchun o'quv qo'llanma sifatida tavsiya etilgan. Ushbu qo'llanmadan pazandachilik bo'yicha mahoratini oshirmoqchi bo'lgan umumiy ovqatlanish pazandachilari, shuningdek, uy bekalari ham foydalanishlari mumkin.

BBK 36.99ya722

ISBN 978-9943-00-340-8

© «Sharq» NMAK Bosh tahririyati, 2004, 2008.

KIRISH

Ma'lumki, hayot uchun zarur bo'lgan oziq-ovqat mahsulotlarining mo'l-ko'pchiligini ta'minlash, asrash, qayta ishlash, isrof qilmaslik kabi masalalar insekundt paydo bo'lgan davrlardanoq dolzarb bo'lib kelgan. Davrimiz ilmiy-texnika ravnaqi davri bo'lganligi uchun ham iste'moldagi taomlarimizga befarq qaramasdan, balki fan nuqtayi nazaridan yondashish muhim ahamiyat kasb etadi.

Pazandachilikning boshqa san'at tarmoqlari kabi o'ziga xos «janrlari» ham mavjud bo'lib, ular o'zbek pazandachiligida oshpazlik, kabobpazlik, novvoylik, qandolatchilik (shakarpazlik), mantipazlik, yaxnapazlik va shu kabilardir. Mana shu pazandachilik janrlarining barchasidan xabardor mutaxassislar umumiy nom bilan **pazanda** deb yuritiladi. **Pazandachilik san'ati** deb, o'simlik va hayvon xomashyolaridan inson (organizmi) uchun zarur bo'lgan turli xil lazzatli, to'yimli va pokiza taomlarni tayyorlash hamda did bilan dasturxonga tortish-tuzashning muayyan usullari yig'indisiga aytiladi.

Yaratilgan mazkur «Taom tayyorlash texnologiyasi» kitobi pazandalarni tayyorlaydigan kasb-hunar kollejlari va boshqa o'quv yurtlari o'quvchilari uchun o'quv qo'llanma bo'lib, avvalgi qo'llanib kelingan o'quv qo'llanmalardan tarkibi va tuzilishi bo'yicha farq qiladi.

Taom tayyorlash texnologiyasining umumiy qoidasi va uslublarini saqlagan holda, birinchi navbatda, O'zbekistonda keng ko'lamda tayyorlanadigan o'zbek milliy taomlariga, so'ngra Yevropa taomlariga e'tibor berishni lozim topdik. Pazandachilik juda nozik did va bilimni talab qiladi. Soddagina ko'ringan ayrim tadbirlar tayyor taomning to'liq shakllanmasligiga sabab bo'lib, tayyorlangan taom o'zining ko'rinishi bilan ishtaha ochishi, mazasi bilan hazm qilish organlaridagi bezlarning ishga tushishi va nihoyat, organizmda to'liq hazm bo'lishi lozim. Masalan, dukkakli donlarga birlamchi (ivitish) ishlov berish qoidalari buzilsa, donning xususiyatlari o'zgarib, kerakli lazzatga ega bo'lmaydi. Hattoki, go'shtni to'g'rash usuliga e'tibor berish lozim. Jumladan, har qaysi taom uchun go'sht to'qimasi tolasining yo'nalishini bilgan holda to'g'ralmasa, taom ko'ngildagidek chiqmaydi.

Taom tayyorlash san'ati **kulinariya** deb ataladi va inson faoliyatining eng qadimiy tarmoqlaridan biri bo'lib hisoblanadi. Taom tayyorlash usullari jamiyat rivojlana borishi bilan birga takomillashib borgan. Ko'p asrlar davomida insekundt oziq-ovqat mahsulotlarini qayta ishlash va shu mahsulotlardan taom tayyorlash sohasida juda katta tajriba orttirgan.

Umumiy ovqatlanish korxonalarini hozirgi zamon talabida rivojlantirish uchun: oziq-ovqat sanoati tarmoqlari bilan kooperatsiyalash asosida mahsulotni yangi sanoat texnologiyasi asosida ishlab chiqarishni joriy etish, ishlab chiqarish jarayonlarini yarim tayyor yoki tayyor mahsulot tayyorlovchi yirik korxonaga aylantirish, ularni mahsulotlar bilan markazlashtirilgan usulda ta'minlashga o'tkazish lozim. Bular o'z navbatida tarmoq xodimlarining ish unumdorligi oshishiga, ishlab chiqarilayotgan mahsulot sifatining yaxshilanishiga, xomashyodan unumli va sifatli foydalanishga, ko'p mehnat talab etuvchi ish jarayonlarini mexanizatsiyalashga imkon beradi.

Umumiy ovqatlanishning xalq xo'jaligi uchun ahamiyati katta. Taomlarni umumiy ovqatlanish korxonalarida tayyorlash, kulinariya yarim fabrikatlarini joriy etish juda ko'p mehnat va vaqtni tejaydi, insonni xalq xo'jaligida va ijtimoiy-siyosiy sohalarda ishlash uchun bo'shatib olishga imkon beradi, xotin-qizlarni ro'zg'ordagi unumsiz ishlardan ozod qiladi.

Yaxshi tashkil etilgan, ilmiy-gigiyenik asosda yo'lga qo'yilgan umumiy ovqatlanish mehnatkashlar keng ommasi uchun foydali bo'lib, sanoatda va qishloq xo'jaligida mehnat unumdorligini oshirishga yordam beradi. Mamlakatimizda umumiy ovqatlanishni yaxshilash va rivojlantirishga qaratilgan hukumatimizning qator qarorlari xalqimizga qilinayotgan g'amxo'rlikni ko'rsatuvchi dalillardan biridir.

Umumiy ovqatlanish korxonalarida ishlab chiqarilgan mahsulot sifati, kishilarning sog'lom va mehnatga qobiliyatli bo'lishlari ko'pincha pazandalarning malakasiga, ularning taom tayyorlash texnologiyasini va zamonaviy texnika vositalarini qanchalik yaxshi egallaganliklariga bog'liqdir.

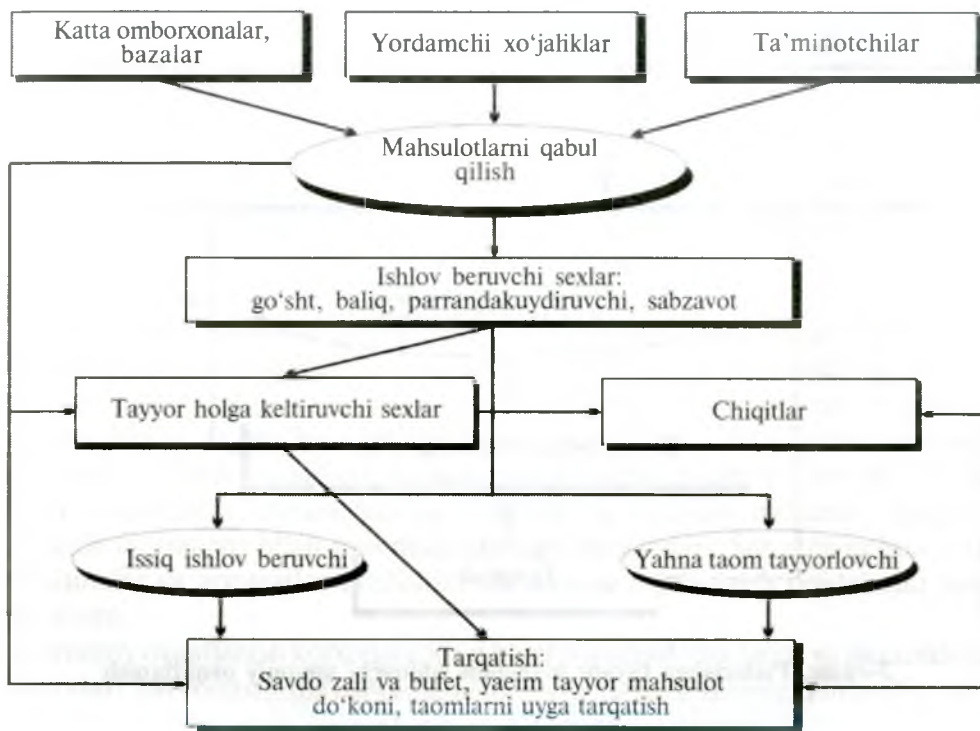
Taom tayyorlash texnologiyasi — pazandachilikda ko'pchilik xo'randalarga mo'ljallab taom tayyorlash uchun mahsulotlarga mexanik va issiqlik ishlovini berishning oqilona sirlarini o'rgatadi. Bu texnologiya xalq urf-odatlariga, usta pazandalarning ish tajribalariga, fan-texnika yutuqlariga tayangan holda ish tutadi.

Hozirgi zamon umumiy ovqatlanish korxonalarida pazandachilik mahsulotlarini ishlab chiqarish murakkab texnologik jarayon bo'lib, bu jarayon taom tayyor bo'lgunga qadar mahsulotlarga ishlov berish bilan bog'liq bo'lgan ketma-ket bosqichlardan iboratdir.

Taom deb, bir yoki bir necha tur mahsulotga pazandachilik ishlovi berish, bezash va porsiyalab iste'molga tayyor holga keltirish holatiga aytiladi.

Pazandachilik mahsulotlari deb, oziq-ovqat mahsuloti yoki bir necha xil mahsulotlarga pazandachilik ishlovi berilib, iste'molga tayyor holatiga yetkazilgan, bunda biroz qo'shimcha ishlov berish, isitish, porsiyalarga taqsimlash, bezashni talab qiladigan holatga aytiladi.

Umumiy ovqatlanish korxonalarini ish jarayonlarini tashkil qilish usuliga qarab: tayyor va qayta tayyorlanadigan mahsulotlar bilan ishlovchi korxonalar, yarim tayyor mahsulotlar bilan ishlovchi korxonalar bo'linadi.

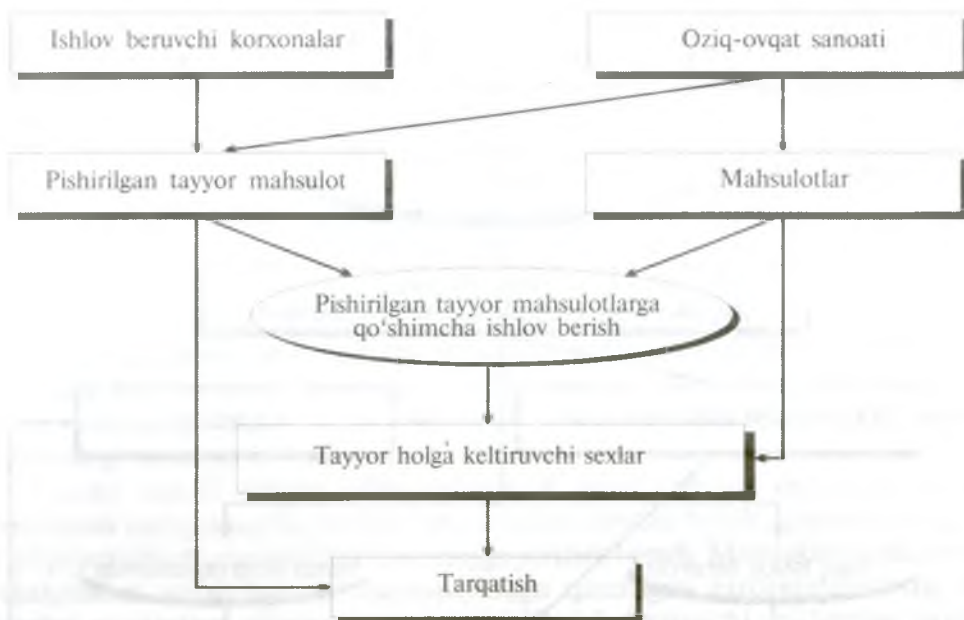


1-rasm. Mahsulot ishlovchi korxonalarining ishlab chiqarish texnologik jarayonlari chizmasi.

Mahsulot — taom tayyorlash uchun ishlatiladigan manba hisoblanadi; **yarim tayyor mahsulot** — iste'mol uchun tayyor bo'lmagan, lekin bir yoki bir necha pazandachilik ishlovi jarayonidan o'tgan, ammo bevosita iste'mol qilish mumkin bo'lmagan, taom tayyor bo'lishi uchun yana ishlov berilishi kerak bo'lgan mahsulot ko'rinishidir.

Yarim tayyor mahsulotlarning tayyorligi ularga berilgan ishlov usuliga qarab turli darajada bo'lishi mumkin. **Yuqori darajadagi yarim tayyor mahsulotlar** deb, qisman yoki to'liq mexanik yoki issiq yoxud kimyoviy ishlov berilgan, shuningdek, yarim tayyor mahsulotlarning bir nechta xilini qo'hib, ulardan yengil texnologik ishlov berish bilan olinadigan taom yoki pazandachilik mahsulotlariga aytiladi.

Mahsulot ishlovchi korxonalar mahsulotlarni oz muddatda saqlashni tashkil etish uchun moslashtirilgan omborxonalar, mahsulotlarga (go'sht, baliq, sabzavot) mexanik ishlov beriladigan tayyorlov sexlariga, shuningdek, issiq, sovuq va qandolat mahsulotlarini ishlab chiqaradigan sexlarga ega bo'lishi kerak (1-rasm).



2-rasm. Pishirishga tayyor mahsulot ishlovchi umumiy ovqatlanish korxonalarining texnologik jarayonlari chizmasi.

Qayta tayyorlanadigan mahsulotni ishlovchi korxonalar umumiy ovqatlanish tarmoqlari bilan bog‘liq sanoat yoki tayyorlov korxonalaridan turli xil yarim tayyor mahsulotlarni oladi (2-rasm). Bu korxonalarda mahsulotga pazandachilik ishlovi berish mexanizatsiyalashtirilgan. Qayta tayyorlanadigan korxonalarda yarim tayyor mahsulotlar va pazandachilik mahsulotlari iste‘mol uchun tayyor holatga keltiriladi, taomni xo‘randalarga tarqatish tashkil etiladi.

Ishlab chiqarishni shu tariqa tashkil etish mehnat taqsimoti va oshpazlarning ixtisoslashishi uchun sharoit yaratadi, natijada mahsulot ishlab chiqarilishi oshadi, uning tannarxi esa arzonlashadi, shuningdek, ishlab chiqarish maydoni va omborxonalari qisqaradi.

Pazandachilik fani boshqa fanlar bilan, jumladan, oziq-ovqat mahsulotlari tovarshunosligi, ovqatlanish fiziologiyasi asoslari, gigiyena va sanitariya, ishlab chiqarishni tashkil qilish, umumiy ovqatlanish korxonasining texnologik asbob-anjomlari, kimyo, fizika fanlari bilan uzviy bog‘liqdir.

Iste‘mol qilish uchun tayyor bo‘lgan taomlarning sifati ko‘pincha uni tayyorlash uchun foydalaniladigan mahsulotga bog‘liq. Shuning uchun oziq-ovqat mahsulotlari bo‘yicha tovarshunoslik fanini o‘rganish mahsulot sifatini baholash uchun, uni

omborxonalarda to'g'ri asrash va ularga ishlov berishning oqilona yo'lini belgilash uchun zarurdir. Oshpaz ovqatlanishning fiziologiyasi asoslarini bilishi shart. Bu unga yarim tayyor mahsulotlar, pazandachilik mahsulotlari va tayyor taomlarga to'g'ri texnologik ishlov berishida, taomdagi ozuqalik sifatini to'liq saqlab qolishida va yuqori sifatli mahsulot olishida yordam beradi.

Xomashyo va tayyor mahsulotlarning saqlanish muddati va texnolo-giyasining buzilishi oqibatida bunday mahsulotlardan zaharlanish ro'y berishi mumkin. Shuning uchun oshpaz taomni tayyorlash, saqlash va tarqatishda sanitariya va gigiyena talablarini bilishi va unga qat'iy rioya qilishi lozim.

Oshpaz fizika va kimyo fanini bilishi zarur, chunki mahsulotga pazandachilik ishlovi berilayotgan paytda fizik, kimyoviy va biokimyoviy jarayonlar sodir bo'lib, ular tayyor taom sifatiga ta'sir qilishi mumkin. Oshpazning mehnat unumdorligi yuqori bo'lishida va iste'molchilarga xizmat ko'rsatish madaniyatini oshirishda iqtisodiyotni va ishlab chiqarishni tashkil etish asoslarini bilishi qo'l keladi. Nihoyat, umumiy ovqatlanish korxonalaridagi oshpazning mehnati mexanik, issiqlik va muzlatkich uskunalari bilan muomala qilishga asoslangan. Shuning uchun u turli xil mashinalar va apparatlar tuzilishini va ulardan foydalanish qoidalarini yaxshi bilishi lozim.

Umumiy ovqatlanish korxonalaridagi barcha mahsulotlar taom va pazandachilik mahsulotlari tayyorlashning tasdiqlangan retseptlari to'plamiga muvofiq ishlab chiqariladi. Unda taom va pazandachilik mahsulotlarini tayyorlash uchun ishlatiladigan mahsulotlar ro'yxati va miqdori ko'rsatilgan bo'ladi.

To'plamda ko'rsatilgan xomashyo sarfi hamda yarim tayyor mahsulotlar va tayyor mahsulotlar chiqishi me'yoring miqdori barcha umumiy ovqatlanish korxonalari uchun majburiydir. Ishlab chiqarishni industrlashtirish, mahsulot turlarining takomillashib borishi, oziq-ovqat sanoati va qishloq xo'jaligi mahsulotlari yangi navlarining yaratilishi yuqorida zikr qilingan taomlar to'plamini muntazam to'ldirib borish maqsadida aniqlashtirib va qayta ko'rib chiqishni taqozo etadi.

Umumiy ovqatlanish korxonalari retseptlar to'plamini tuzish uchun tarmoq standartlari, texnik shartlar va texnologik tavsiyalar muhim me'yoriy hujjatlar hisoblanadi.

Keyingi paytlarda umumiy ovqatlanish korxonalari uchun malakali mutaxassislar tayyorlashga bo'lgan talabning oshib borishi munosabati bilan mazkur darslik kasb-hunar kolleji va boshqa o'quv yurtlarida tayyorlanadigan texnolog, pazanda kabi mutaxassislar uchun mo'ljallangan.

Muallif darslikni tayyorlashda Toshkent Kimyo-texnologiya instituti «Konservalangan oziq-ovqat mahsulotlari texnologiyasi» kafedrası a'zolari o'z hissalarini qo'shganliklarini ta'kidlab o'tishni lozim deb topadi.

Birinchi bo'lim

XOMASHYOGA DASTLABKI ISHLOV BERISH

I b o b

SABZAVOT VA QO'ZIQORINLARGA ISHLOV BERISH

Sabzavotlar kishilarning ovqatlanishida muhim rol o'ynaydi: U taom hazm bo'lishini yaxshilaydi, tanada nordon-ishqorli muvo-zanatni saqlaydi va suyuqlik almashinishini ta'minlaydi. Ular darmondorilarning asosiy manbalaridan biri bo'lib, uglevodlarga, mine-ral va lazmatli moddalarga boy bo'ladi. Ba'zi sabzavotlar (sarimsoqpiyoz, yerqalampir, turp) tarkibida bakteritsid moddalar — kasal tug'diruvchi mikroblarni qiradigan yoki ular rivojini to'xtatib qo'yadigan fitonsidlar bo'ladi.

Umumiy ovqatlanish korxonalarida sabzavotlar yaxna taomlar, suyuq oshlar, sardaklar, sabzavotli taomlar va garnirlar tayyorlashda ko'p ishlatiladi.

Sabzavotlar quyidagi guruhlarga bo'linadi:

tuganak mevalar — kartoshka, topinambur (yer noki), batat (shirin kartoshka);

ildiz sabzavotlar — sabzi, lavlagi, sholg'om, bryukva, turp, rediska, petrushka, selderey, pasternak (shirin ildizli xushbo'y o't), yerqalampir;

karamsimonlar — oq o'zakli karam, qizil o'zakli karam, savoy karami, bryussel karami, gul karam, kolrabi karami;

piyozsimonlar — boshpiyoz, ko'k piyoz, porey, sarimsoqpiyoz;

xushta'm ko'katlar — ukrop, tarxun, rayhon, mayoran;

qovoqsimon mevalilar (polizsimon mahsulotlar) — qovoq, qovoqcha, bodring, tarvuz, qovun, kulcha qovoq, pomidor, baqlajon, qalampir;

dukkaklilar — ko'k no'xat, ko'k loviya;

donlilar — so'tali jo'xori;

chuchuklilar — artishok, sparja, rovoch.

Umumiy ovqatlanish korxonalariga kelib tushadigan sabzavotlar davlat standartlariga muvofiq ravishda miqdor va navlari bo'yicha tekshiriladi. Buning uchun sabzavot tortiladi va olingan ma'lumotlar ilova qilingan hujjatlarda ko'rsatilgan ma'lumotlarga taqqoslanadi, bu esa omborga kelib tushgan sabzavot miqdorini aniq hisobga olish imkonini beradi.

Sifatni tekshirishga katta e'tibor beriladi, chunki sifati yomon sabzavotga ishlov berishda chiqit miqdori ko'payadi va tayyorlangan taomlar sifati yomonlashadi. Sabzavotlar sifati organoleptik usulda: rangi, hidi, ta'mi, zichligiga qarab aniqlanadi.

Sabzavotlarga mexanik usulda pazandachilik ishlovi berish — sa-ralash, yuvish, tozalash hamda to'g'lashdan iborat izchil yumushlardir.

Saralash — sabzavotlardan muayyan taomlar tayyorlash uchun oqilona foydalanishga yordam beradi, ularga mexanik ishlov berishda chiqitlarni kamaytiradi. Saralash va kalibrlashda begona aralashmalar, chirigan, ezilgan sabzavotlar tashlanib, yaxshilari katta-kichikligi va sifatiga ko'ra ajratiladi.

Sabzavotlarni ularga yopishgan qum va tuproq qoldiqlaridan tozalash uchun maxsus sabzavot yuvish mashinalarida yoki qo'lda **yuviladi**. Bu sabzavotlarning sanitariya holatini yaxshilaydi, ishlatilish muddatini uzaytirishga yordam beradi.

Mahsulotdagi oзуqalik qiymati past bo'laklarni chiqarib tashlash uchun sabzavotlar sabzavot tozalash mashinalarida yoki qo'lda **tozalanadi**.

Sabzavotlarni **to'g'lash** ularni bir tekisda pishirishga yordam beradi, taomlarga chiroyli ko'rinish baxsh etib, ta'mini yaxshilaydi.

Sabzavotlar mexanik usulda yoki qo'lda to'g'raladi. Xodimlar mehnat unumdorligini oshirish, ishlab chiqarish xarajatlarini kamaytirish, korxonalarining sanitariya holatini yaxshilash uchun sabzavotlarga mexanik usulda pazandachilik ishlovi berishni yirik umumiy ovqatlanish korxonalarida (kombinatlarda, mahsulot tayyorlash fabrikalarida) olib borish hamda tayyorlash korxonalarini sabzavot yarim fabrikatlari bilan ta'minlash maqsadga muvofiqdir.

Sabzavotlarga mexanik usulda ishlov berish sabzavot sexida olib boriladi. U, odatda, sabzavot ombori yaqinida joylashgan bo'ladi. Bu sexning sanitariya holatini yaxshilash va sabzavot tashib keltirish uchun sarflanadigan xarajatlarni kamaytirish imkonini beradi.

Sabzavot sexida mexanik uskuna — sabzavotni yuvish, tozalash va to'g'lash mashinalari, nomexanik uskuna — tayyorlash stollari, vannalar, sabzavot saqlagichlar, sabzavot tozalovchilar uchun maxsus stollar, kraxmal cho'ktiruvchi oddiy moslamalar o'rnatiladi. Barcha uskunalar texnologik jarayonga muvofiq tarzda joylashtiriladi. Kartoshka va ildiz sabzavotlarga, turli xil ko'katlarga, tuzlangan va achitilgan sabzavotlarga ishlov beradigan bir necha patok liniyalar mavjud.

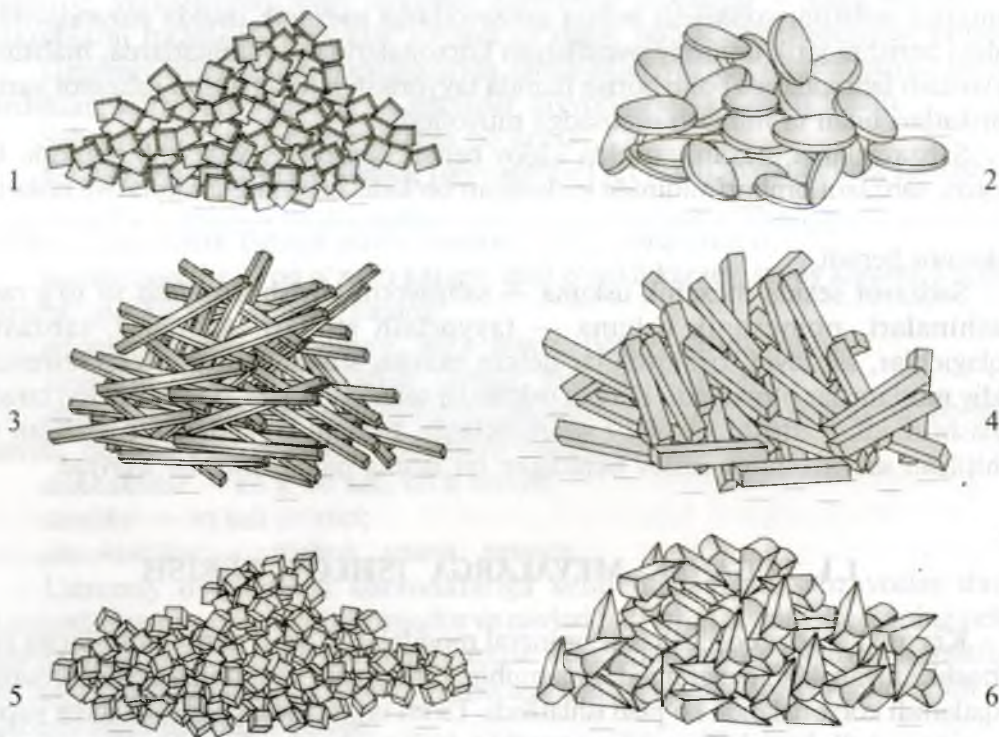
1.1. TUGANAK MEVALARGA ISHLOV BERISH

Kraxmalga boy, oqsil, shakar, mineral moddalar, C va B darmondorilariga ega kartoshka tuganaklari ovqat miqdorida muhim o'rin tutadi va shuning uchun umumiy ovqatlanish korxonalarida ko'plab ishlatiladi. Taom tayyorlashda kartoshkaning yupqa va puxta po'stli, kam ko'zanakli va yaxshi ta'mli navlaridan foydalangan ma'qul.

Kartoshkaga mexanik usulda pazandachilik ishlovini berishning mexanik, termik, kimyoviy usullari mavjud. Bulardan mexanik ishlov berish ko'proq tarqalgan usuldur.

Yuvish natijasida kartoshkaning sanitariya holati yaxshilanadi, tashqi qismidagi ifloslangan qismi tozalanadi, qum kartoshka tozalovchi mashinaning harakatdagi qismlariga tushib halal bermaydi, tozalovchi toshlarning ishlash muddatini uzaytirib, ishlash qobiliyatini yaxshilaydi. Yuvilgan kartoshka chiqitidan ancha yuqori sifatli kraxmal olinadi. Kartoshkani yuvish maxsus mashinalar yordamida yoki tekis toshli kartoshka tozalovchi mashinalarda, yuvib tozalovchi mashinalarda yoki qo'lda maxsus panjarosi bor moslamali vannalarda bajariladi.

Tozalash. Kartoshka to'xtovsiz harakatda bo'lgan yoki vaqti-vaqti bilan to'xtab ishlaydigan kartoshka tozalaydigan mashinalarda tozalanadi. Vaqti-vaqti bilan to'xtab ishlaydigan kartoshka tozalovchi mashinalardan foydalanganda, dastlab, vodoprovod jo'mragi ochiladi, mashina ishga tushiriladi va yuklovchi voronkadan kartoshka solinib, mashina ostki diski va devorlariga o'rnatilgan qirg'ich toshlar yordamida tozalanadi. Bunda kartoshka po'sti va biroz kartoshka yuqori to'qimalari ishqalanib, suv bilan yuvilib, tozalanadi. Tozalash jarayoni 2—2,5 minutdan oshmasligi kerak.



3-rasm. Kartoshka va ildiz mevalarning oddiy usulda kesilgani:

1—tilim-tilim; 2—parrak-parrak; 3—somoncha; 4—parallelepiped; 5—kubik; 6—pallacha.

Tozalangan kartoshka eshikchadan to'g'ri idishga tushadi.

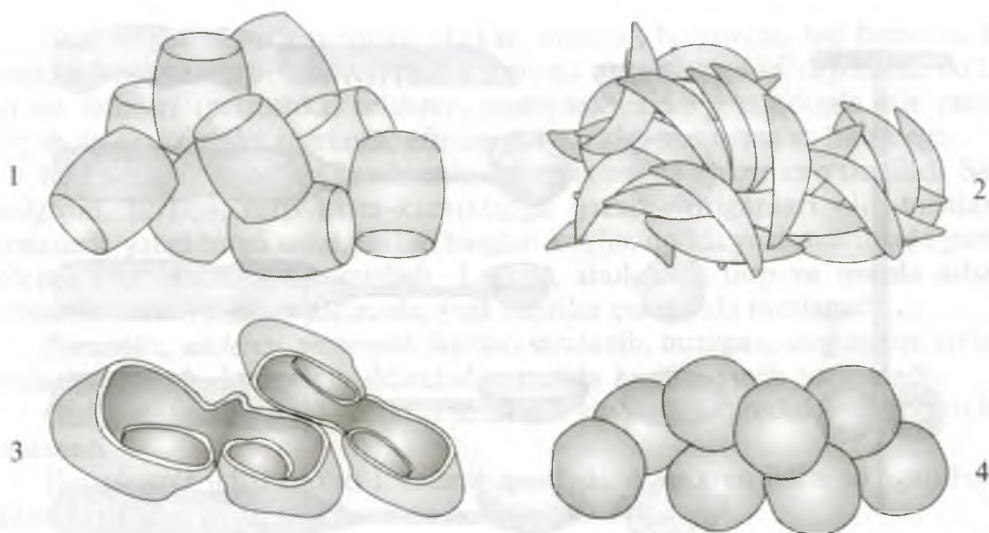
Ikkilamchi qayta tozalash asosan qo'lda bajariladi. Bunda maxsus qirg'ich yoki o'yuvchi pichoqlar yordamida kartoshka qolgan ko'zchalar, qoraygan, ko'kargan joylar, tozalanmay qolgan po'stlaridan xoli qilinadi. Umumiy qayta ishlovdan o'tkazuvchi sanoat korxonalarida, mahsulot tayyorlovchi yirik fabrikalarda tozalashning bug' yordamida yoki kuydirish usullari qo'llaniladi.

Bug' yordamida tozalash usulida kartoshkaga yuqori bosimli bug' bilan ishlov beriladi. Bunda kartoshkani tozalash uchun silindr shaklidagi 1100—1200°C haroratli pechda 6—12 sekund davomida ushlab yuzaki kuydiriladi. Kuydirilgan kartoshka yuvish mashinalariga tushadi, unda po'stlog'i tozalanadi va suv bilan yuviladi.

Kartoshkaga shakl berib kesish. Kartoshkaga tozalangan, butun yoki ma'lum shakllarda kesilgan holda issiq ishlov beriladi. Kartoshkani *oddiy* yoki *murakkab* usulda kesish mumkin.

Oddiy usulda kartoshkani somoncha, to'g'ri to'rtburchakli uzun-choq, pallacha, kubik, tilim-tilim, parrak-parrak shakllarida (3-rasm) to'g'rash mumkin. Kartoshkani bu shakllarda to'g'rash murakkab jarayon bo'lib, uni yengillashtirish uchun maxsus asboblari va sabzavot to'g'rovchi mashinalardan, somoncha va pallacha qilib to'g'rashda qo'l mehnatidan foydalaniladi.

Murakkab usulda kesish deb, kartoshkaning bochkacha, sharcha, nokcha, sarimsoqpiyozcha, burama, qirindi shakllarida kesilishiga aytiladi (4-rasm) va qo'lda



4-rasm. Sabzavotlarning murakkab usulda kesilgani:
1—bochkacha; 2—sarimsoqpiyozcha; 3—spiral; 4—sharcha.

kesiladi. Murakkab shaklli kartoshka bo'laklarini olish uchun maxsus asboblari ishlatiladi (5-rasm).

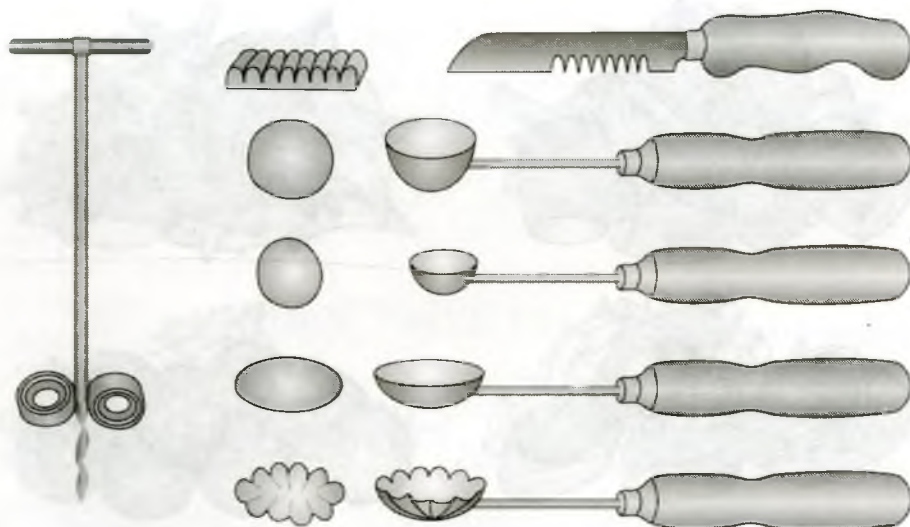
Somoncha. Xom kartoshka yupqa kesilib, ustma-ust qo'yiladi uzunligi 4—5 sm, qalinligi 0,2 sm qilib to'g'raladi. Bu shaklda kesilgan kartoshka ko'p miqdordagi qizdirilgan yog'da qovurish uchun ishlatiladi.

Parallelepiped. Xom kartoshka 0,7—1,0 sm qalinlikda kesilib, ustma-ust qo'yiladi va 0,7—1,1 sm kenglikda 3—4 sm uzunlikda kesiladi. Bunday kartoshka qovurish, borshchlar (sibircha va flotchadan tashqari), rassolniklar (tuzlangan bodring solingan sho'rva) makaronli sho'rvalar va boshqa taomlar uchun ishlatiladi.

Kubiklar. Xuddi to'rtburchakli uzunchoq to'g'rashga o'xshash kesilib, so'ng kub shaklida to'g'raladi. Yirik holda 2—2,5 sm, o'rtacha holda 1—1,5 sm, mayda holda 0,3—0,5 sm kesish mumkin. Yirik kubik shaklida kesilgan xom kartoshka dimlash uchun suyuq oshlarga, o'rtacha kattalikdagilari sutga solib pishirish va dimlash uchun, mayda holdagi kesilgan kartoshka sovuq taomlarga garnir sifatida ishlatiladi.

Pallacha. O'rtacha kattalikdagi kartoshka o'rtasidan bo'linib, radiusi asosida pallachalarga ajratib kesiladi. Bu usulda kesilgan xom kartoshka rassolniklar, ragular, duxovkada tayyorlanadigan mol go'shti taomi, qizdirilgan yog'da qovurish uchun ishlatiladi.

Tilim-tilim. O'rtacha kattalikda yoki mayda pishirilgan kartoshka to'rtga bo'linib, ko'ndalangiga 1—2 mm qalinlikda kesiladi. Yirik kartoshka to'g'ri to'rtburchakli



5-rasm. Sabzavotlarni kesishning murakkab usulida ishlatiladigan pichoq va moslamalar.

uzunchoq shaklda kesilib, ko'ndalangiga 1—2 mm qalinlikda to'g'raladi. Bu usulda kesilgan kartoshka salat, vinegretlar uchun ishlatiladi.

Parrak-parrak. Xom yoki pishirilgan kartoshkaning chetlari kesilib, silindr shakli beriladi va 1,5—2 mm qalinlikda ko'ndalangiga kesiladi. Xom kartoshka qovurish uchun, pishirilgan kartoshka toblab tayyorlangan go'sht va baliq taomlari uchun ishlatiladi.

Bochkacha. O'rtacha kattalikdagi kartoshka ikki qarama-qarshi tomonidan bir oz kesiladi va yon tomoni bochkacha shakliga kelguncha tekislab kesiladi. Bu shakldagi kartoshka pishirilgan holda garnir sifatida ishlatiladi.

Sarimsoqpiyoza. Xom kartoshka bochkacha shaklida kesib, tayyorlab olinadi, so'ng uzunasiga pallacha shaklida kesilib uch tomonlari bir oz chuqurlashtiriladi va sarimsoq shakliga keltiriladi. Bunday kartoshka suyuq taomlar tayyorlashda ishlatiladi.

Qirindi. Xom kartoshka ikki qarama-qarshi tomonidan kesilib, uzunligi 2—3 sm li silindr shakliga keltiriladi, aylanasi bo'yicha tekislanadi va qalinligi 2—2,5 mm, uzunligi 25—30 sm qilib lentasimon shaklda kesiladi, so'ng sixga tortilgan yoki sochni turmaklaganga o'xshatib ip bilan bog'lanadi va qizdirilgan yog'da qovurilib, garnir sifatida ishlatiladi.

Spiral. Maxsus moslama yordamida xom kartoshka spiral shaklida o'yib olinadi va qizdirilgan yog'da qovurilib garnir sifatida ishlatiladi.

1.2. ILDIZ SABZAVOTLARGA ISHLOV BERISH

Ildiz sabzavotlar o'z tarkibida shakar, mineral, bo'yovchi, hid beruvchi kabi darmondorilarga ega bo'lib, ozuqalik ahamiyati o'z tarkibiga ko'ra turlicha bo'ladi. Ko'kat ildizlari (petrushka, selderey, pasternak)da ko'p miqdorda efir moylari bor; sholg'om, rediska glyukoza, efir moylari, o'ziga xos maza va hidga ega.

Ildiz sabzavotlar qo'lda, mashinada va termik usulda ishlovdan o'tkaziladi. Sabzi, sholg'om, lavlagi, turp katta-kichikligiga qarab chiriganlari olib tashlanib, saralanadi, yangi bargli sabzi, lavlagi barglari kesilib, qo'lda yoki mashinada yuvilib, po'chog'i artilgach, yana yuviladi. Lavlagi, sholg'om, turp va mayda sabzilar kartoshka tozalaydigan mashinada, yirik sabzilar esa qo'lda tozalanadi.

Petrushka, selderey, pasternak ildizlari saralanib, buzilgan, sarg'aygan, so'ligan barglari ajratiladi, ko'katlari, ildizchalari qo'lda kesilib, yuvib tozalanadi.

Qizil rediska ko'kat va ildizidan tozalanib yuviladi. Oq rediskaning po'sti ham tozalanadi.

Yerqalampir ildizi, po'sti tozalanib yuviladi. Agar xren ildizi so'ligan bo'lsa, ishlov berishdan avval sovuq suvda bo'ktirilishi kerak.

Kesish shakllari. Taom tayyorlash uchun ildiz sabzavotlar oddiy va murakkab usulda to'g'raladi. Quyida sabzini to'g'rash yo'llari bayon etilgan.

Somoncha usulida qo'lda yoki mashinada to'g'rash mumkin. Qo'lda uzunasiga yupqa qilib kesilib, ustma-ust qo'yib somoncha shaklida to'g'raladi. Marinad, borsh, ugrali suyuq oshlar, rassolnik, sabzi kotletlari uchun ishlatiladi.

To'rtburchakli uzunchoq kesish. Xom sabzi ko'ndalangiga 3,5—4 sm uzunlikda kesilib, so'ng 0,5 sm qalinlikda to'rtburchak shaklida uzunchoq kesiladi. Makaron mahsulotli suyuq ovqatlar, sabzavotli sho'rvalar uchun ishlatiladi.

Kubiklar. Sabzi uzunasiga to'rtburchak qilib kesiladi. So'ngra uni bo'yicha kubik shakli berilib to'g'raladi. Hajm jihatidan kubiklar o'rtacha, kichik va ushoq holda kesilgan bo'lishi mumkin. Oz miqdordagi suvda pishirish, toblash uchun sabzi o'rtacha kattalikda kubik shaklida kesiladi. Mayda kubik shaklidagi xom sabzilar sho'rva, pishirilgan sabzi yaxna taomlarga, ushoq holdagi xom sabzi shi, guruchli suyuq taomlar uchun ishlatiladi.

Pallacha. Sabzi uzunligi bo'yicha 4 sm dan qilib silindr shaklida kesiladi, so'ng uzunligi bo'yicha o'rtasidan kesiladi va radiusi bo'ylab parrakchalarga bo'linadi. Oz suvda pishirish, ragu tayyorlash, yangi karamdan tayyorlangan shi, mol go'shtidan toblab tayyorlangan taomlar uchun ishlatiladi.

Parrak-parrak. Yo'g'onligi 3 sm gacha bo'lgan sabzi ko'ndalangiga 1 mm qalinlikda kesilib, doira shakli beriladi. Xom sabzi dehqoncha suyuq osh uchun, pishirilgan sabzi yaxna taomlar uchun ishlatiladi.

Tilim-tilim. Sabzi ko'ndalgiga 2 yoki 4 ga bo'linib, 1—2 mm qalinlikda qilib kesiladi. Xom sabzi flotcha, sibircha borshga, pishirilgan sabzi salat va vinegretlarga ishlatiladi.

Sabzini murakkab shakli qilib kesish uchun qo'lda o'yish usuli qo'llaniladi. Sabzining bir xil yo'g'onlikdagisi olinib, yuzi bir xil aylana hosil bo'lguncha kesib, tekislanadi. So'ngra pichoq yoki maxsus moslama yordamida aylana bo'ylab uzunasiga qarab chuqurcha hosil qilinib kesiladi.

Yulduzchalar. Aylana bo'ylab uzunasiga besh yoki olti qirrali chuqurcha hosil qilib kesilgan sabzi 1 mm qalinlikda ko'ndalangiga kesib yaxna taomlarni bezash uchun ishlatiladi.

Toj. Aylana bo'ylab uzunasiga olti va undan ko'p chuqurcha hosil qilib kesilgan sabzi uzunasiga teng ikkiga bo'linadi va har bir bo'lak qiyshaytirib 1 mm qalinlikda kesiladi. Bunday sabzi yaxna taomlarni bezash uchun ishlatiladi.

Yong'oqcha va sharcha. Sabzi maxsus o'yuvchi moslamali pichoqlar yordamida har xil katta-kichiklikda yoki pichoq yordamida qo'lda kesib tayyorlanishi mumkin. Pishirilgan holda sovuq taomlar uchun garnir sifatida ishlatiladi.

Qizilcha xom yoki pishirilgan holda kesilib, suyuq oshlar, issiq quyuq taomlar va yaxna taomlar uchun ishlatilishi mumkin.

Somoncha. Qizilcha xuddi kartoshkaga o'xshab kesiladi. Somoncha shakldagi qizilcha borshlar (flotcha, sibircha borshdan tashqari), marinadlar, svekolniklar, lavlagi kotleti uchun ishlatiladi.

Tilim-tilim. Xom yoki pishgan qizilcha 1—1,5 sm qalinlikda to‘g‘ri to‘rtburchak shaklida uzun kesiladi va bu shakl ko‘ndalangiga 1—1,5 mm qalinlikda to‘g‘raladi. Tilim-tilim shaklidagi xom qizilcha sibircha va flotcha borsh tayyorlashda ishlatiladi, pishirilgan qizilcha esa salat va vinegretlar uchun ishlatiladi.

Kubik. Pishirilgan qizilcha xuddi kartoshkaga o‘xshash o‘rta yoki mayda qilib kesiladi. O‘rtacha kubik shaklidagi qizilcha damlash uchun, mayda holdagilari esa yaxna taomlar uchun ishlatiladi. Qizilcha sharcha, yulduzcha, toj shaklida kesilib, yaxna taomlarni bezash uchun ishlatiladi.

1.3. KARAM VA PIYOZLARGA ISHLOV BERISH

Karam. Sabzavotlardan karam o‘z tarkibida shakar, oqsil, mineral tuzlar kabi darmondorilari bilan ahamiyatlidir. Qizil o‘zak, oq o‘zak, savoy karamlari bir xil ishlovdan o‘tadi. Uning chirigan barglari, ifloslangan yerlaridan tozalanib, turtib chiqqan o‘zagi chopib tashlanadi va o‘zagi bo‘ylab ikki yoki to‘rtga bo‘linib, yuviladi va o‘zagi kesib olinadi. Agar karam kapalak yoki kapalak qurti bilan zararlangan bo‘lsa, 50—60 misqol osh tuzi eritilgan 1 litr sho‘r suvga 15—20 minut solib qo‘yiladi. Bunda suv yuziga suzib chiqqan zararkunandalar olib tashlanib, karam bo‘laklari toza suvda yana bir bor yuviladi. Ishlovdan o‘tgan karam qo‘lda yoki mashina yordamida to‘g‘raladi.

Somoncha. To‘rtga, oltiga bo‘lib tayyorlangan karam ko‘nda-langiga somoncha shaklida to‘g‘raladi. Dimlash, borshlar (sibircha va flotcha borshdan tashqari), karam kotleti, salatlar uchun ishlatiladi.

Kvadrat (shashka). Karam ko‘ndalangiga 2—2,5 sm qilib, so‘ng uzunasiga kvadrat yoki shashka shaklini berib kesiladi. Shilar, flotcha va sibircha borshlar, ragular, sabzavotli suyuq ovqatlar uchun ishlatiladi.

Pallacha. Mayda karamlar o‘rtasidan ikkiga bo‘linadi. So‘ngra radiusi bo‘yicha bir necha bo‘lakka bo‘linib tayyorlanadi. Avval yuzaki pishirib, so‘ng qovurish uchun ishlatiladi.

Qiymalash. Karam avval somoncha shaklida to‘g‘raladi, so‘ng qo‘lda yoki kutter yordamida chopib, qiymalanadi. Sabzavot qiymalari uchun ishlatiladi.

Gul karam. Ko‘k barglari ajratilib, gul bandidan 1—1,5 sm qoldirgan holda o‘zak bandi kesilib, butun gulchalar hosil qilinadi. Biroz qoraygan, chirigan yerlari qirg‘ich yoki pichoq yordamida qi-rib tashlanib, yuviladi. Agar gulkaram zararkunanda hasharotlar bilan zararlangan bo‘lsa, tuzli sovuq suvga botirib olinadi va yuviladi.

Bryussel karami. Ovqatlanish korxonalariga ildizi kesilgan holda kelib tushishi mumkin. Karamga issiqlik ishlovi berishdan avval ildizi kesiladi. Buzilgan barglaridan

tozalanib, yuviladi. Agar karam biroz soʻligan boʻlsa, 20—30 minut sovuq suvga solib qoʻyiladi.

Kolrabi karami saralanadi, poʻsti qoʻlda tozalanib, yuviladi. Somoncha, toʻgʻri toʻrtburchakli tilim-tilim shaklida kesilib, suyuq ovqatlar, salatlar tayyorlash uchun ishlatiladi.

Piyozlar. Piyoz tarkibida shakar, efir moylari, fitonsid kabilar boʻlgani bilan qadrlidir.

Bosh piyoz saralanib, ildiz va band tomonidan kesilib, qurigan poʻsti tozalanib, sovuq suvda yuviladi. Yirik korxonalarda piyoz tozalash uchun efir moyini soʻrib olish moslamasiga ega boʻlgan maxsus shkaflar oʻrnatiladi. Piyozni qizdirish usuli bilan ham tozalash mumkin. Buning uchun 1200—1300 darajada qizdirishga moslangan agregatda yuzaki kuydirilib, yuvib tozalovchi mashinalarda tozalangach, qoʻlda ikkinchi bor yuviladi.

Piyoz ishlatilishidan oldin toʻgʻralishi kerak, chunki avvalroq toʻgʻralsa, efir moylari uchib ketadi va soʻlib qoladi. Piyoz quyidagi shakllarda toʻgʻraladi:

Halqa. Bosh piyoz koʻndalangiga 1—2 mm qalinlikda kesiladi va halqa-halqa shaklida ajratiladi. Qizdirilgan yogʻda qovurish va kabob tayyorlashda ishlatiladi.

Yarim halqa (somoncha). Bosh piyoz oʻzagi boʻyicha uzunasiga ikkiga yoki toʻrtga boʻlinib, koʻndalangiga 1—2 mm qalinlikda toʻgʻraladi. Suyuq ovqatlar, sardaklar, vinegret tayyorlashda ishlatiladi.

Mayda kubik (ushoq holda). Piyoz uzunasiga ikkiga boʻlinib, koʻndalangiga 1—3 mm qalinlikda kesilib, ustma-ust qoʻyilib, koʻndalangiga mayda kubik shaklida toʻgʻraladi. Yormali suyuq ovqatlar, xarcho suyuq ovqati, shi, qiyma tayyorlashda ishlatiladi.

Koʻk piyozning ildizi kesilib, oq qismi tozalanadi, soʻligan, sargʻaygan, chirigan barglari olib tashlanib, sovuq suvga solinadi, yaxshilab yuvilgach, oqava suvda chayiladi.

Sarimsoqpiyoz ildizi kesilib, poʻsti tozalanib, pallacha donacha-lariga ajratiladi, poʻstloqlari tozalanib, yuviladi.

Koʻkatlar va desert sabzavotlar tarkibida C va B darmondorilari, karotin, mineral moddalar miqdori koʻp.

Ismaloq, qichitqi oʻt saralanib, soʻligan, chirigan, sargʻaygan, qattiq barglari olib tashlanadi, bandi kesiladi. Tozalangan koʻkat sovuq suvga solib bir necha minut boʻktirib yuviladi va oqava suvda chayilib, qum, loy qoldiqlaridan xoli qilinadi. Ismaloq issiq ishlovdan avval yuvilishi kerak, chunki u nam holda turib qolsa tez buziladi.

Shovul saralanib, sargʻaygan, chirigan barglari olib tashlanadi, bandi kesilib, yuviladi.

1.4. POLIZ MAHSULOTLARIGA ISHLOV BERISH

Poliz mahsulotlari tarkibida shakar, karotin, biroz oqsil, C va B guruhidagi darmondorilar bor. Dukkakli sabzavotlar tarkibida oqsil miqdori ma'lum darajada ko'proq bo'ladi.

Pomidor katta-kichikligi, pishgan darajasiga qarab (pishgan, o'rtacha pishgan, o'ta pishgan) saralanadi. Chirigan, ezilgan pomidorlar ajratiladi. Yuvilib, band tomonidan kesilib, bandi olib tashlanadi. O'rtacha kattalikdagi va mayda pishgan pomidorlar salat tayyorlash, qo'shimcha garnir ichiga qiyma tiqib tayyorlash uchun ishlatiladi.

Baqlajon saralanib, band tomonidan kesilib yuviladi, katta baqlajonlarning po'sti tozalanadi. Parrak-parrak, tilim-tilim shaklida kesib qovurish va kubik shaklida kesib suyuq ovqatlar uchun ishlatiladi.

Qalampir (achechiq va shirin) saralanadi, yuviladi, ko'ndalangiga kesilib, urug'i tozalanib, yana yuviladi, ko'ndalangiga somoncha shaklida kesilib salat, suyuq ovqatlarga ishlatiladi, mayda kubik shaklida kesilib, suyuq ovqatlarga ishlatiladi.

Qovoq yuvilib, bandi kesiladi, bir necha bo'lakka bo'linib, urug'i, po'chog'i tozalanadi va yuviladi. Kubik, tilim-tilim, pallacha shaklida kesilgan holda pishirish, dimlash, qovurish uchun ishlatiladi.

Kabachki (qovoqning kichkina turi) va pattisonning o'rtacha pishgani pazandachilikda ishlatiladi. Ularning po'st qismi yumshoq va mazali bo'lib, urug'i qattiq bo'lmaydi. Qovoqcha yuviladi, bandi kesilib, po'sti tozalangach, yana yuviladi. Yirikroqlari ko'ndalangiga bo'linib, urug'i tozalanadi. Parrak-parrak yoki tilim-tilim kesilib, qovurishga ishlatiladi, kubik shaklida kesilganlari ragu, sabzavotli suyuq ovqat va suvda pishirish uchun ishlatiladi.

Bodring yangi holda saralanib, yuviladi. Sarg'aygan yoki po'sti qattiqlari tozalanadi. Uchi va bandi tomonidan biroz olinib, parrak-parrak yoki tilim-tilim kesib salatlar uchun, mayda kubik yoki somoncha shaklida kesilganlari yaxna suyuq ovqatlar uchun ishlatiladi.

Yangi ko'k no'xat yoki ko'k loviya saralanib, qo'zoqchalari ikki yoqdan sindirilib paychoqchasi ajratiladi. Ko'k no'xat qo'zoqchasi bilan butun holda, ko'k loviya esa kvadrat yoki romb shaklida kesilib shu zahoti pishirish uchun ishlatiladi, chunki uning rangi tez qorayib qoladi.

So'tali jo'xori band va uch tomonidan chopib tashlanib, po'sti, popugi tozalanib, yuviladi va rangi o'zgarmasligi uchun shu zahoti pishiriladi. Pazandachilikda so'tali jo'xorining sutli yoki biroz qotgan holdagisi ishlatiladi.

1.5. KONSERVALANGAN SABZAVOTLARGA ISHLOV BERISH

Tuzlangan karam suvi siqilib, saralanib, har xil aralashmalardan tozalanib, yirik to'g'ralgan sabzi, karam maydalanadi. O'ta nordon karam sovuq suvda biroz chayiladi.

Tuzlangan bodring sovuq suvda yuviladi. Tuzlangan yoki marinadlangan mayda bodring band tomonidan biroz kesiladi, butun yoki bo'lingan holda ishlatiladi. Yirik, sariq bodring po'stlari archiladi, uzunasiga 4 bo'lakka bo'linib, urug'idan tozalanadi. Tilim-tilim, romb shaklida kesilib, solyanka, salat, ruscha buyrak uchun, mayda kubik shaklida kesilib, yaxna taomlar uchun, ushoq ko'rinishida sardaklar uchun ishlatilishi mumkin.

Quritilgan sabzavotlar. Kartoshka, qizilcha, sabzi, piyoz, petrushka va ukrop ko'katlari quritilgan holda keltiriladi. Sabzavotlar olov yordamida yoki sublimatsion usulda quritiladi.

Olovda quritish usulida sabzavotlar hajmi kamayib, xossasi o'zgaradi. Ishlatishdan avval bu sabzavotlar bo'ktirilishi kerak. Bunda sabzavot suyuqlikka to'la botirilgan holda bo'lishi lozim, chunki ular tarkibidagi C darmondorisi parchalanmasligi, oshlovchi mahsulotlari qoraymasligi kerak. Quritilgan petrushka, ukrop ko'kati avval ishlovdan o'tmay, bir yo'la taomga qo'yilishi mumkin. Quritilgan piyozga biroz suv purkalib, bo'ktirilib, jazlash uchun ishlatiladi. Quritilgan sabzi, qizilcha, kartoshka saralanadi, ustidan qaynoq suv quyiladi, 1—3 soat davomida sovuq suvga bo'ktiriladi va shu suvda pishiriladi, chunki bo'ktirilgan suvida pishirilgan mahsulotning ozuqalik ahamiyati ko'p saqlanib qoladi.

Sublimatsion usulda quritish jarayonida sabzavot muzlatilib, vakuum sharoitida quritiladi. Bu usulda quritilgan sabzavot o'z shaklini, mazasini, rangini va ozuqalik ahamiyatini ko'proq saqlab qoladi va bir yo'la qaynab turgan suvga solinib pishiriladi.

Yangi muzlatilgan sabzavotlar. Ko'k no'xat, loviya, tomat, qovoq chalar, qalampir, jo'xori, kartoshka, qizilcha, gulkaram, ko'kat va boshqa sabzavotlar muzlatilgan holda keltiriladi. Tez muzlatilgan sabzavotlarda ularning tabiiy ta'mi, mazasi, hidi, rangi, tashqi ko'ri-nishi saqlanib qoladi. Muzlatilgan sabzavotlar 12°—18°C haroratli sovuq omborlarda saqlanadi. Bundan tashqari, ularga issiq ishlov berishda muzdan tushirmay pishiriladi yoki qovuriladi.

1.6. SABZAVOTLARNI QIYMA TIQISHGA TAYYORLASH

Qiyma tiqish uchun sabzavotlardan ko'pincha qovoqcha, bolg'ar qalampiri, baqlajon, pomidor va karam ishlatiladi.

Qovoqcha butun (maydalari) yoki porsiyalangan holda qiyma tiqishga tayyorlanishi mumkin. Birlamchi ishlovdan o'tgan qovoqcha ko'ndalangiga 4—5 sm

balandlikda silindr shaklida kesilib, urug'i tozalanib, 3—5 minut davomida qaynoq tuzli suvda yuzaki pishiriladi, hosil bo'lgan chuqurlikka qiyma to'ldiriladi.

Bolg'ar qalampiri yuvilib, band tomonidan o'yiladi, bandi, urug'i tozalanadi, yana bir bor yuvilib, qaynab turgan tuzli suvga 1—2 minut botirib olingach, sovitilib, qiyma tiqiladi.

Pomidorga qiyma tiqish uchun uning o'rtacha kattalikda, ezilmay pishganlari olinadi. Yuviq tozalangach, band tomonidan duma-loq kesiladi, ichidan urug'i, ma'lum darajada go'sht qismi o'yib olinadi, sharbati to'kiladi va biroz tuz, murch sepilib, so'ng qiyma tiqiladi.

Baqlajon birlamchi ishlovdan o'tkazilib, ko'ndalangiga silindr shaklida kesiladi, ichi o'yilib, urug'i va go'sht qismi olinadi, so'ng qiyma tiqiladi. Mayda baqlajon butun holda ichi o'yilib, qiyma tiqilishi mumkin.

Karam do'lma uchun yumshoq boshli karamni ishlatgan ma'qul. Karam boshi tozalangach, uning o'zagi o'yib olinadi va karam yuviladi. Tayyorlangan karam tuzli qaynab turgan suvga solinib, yarim tayyor holgacha qaynatilib, suvdan olinadi, suvi silqitiladi, sovitilib, barglari ajratiladi, barg o'zagi ezilib, bargning bir chetiga qiyma qo'yilib, o'rab tayyorlanadi.

1.7. SIFATIGA QO'YILADIGAN TALABLAR VA SAQLASH MUDDATLARI

Tozalangan sabzavotlar va yarim tayyor mahsulotlarga saqlash jarayonida o'z sifatini ma'lum darajada yo'qotganligi bois bir yo'la issiq ishlov berilishi lozim.

Po'sti archilgan kartoshka ochiq havoda saqlansa, tarkibidagi aminokislota tirozin, polifeniloksidaz fermenti ta'sirida havodagi kislorod bilan oksidlanib, qora rangga ega bo'lgan melanin hosil qiladi va asta-sekin qorayadi. Kartoshkani qorayishdan saqlash uchun uni sovuq suvda 2—3 soat davomida saqlash mumkin, agar bundan ko'proq vaqt davomida saqlansa, kartoshka tarkibidagi uglevodlar, C darmondori, mineral moddalar suvga chiqib ketadi. Kartoshkaning qorayishiga olib keluvchi ferment issiqlik ta'sirida parchalanadi, shu sababli pishirilgan kartoshka qoraymaydi.

Kartoshkani yuzaki pishirish bilan xom qorayish hodisasini to'xtatish mumkin. Bunda *sulfitatsiyalash* usulidan foydalaniladi. Buning uchun po'sti archilgan kartoshka metall setkaga solinib, 0,5—1 foizli bisulfit natriy suyuqligiga 5 minut davomida botirib qo'yiladi, so'ng suyuqlikdan olinib, 2—3 marta sovuq oqava suvda yoki vannada chayiladi. Sulfitatsiyani maxsus PLSK mashinasida o'tkazish mumkin.

Natriy bisulfit tuzini hosil qilish uchun 1 l sovuq suvga 16 g natriy piro-sulfit kukunini solish kifoya qiladi. Tayyorlangan aralashmadan 10—12 marta foydalaniladi,

so'ng u to'kib tashlanadi. Sulfidlangan kartoshka to'qilgan savat, konteyner yoki yelim qoplar-ga solinib, suvsiz holda harorat +7°C dan yuqori bo'lmagan joyda 48 soat, uy haroratida esa 24 soat davomida saqlanishi mumkin.

Tozalangan ildizmevalar quti yoki savatlarda harorat 0 dan 4°C gacha bo'lgan joyda 12 soat davomida saqlanadi. Sabzavot qorayib qolmasligi uchun ustiga ho'llangan mato yopib qo'yiladi.

Petrushka, salat, ukrop ko'katlari 5—10 sm qalinlikda joylanib, ho'l mato bilan yopib qo'yiladi va harorati 2—12°C bo'lgan joyda 3 soat davomida saqlanishi mumkin. Ishlovdan o'tgan sabzavot sifati texnik sharoit talabiga javob beradigan bo'lishi kerak. Po'sti archilgan kartoshka toza bo'lishi, qora dog'larsiz, suvli tirik ko'zchalari, po'stida chala qoldiqlari bo'lmagan holda, hidi yangi kartoshkaga xos, rangi oq yoki och sariq, usti tekis, biroz selgigan, lekin qurimagan bo'lishi kerak.

Sabzi, qizilcha toza, butun, bir xil rangda, barg, po'choq qoldiqlarisiz, chirigan, qorayganlari tozalangan, yuzi selgigan, lekin quruq bo'lishi kerak.

Piyoz toza, so'limagan, butun, naviga qarab o'ziga xos rangli, qora, chiriganlari bo'lmasligi kerak.

1.8. SABZAVOT CHIQITLARI VA ULARNING ISHGLATILISHI

Sabzavotlarga ishlov berish natijasida chiqadigan chiqitlar miqdori yil fasli, ishlov berish usuliga va sabzavot turlariga uzviy bog'liqdir. Sabzavotlar chiqiti darajasi 1- jadvalda keltirilgan. Sabzavot chiqitlaridan oqilona foydalanish katta ahamiyatga ega.

Chiqitlar tez yaroqsiz holga kelib qolishi sababli ularni tezda qayta ishlash lozim. Kartoshka chiqitidan kraxmal olinadi. Katta bo'lmagan korxonalarda maxsus moslama yordamida kraxmal donachalari cho'ktiriladi. Bu moslama ustma-ust qo'yilgan ikki qutidan iborat. Yuqorida joylashgan qutining osti elakka o'xshash teshik bo'ladi. Pastki qutida esa uning tubidan yuqoriroqda joylashgan suv chiqadigan trubasi bo'ladi. Kartoshka tozalanganda chiqqan chiqit (qo'lda, mashinada) maydalanib, suvda yuqoridagi quti elagiga solinadi va yuviladi. Yuvish natijasida elakdan o'tgan kraxmal donachalari ikkinchi quti ostiga cho'kadi, suv esa truba orqali oqib tushadi. Cho'kma holdagi kraxmal olinib, bir necha bor yuviladi. Katta korxonalarda kraxmal olish uchun APCHO—1—5 agregatidan foydalaniladi.

Xom kraxmal 50°C dan yuqori bo'lmagan sharoitda quritiladi, chunki bundan yuqori haroratda kraxmal donachalari yelimlashib qoladi.

Tozalangan qizilcha po'stidan lavlagi sharbati tayyorlanadi. Qizilcha chiqiti yaxshilab yuviladi, maydalanadi, suv solib, sirka, ukrop qo'shib qaynash

| Sabzavot turlari | Chiqit, % hi-sobida | Sabzavot turlari | Chiqit, % hi-sobida |
|--|---------------------|--------------------------------|---------------------|
| Kartoshka (yangi yosh holi) I/IX gacha | 20 | Kolrabi karami | 35 |
| Kartoshka I/IX dan 31/X gacha | 25 | Bosh piyoz | 16 |
| Kartoshka I/XI dan 31/XII gacha | 30 | Ko'k piyoz | 20 |
| Kartoshka I/I dan 28—29/II gacha | 35 | Parnikdagi ko'k piyoz | 40 |
| Kartoshka I/III dan yangisigacha | 40 | Qovoq | 30 |
| Sabzi yangi bargi bilan | 50 | Qovoqcha (po'stsiz) | 20 |
| Sabzi I/IX dan 31/XII gacha | 20 | Baqlajon (xom tozalangan) | 15 |
| Sabzi I/I dan | 25 | Qalampir (do'lma uchun) | 25 |
| Qizilcha I/IX dan 31/XII gacha | 20 | Yangi bodring (tozalanmagan) | 5 |
| Qizilcha I/I dan | 25 | Salat-latuk | 28 |
| Qizil rediska bargi bilan | 37 | Ismaloq | 26 |
| Oq o'zakli karam | 20 | Shovul | 24 |
| Qizil o'zakli karam | 15 | Rovoch | 25 |
| Bryussel karami | 75 | Tuzlangan karam | 30 |
| Gulkaram | 48 | Tuzlangan bodring (tozalangan) | 20 |
| Savoy karami | 22 | | |

darajasiga ko'tariladi, so'ngra 10—15 minut davomida tindiriladi va suzib sharbati ajratiladi. Qizilcha sharbati borshlarning rangini saqlab qolish uchun qo'shib ishlatiladi. Ertagi qizilcha bargini svekolnik tayyorlashda ishlatish mumkin.

Petrushka, selderey, ukrop ko'katlari poyasi yuvib, bog'lanib qaynatma sho'rva, sardaklar tayyorlashda, oq o'zakli karam o'zagi tozalanib, salat, borsh, shi tayyorlashda, sarsabil chiqit yuvilib, qaynatma sho'rvalar tayyorlashda xushbo'y hid va maiza berish uchun ishlatiladi.

1.9. QO'ZIQORINGA ISHLOV BERISH

Qo'ziqorinlar tarkibida oqsil, yog', shakar, mineral moddalar, A, C, D, PP va B guruhidagi darmondorilar bor. Ular tarkibidagi ekstraktiv moddalar xushbo'y hid va ta'm berish xususiyatiga ega bo'lib, ular suyuq ovqat va sardaklar tayyorlashda keng qo'llaniladi. Iste'molga yaroqli qo'ziqorinlar quyidagilardir: yer

ustida yetiladigan oq qo'ziqorin, shampinyon, qayinzor qo'ziqorini, qizil qo'ziqorin, maslyata, siroyejkalar, qopchiqli qo'ziqorinlar, smorchoklar, strochkalar. Umumiy ovqatlanish korxonalariga qo'ziqorinlar yangi terilgan, tuzlangan, quritilgan, marinadlangan holda keltiriladi.

Yangi terilgan qo'ziqorinlar. Qo'ziqorinlar tez buzilish xossasiga ega bo'lgani sababli ularni darhol ishlovdan o'tkazish lozim. Qo'ziqorinlarga dastlabki ishlov berish tozalash, yuvish, saralash va kesishdan iborat.

Oq qo'ziqorin, qayinzor qo'ziqorini, qizil qo'ziqorin, lisichka, siroyejkalar bir xil ishlovdan o'tadilar: ustidagi barg, o'tlar olib tashlanib, tomirchalari va zararlangan joylari tubidan kesiladi.

Qo'ziqorinlar katta-kichikligiga qarab, yirik, o'rtacha, maydaga ajratiladi. Mayda va o'rtacha qo'ziqorin sallalari butun, yiriklari kesilgan yoki chopilgan holda ishlatiladi. Qo'ziqorinlarni kesish jarayonida maydalanmasligi uchun oq qo'ziqorin 2—3 marta qaynab turgan suvga botirilib, qolganlari 4—5 minut qaynatib olinadi.²

Qo'ziqorinlar umumiy ovqatlanish korxonalariga issiqxonalarda yetishtirilib, keltiriladi. Ular o'sib ketmagan, salla ostidagi taram-taram izlarining rangi nim pushti rangda bo'lishi lozim. Shampinyonlarga ishlov berishda sallalari ostidagi ifloslangan yerlari tozalanadi, salla terisi shilib tashlanadi, qorayib qolmasligi uchun limon kislotasi yoki sirkali suvda yuviladi.

Smorchok va strochkalar saralanib, tomirlari kesiladi, suvga 30—40 minut bo'ktirilib, qum va loylari tozalanadi hamda oqava suvda chayiladi. So'ngra 10—15 minut suvda qaynatiladi. Bunda zaharli modda — gelvel kislotasi parchalanib, qaynatmaga o'tadi. Pishirilgan qo'ziqorin issiq suvda yuviladi. Qo'ziqorin pishirilgan qaynatma esa to'kib tashlanadi.

Yangi terilgan qo'ziqorinlarni ishlovdan o'tkazish paytida ularni juda ehtiyotkorlik bilan saralash lozim, chunki ularning ba'zilari iste'molga yaroqsiz qo'ziqorinlarga o'xshash va zaharli bo'lishi ham mumkin.

Quritilgan qo'ziqorinlar. Quritilgan oq qo'ziqorinlar qo'ziqorinlar ichida yaxshisi bo'lib, ular qaynatib pishirilganda qaynatmasi tiniq, xushbo'y hidli va mazali bo'ladi. Qayinzor qo'ziqorini, qizil qo'ziqorinlar, maslyata qo'ziqorinlari quritish jarayonida biroz qoramtir rangga ega bo'lishi sababli, ulardan qaynatma tayyorlashda ishlatilmaydi. Quritilgan qo'ziqorin saralanib, bir necha bor yuvilib, sovuq suvga 3—4 soat bo'ktiriladi. So'ng to'kib tashlanib, qo'ziqorin suvi silqitiladi va yana bir bor yuvilib pishiriladi.

2-jadvalda qo'ziqorinlarga mexanik pazandachilik ishlovini berishda chiqadigan chiqitlar normasi berilgan (sof holiga nisbatan % hisobida).

| № | Qo'ziqorinlar nomi | % hisobida |
|----|---------------------------------------|------------|
| 1. | Yangi terilgan oq qo'ziqorin | 24 |
| 2. | Marinadlangan oq qo'ziqorin | 18 |
| 3. | Yangi terilgan shampinyon | 24 |
| 4. | Konservalangan shampinyon | 25 |
| 5. | Smorchoklar | 16 |
| 6. | Bochkadagi tuzlangan qo'ziqorin | 18 |
| 7. | Shisha idishdagi tuzlangan qo'ziqorin | 25 |
| 8. | Quritilgan qo'ziqorin | yo'q |

Tekshirish uchun savol va topshiriqlar

1. Sabzavotlarga dastlabki pazandachilik ishlovini berish qanday ketma-ket jarayonlardan iborat?
2. Nima uchun sabzavotlar saralanadi?
3. Kartoshkaga qanday dastlabki pazandachilik ishlovi beriladi?
4. Nima sababdan sabzavotlar tozalanishdan avval yuviladi?
5. Kartoshka tozalanayotganda undan qanday chiqit chiqadi, uning miqdori nimaga bog'liq?
6. Oq o'zakli gulkaramga qanday ishlov beriladi?
7. Nima sababdan karam sho'r suvga bo'ktiriladi?
8. Nima maqsadda sabzavotlar kesiladi?
9. Salat, ismaloq sabzavotlari qanday yuviladi?
10. Kartoshkani shakl berib kesish va ishlatish jadvalini tuzing.
11. 160 kilogramm kartoshka yanvar oyida tozalanib, undan qancha toza kartoshka olish mumkin?
12. Sho'r bodringni qanday shakllarda kesish mumkin?
13. Do'lma uchun karam qanday tayyorlanadi?
14. Tozalangan kartoshka qanday saqlanadi?
15. Yangi terilgan qo'ziqorinlarga ishlov berish jadvalini tuzing.
16. Quritilgan qo'ziqoriga qanday ishlov beriladi?
17. Fevral oyida 40 kilogramm tozalangan sabzi tayyorlash uchun qancha tozalanmagan sabzi olish lozim?

II b o b

BALIQQA ISHLOV BERISH

Baliq zarur ozuqa mahsuloti hisoblanadi. Kimyoviy tarkibi jihatidan uy hayvoni go'shtidan pastroq bo'lsa ham, mineral moddalarga, darmondorilarga, oqsilga boyligi jihatidan go'shtdan ustunlik qiladi.

Baliq tarkibida 13—23% oqsil, 0,1—33% yog', 1—2% mineral moddalar, 50—80% suv, A, D, E, B, B₂, PP, C darmondorilari, ekstraktiv moddalar bo'ladi.

Baliq oqsillari tarkibida kishi tanasida yangi to'qimalarni hosil qiluvchi juda kerakli aminokislotalar qimmatli hisoblanadi. Bularga *albumin*, *globulin*, *nukleoproteid* va boshqalar kiradi. Birlashtiruvchi to'qima oqsili — *kollegen* sifatsiz oqsil bo'lib, issiqlik ta'sirida o'z ko'rinishini tez o'zgartirib, yopishqoq moddaglyutinga aylanadi. Oz tuzilishiga ko'ra baliq odam tanasida tez hazm bo'ladi.

Muskul to'qimasi yog'i va birlashtiruvchi to'qimalari baliqning iste'mol qilinadigan asosiy qismini — taxminan yarmini tashkil qiladi.

Yog'liqlik darajasi bo'yicha baliqlar shartli ravishda 3 turkumga bo'linadi: yog'siz —2% gacha, o'rtacha yog'li — 2—5% gacha, yog'li — 5—15% gacha yog'i bor baliq. 15 dan 33% gacha yog'li baliq alohida yog'li baliq turkumiga kiradi.

Baliq tarkibidagi yog' baliqning turiga, yoshiga, qayerdan, yilning qaysi oyida tutilganiga bog'liqdir. Baliqning yog'liqlik darajasi uning ta'miga ta'sir qilishi bilan pazandachilikda ishlatishda ham o'z ta'sirini ko'rsatadi.

Baliq yog'i tez eriydi va kishi tanasida yengil hazm bo'ladi. Tarkibida D, A darmondorilarining mavjudligi uning qimmatini oshiradi. Ugor, ilonbaliq, osyotr, losos, seld, ugolnaya va shunga o'xshash boshqa baliqlar yog'liqlik darajasi ko'proq bo'ladi. Cho'rtan baliq, treska, sudak, okun, koryushka yog'siz baliqlar hisoblanadi.

Dengiz baliqlari fosfor, natriy, kalsiy, kaliy kabi mineral moddalarga, shuningdek, yod, mis, kobalt, manganets kabi mikroelementlarga boy bo'ladi. Tarkibida ko'p miqdorda yod moddasi bo'lgani uchun baliq parhez taom mahsuloti hisoblanib, uni yoshi ulug' kishilarga iste'mol qilish tavsiya etiladi.

Issiq ishlov berishda ekstraktiv moddalar qaynatma tarkibiga o'tadi. Ular kreatin va kreatinidan tashkil topib, ishtahani ochib, oshqozon ichki sekreksiya faoliyatini oshiradi.

Dengiz baliqlarida o'ziga xos o'tkir hid bo'lishining boisi ularda azotli mahsulot — aminokislotalarning bo'lishidir.

Umumiy ovqatlanish korxonalarida ishlatiladigan baliq turlari

Taom tayyorlashda har xil turdagi, oilalarga mansub baliqlar ishlatiladi. Eng ko'p tarqalganlari quyidagilardir.

Olabug'a — (okun) oilasi — olabug'a, sudak, dengiz okuni, yersh, bersh, — juda mazali, yog'siz, go'shtli va yaxshi cho'ziluvchan bulon hosil qiluvchilardir. Pazandachilikda bu baliqlar mayda suyaklari miqdori kamligi bilan qadrlanadi;

Losos oilasi — syomga, keta, gorbusha, losos, nelma, sigi, oqbaliq, forel — yog'li, nozil. go'shtliligi va go'sht orasida qiltanoqlari bo'lmashligi bilan farqlanadi. Har xil taomlarni tayyorlash uchun ishlatiladi;

Osyotr oilasi — osyotr, sevryuga, beluga, kaluga, sterlyad, bester. Bu baliq qatlami yog'li, mazali, mayin to'qimali go'shtga egaligi bilan qadrlanadi. Pazandachilik ishlovida chiqit juda oz chiqadi.

Zubatka — mayda qiltanoqsiz, tangasiz baliq bo'lib, terisi shilinib, har qanday ishlov berib taom tayyorlash mumkin.

Cho'rtan baliq oz qiltanoqli bo'ladi. Uning terisi oson shilinuvchan bo'lgani sababli, uni qiyma tiqish va go'shtidan baliq kotleti tayyorlashda ishlatiladi.

Laqqa baliq — usti shilimshiq moddali, tangasiz, yog'li, mazali baliq. Agar shilimshiq moddasi ajratilmasa taom sifati, uning tashqi ko'rinishi nohush bo'ladi. Mayda qiltanoqlari bo'lmaganligi sababli laqqa baliq qovurib, toblab va baliq kotleti tayyorlashda ishlatiladi.

Keyingi paytlarda yangi turdagi ko'pgina dengiz baliqlarining tarkibidagi ozuqalik ahamiyati, mazali go'shti hisobga olinib, ulardan turli baliq taomlari tayyorlashda ishlatilmoqda.

Makrurus — chuqur suv ostida rivojlanuvchi baliq bo'lib, go'shti mayin, mazali, nim pushti rangli, xushbo'y hidli bo'ladi. Korxonalariga makrurus kallasiz, ichak-chavoqsiz, tangasiz yoki terisiz sof file holda keltiriladi. Yaxna va issiq taom tayyorlashda ishlatiladi.

Qilich baliq mayda tangachali bo'ladi. Shakli qilich ko'rinishida bo'lgani sababli o'z nomiga ega. Tarkibida 20% oqsil va 4% yog'ni tashkil qiladi. Go'shti mayin, mazali, seldni eslatuvchi o'ziga xos hidli. Qilich baliq pishirilgan, qovurilgan, taom hamda o'z sharbatida dimlab pishirilgan, butun holda qovurish shkaflarida toblab pishirilgan holda iste'mol qilinadi.

Ko'mir baliq chuqur suv ostida rivojlanuvchi baliq bo'lib, usti qora ko'mirga o'xshash rang bilan qoplanganligi uchun ham ko'mir baliq, degan nomga ega. Tarkibida 16% oqsil va 24% gacha yog'i bo'ladi. Go'shti sutdek oq. Issiq ishlov berishdan avval terisi shilinadi. Qovurilib va pishirilib taom tayyorlanadi.

Muz baliq 18% oqsil, 7% yog'ga ega. Go'shti zich holda, lekin suvli va

yumshoq, boshqa baliqlardan qoni rangsizligi bilan farq qiladi. Muz baliq qovurilib, pishirilib hamda ustiga sardak solib iste'mol uchun tayyorlanadi.

Marmar ko'rinishdagi **nototeniya** — yirik (o'rtacha og'irligi 5 kilogrammgacha boradi) dengiz osti baliği, tangali, sutdek oq, xushbo'y mazali go'shtga ega. Tarkibida 15% oqsil va 12% yog' bor. Go'shtining mazasi yaxshiligi uchun uni dengiz osyotri deyishadi. Baliq terisi bilan yoki terisiz sof file holda salat, sardakli baliq, solyanka, qovurilgan, pishirilgan va yopilgan issiq quyuq taom, kabob tayyorlashga ishlatiladi.

Skvama — nototeniya oilasiga kiruvchi baliq bo'lib, mazasi yuqoridagi baliqlarga o'xshash, lekin mayda va yog' miqdori biroz kamroq bo'ladi.

Okean buzoqchasi yoki mayda natoteniya (og'irligi 700 grammgacha). Eng ko'p yog'liqlik darajasi 1% gacha bo'lib parhez taomlari da ishlatiladi. Go'shti mayin, suvli va mazali. Okean buzoqchasidan suyuq taom va qovurilgan issiq quyuq taom tayyorlanadi.

Terpug — tangali bo'lib, yon tomonlarida qora ko'ndalang chiziqlari bor. Go'shti mazali, o'rtacha yog'liq, 18% gacha oqsil mahsulotiga ega. Qovurilgan taom tayyorlashda ishlatiladi.

Putassu ozuqalik ahamiyati bo'yicha treskaga o'xshash bo'lib, yog'siz baliq turiga kiradi. 15—17% oqsil, 0,4—1,6% yog' miqdoriga ega. Go'shtining mazasi yaxshi, yengil hazm qilinadi. Undan pishirib va qovurib taom tayyorlanadi. Mayda qiltanoqlari yo'qligi evaziga putassu parhez taomlar tayyorlashda ishlatiladi.

Yuqorida ko'rib chiqilgan baliq turlaridan tashqari, umumiy ovqatlanish korxonalarida lufar, shunqa, kapitanbaliq, argentina, mero, merluza va boshqa turdagi dengiz baliqlari ishlatilmoqda, ularni tutib keltirish yil sayin ko'paymoqda.

Yangi baliqlar umumiy ovqatlanish korxonalariga tirik, sovutilgan, muzlatilgan holda keltiriladi. Bundan tashqari, tuzlangan, konservalangan, dudlangan, ba'zida quritilgan baliqlar taom va gazak tayyorlashda ishlatiladi.

Tirik baliq ozuqalik ahamiyati jihatidan yuqori baholanadi. Maxsus avtoakvariumlarda tashilib, 2 sutkadan oshmagan holda oqava suvli vanna-akvariumlarda korxonada saqlash mumkin. Tirik holda yaltiroq zog'orabaliq, laqqa baliq, cho'rtan baliq, tovonbaliq, sazan keltiriladi.

Sovutilgan baliqning ichki harorati — 0°C dan 5°C gacha bo'ladi. U 5 sutka davomida —2°C dan 1°C gacha haroratli xonada saqlanishi mumkin.

Muzlatilgan baliq ko'p holda uchraydi. Uning ichki harorati — 8 dan — 6°C gacha bo'ladi. U harorati — 8°C li xonada 12 sutka, 0°C dan to — 2°C gacha bo'lgan xonada 3 sutka davomida saqlanishi mumkin.

Keltirilgan baliq yaxshi sifatli bo'lishi lozim. Ularning asosiy ko'rsatkichlari tashqi ko'rinishi va hidi hisoblanadi. Baliq mustahkam o'ziga xos to'qimaga ega bo'lishi, bir xilda joylashgan tangali, oyquloq ichi o'ziga xos to'g'ri qizg'ish rangda, shilimshiq moddasidan xoli bo'lishi lozim. Tangasiz baliqlar bundan istisno.

2.1. BALIQLARGA DASTLABKI ISHLOV BERISH

Baliqlar katta-kichikligiga qarab ishlovda mayda (200 g gacha), o'rtacha (1—1,5 kg) va yirik (5 kg dan yuqori) kelib tushishi mumkin. Shunga qarab baliqlarga pazandachilik ishlovi belgilanishi bilan birga, baliqlardan hosil bo'ladigan chiqitlar ham har xil bo'ladi. Baliqqa mexanik pazandachilik ishlovi berilganda chiqqan chiqitlar pazandachilikda yoki texnikada qayta ishlatilishi mumkin. Mayda baliqlar ishlovdan o'tkazilib, butun holda, o'rtacha kattalikdagisi ishlovdan o'tish jarayonida ko'ndalangi yoki uzunasiga ikki bo'lingan yoki filelarga ajratilgan holda, yiriklarining ichi tozalanib, issiq ishlovga jo'natiladi.

Umumiy ovqatlanish korxonalariga sanoatda turlicha ishlovdan o'tgan: bo'linmagan, ichak-chavog'i tozalangan boshli, ichak-chavog'i tozalangan boshsiz, shuningdek, maxsus bo'lingan (yarim tayyor mahsulot) holiday baliqlar keltiriladi.

Keltiriladigan baliqlarga pazandachilik ishlovi berish usuliga qarab ular uch guruhga: tangali baliq, tangasiz baliq, tikanakli baliqqa bo'linadi. Mayda tangachali navaga, nalim baliqlari tangasiz baliqqa o'xshash ishlovdan o'tadi. Shu sababli ularni tangasiz baliqlar guruhiga kiritiladi.

Korxonalar katta-kichikligiga qarab baliqqa ishlov berish jarayoni baliq yoki go'sht-baliq sexlarida olib borilishi mumkin. Agar baliq go'sht-baliq sexlarida ishlovdan o'tkaziladigan bo'lsa, alohida-alohida asbob-uskunalaridan foydalaniladi, chunki baliq tarkibidagi uzoq saqlanuvchi o'ziga xos hid har xil go'sht mahsulotlariga o'rnatilgan ularning sifatini o'zgartirishi mumkin.

Tayyorlov sexi jihozlari: baliqlarni muzdan tushiruvchi, bo'ktiriluvchi, baliqni yuvuvchi vannalardan, bo'laklash, yarim tayyor mahsulot tayyorlashda ishlatiladigan stollar, sovutish shkaflari, almashinish asboblariga ega universal mashinalar, go'sht qiymalovchi mashinalar bilan ta'minlangan bo'lishi lozim. Sexda tarozi bo'lishi shart. Tirik baliqni saqlash uchun vanna-akvarium o'rnatish ham mumkin. Baliqni tozalash uchun baliq tozalagich mashinasi ishlatiladi.

Baliq sexida pazandachilik pichoqlari, qo'l qirg'ichi, elak, yog'ochli ezuvchi asbob, tyapka (yassi to'qmoq), maxsus moslamali baliq qozonlari, chuqur to'rtburchak tovalar, patnislari, chelak, ishlatiladigan mahsulotga mo'ljallab belgi qo'yilgan taxtakachlar kabi asbob-uskunalar bo'lishi lozim.

Baliq sexlari texnologik ishlov berish jarayonlaridagi ketma-ketlikni hisobga olgan holda jihozlanishi kerak.

Baliqlarga dastlabki ishlov berish jarayonlari: muzidan tushirish yoki tuzini ketkazish, tozalash, bo'laklarga bo'lish, yarim tayyor mahsulotlar tayyorlashdan iborat. Tozalashga baliqni tangacha yoki shilimshiq moddalardan xoli qilish, ichak-chavog'i, boshi, suzg'ich qanotlarini ajratishlar kiradi. Bo'laklarga bo'lishga ko'ndalangi yoki uzunasiga kesish, ba'zida suyaklarini, terisini ajratishlar kiradi.

Muzlatilgan baliqni muzidan tushirish. Baliqlarning ko'p miqdori umumiy ovqatlanish korxonalariga muzlatilgan holda keltiriladi. Ular ochiq havoda, suvda yoki kombinatsiya usulida muzidan tushiriladi. Baliq qanchalik tez muzidan tushirilsa uning xushta'mlilik va namlik saqlash xususiyati shunchalik yaxshi saqlanadi.

Uy harorati darajasidagi ochiq havoda sanoatda ishlab chiqarilgan baliq filelari, katta baliqlar, osyotr, laqqa baliqlar, qilich baliq, nototeniya, ichak-chavog'idan tozalangan baliqlar, maxsus ishlovdan o'tgan baliqlar (terpug, mintay, muz baliq, makrurus, putassu) muzidan tushiriladi.

Baliq stol yoki javonga bir qator terilib, 4—10 soat davomida (katta-kichikligi hisobga olingan holda) tayyorlov sexlarida muzdan tushiriladi. Agar qog'oz qutilarga briket holida solinib, muzlatilgan baliqlar kelsa 24 soat davomida sovuq xonalarda ichki temperatu- rasi -2°C ga yetgungacha qog'ozi ochilmay muzidan tushiriladi. Bunda mahsulotdagi suyuqlik miqdorining saqlanib qolishiga harakat qilish lozim. Agar bu qoidaga rioya qilinmasa baliq filesi tashqi qismi tez muzidan tushib, ichki qismi muzidan tushguncha, o'z ozuqalik ahamiyatini kamaytirishi mumkin.

Ochiq havoda muzdan tushirish jarayonida baliqdan oqib chiqqan suyuqlik, bug' hisobiga uning vazn og'irligi 2% gacha kamayadi. Tangalik va tangasiz baliqlar suvda muzidan tushiriladi. Vannadagi $10-15^{\circ}\text{C}$ li sovuq suvga muzlatilgan baliq solinadi. Bunda 1 kg baliqqa 2 l suv olinishi kerak. Mayda baliq 2—2,5 soat, kattalari esa 4—5 soat davomida muzidan tushadi. Agar muzidan tushirish muddati uzaysa baliq sifati yomonlashadi, chunki baliq, to'qimasi suv yordamida bo'kib 5—10% ga shishadi va o'z tarkibidagi mineral moddalarni qisman yo'qotadi. 1 l suvga 7-13 g tuz qo'shib ishlatilsa, mahsulotning yo'qotish darajasi kamayadi.

Bo'laklarga bo'linmagan ba'zi okean baliqlari (skvama, buqacha, sardinops, batterfish, okean stavridasi, uzoq sharq skumbriyasi) *kombinatsiya usulida* muzidan tushiriladi. Baliq 30 minut davomida tuzli (1 litr suvga 10 gr tuz solinadi) suvda ushlanadi, so'ng suzilib, suyuqligi silqitilib, ichki to'qimasidagi harorat 0°C darajaga yetguncha ochiq havoda muzidan tushiriladi. Muzdan tushirilgan baliq saqlanmay, taom tayyorlashga ishlatiladi.

Navaga, skumbriya, stavrida, kumushrang xeklarga issiqlik ishlovi berishdan avval ularni muzidan tushirish shart emas, ular muzlagan holda oson ishlovdan o'tadi, chiqiti kam bo'ladi, ozuqalik ahamiyatini saqlaydi va ko'rinishi o'zgarmaydi.

Baliqni muzidan tushirishning usullaridan biri uni yuqori chastotali tok (YChT) maydonida isitishdan iborat. Bu usul yaxshi natijalar beradi, chunki baliqni muzidan tushirish vaqti qisqaradi va uning tarkibidagi ozuqalik ahamiyati ko'p saqlanadi.

Tuzlangan baliq tuzini ketkazish. Umumiy ovqatlanish korxonalariga treska, piksha, qalqonbaliq va boshqa turdagi tuzlangan baliqlar keltiriladi. Ular tarkibida 6 foizdan 20 foizgacha tuz bo'ladi. Ulardan taom tayyorlashdan oldin tuz miqdorini me'yordagi 1—5% ga keltirish uchun baliq suvda bo'ktiriladi.

Baliq tuzini ketkazish uchun bo'ktirishdan avval biroz ishlovdan o'tkazilishi, ya'ni tangasi, suzg'ich qanotlari, boshi olinadi. Umurtqa suyagi bo'ylab ikkiga bo'lib bo'ktiriladi, bu bo'ktirish vaqtini tejaydi, biroq baliq ta'mining yomonlashishiga olib keladi. Sudak, okun, seld, zog'ora baliq oilasidagi baliqlar tozalanmay, butun holda bo'ktiriladi.

Baliqlarning tuzini ketkazish 2 usulda — suv almashtirish va oqava suvda amalga oshiriladi.

Suv almashtirish — usulida tuzni ketkazish uchun vannaga 10—12°C haroratdagi sovuq suvga tuzlangan baliq solinadi (bunda 1 kg baliqqa 1 l suv hisobi) va 1, 2, 3 va 6 soat davomida yangi suv quyib, 4 marta almashtiriladi. Suvda tuz miqdori oshib borgan sayin baliqdagi tuzning ajralishi qiyinlashadi. Shu sababli ko'rsatilgan vaqtlar davomida vannadagi suv almashtirilib turilishi lozim.

Tuzlangan baliq tuzini oqava suvda ketkazish uchun baliq maxsus panjarali vannaga terilib, vanna ostidan suv yuboriladi. Suv baliqni muntazam yuvib, vannaning ust qismidagi quvur, nay moslamasidan tashqariga chiqib ketadi.

Tuzlangan baliq tuzini oqava suvda yuvish 8 soatdan 12 soatgacha davom etadi. Bo'ktirib, tuzi ketkazilgan baliqlar pishirish, baliq kotleti va yaxna taomlar tayyorlashda ishlatiladi.

2.2. TANGALI BALIQLARGA ISHLOV BERISH (BO'LAKLASH)

Suyak skeletli tangali baliqlar yirik-maydaligiga, ishlatilishiga qarab har xil usulda ishlovdan o'tkaziladi.

Baliqni butun holda ishlatish uchun ishlovdan o'tkazish.

Ishlovdan o'tkazish jarayoni tangalarini tozalash, suzg'ich qanotlarini olib tashlash, oyquloq, ichak-chavoqlarini ajratish va yuvishdan iborat. Mayda baliqlardan: salaka, koryusha, yangi seld; o'rtacha kattalikdagi baliqlardan: sudak, losos oilasiga mansub baliqlar butun holda ishlovdan o'tadi.

Baliq qo'lda o'rtacha kattalikdagi pichoq yoki qirg'ich yor- damida tozalanadi. Bundan tashqari mexanik qirg'ichli RO—1 uskunasi ham foydalanish mumkin (RO—1 ning ish quvvati 50 kg/soat).

Yirik umumiy ovqatlanish korxonalarida ko'p miqdordagi baliqqa ishlov berishda maxsus baliq tangasini tozalovchi mashinalardan foydalaniladi. Maxsus baraban yordamida yirik tangali baliqlar tozalanadi. Ular bir yo'la 160 kg baliqni 2—5 minut davomida tozalaydi. Uning ish unumdorligi soatiga 1,5 t gacha boradi. Tangacha tozalaydigan mashinada treska, qalqonbaliq, dengiz okuni kabi mayda

tangachali baliqlardan 1 minutda 20—30 donasini tozalash mumkin. Bunda baliq tangalari birinchi bor barabanlar yordamida tozalansa, qolganlari tez aylanuvchi roliklarga o'rnatilgan g'ildiraklar yordamida tozalanish jarayonidan o'tadilar.

Tangachalari tozalangan baliqlarning suzg'ich qanotlari olib tashlanadi. Buning uchun suzg'ich qanot atrofi, terisi ikki yoqlama biroz kesilib dum tomonidan teri bilan birlashgan qismi bosh tomonga qarab kesib olinadi. Baliqning suzg'ich qanotini bu usulda kesish qo'lni suzg'ich qanot tikanlari ta'sirida jarohatlashdan saqlaydi. Bu usuldagi tozalash okun oilasidagi baliqlarda juda qo'l keladi. Baliqning qorin, yonsuzg'ich qanotlari ham shu usul bilan olib tashlanadi. Ularni ehtiyotkorlik bilan chopib olish ham mumkin.

Suzg'ich qanotlar va tangachalar tozalanayotganda baliqlarning tani va terisiga jarohat yetkazmaslik kerak.

Baliq boshidagi oyquloq qopqoqlari ikki chetidan biroz kesiladi, qopqog'i ko'tarilib, ichidagi oyquloq maxsus ingichka pichoq yordamida kesib olinadi. Baliqning ko'zi ham olib tashlanadi.

Ichak-chavoqlaridan tozalash uchun baliqni bosh tomonini o'zingizga qaratib taxtakachga yon tomoni bilan yotqizib, qorin suzg'ich qanotlari o'rtasidan kesib, bo'yi bo'ylab qorni yoriladi, so'ng ichidagi ichak-chavoqlari, o't pufagiga alohida e'tibor berilgan holda ajratiladi. Chunki o't pufagi yorilsa, baliq go'shtiga tegib mazasini taxir holga keltirib, sifatini buzadi.

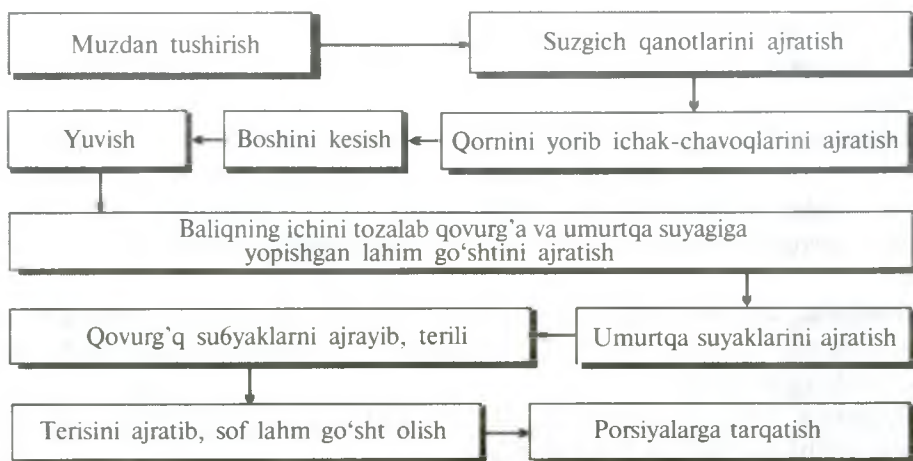
Baliq qorni ichidagi ba'zi qora yoki boshqa rangdagi terisi tozalanib, so'ng sovuq suvda yuvib, suvi silqitilib, patnisga terilib issiq ishlov berish davrigacha sovutkichda saqlanadi.

Katta korxonalarda va maxsus sexlarda baliqlarni suzg'ich qanotlari maxsus qanot kesuvchi mashinalarda, dum suzg'ich qanotlari esa disk ko'rinishidagi baliq keskichlarda kesiladi. Bunda 1 minutda 30 donagacha baliq ishlovdan o'tkaziladi.

Baliqlar boshi bo'lgan holda ishlovdan o'tkazilganda umumiy vazni 20% gacha kamayadi. Agar baliqning boshi olib tashlansa, umumiy chiqit miqdori 35% gacha yetadi.

Baliqlarni ko'ndalangiga dumaloq bo'laklash (кружляши). Bu usulda bo'laklash oqibatida baliq terisi, umurtqa, qovurg'a suyaklari saqlanib qolishi, shakli dumaloq holda bo'lishi kerak. Bu usulda ishlatishga 1,5 kg gacha vazndagi baliq olinadi.

Baliq tangachalari, suzg'ich qanotlarini ajratish yuqoridagi usulda olib boriladi. O'rtacha kattalikdagi pazandachilik pichog'i yordamida baliq oyqulog'i qopqog'i atrofidan terisi go'shti bilan kesilib, umurtqa suyagi chopilib, boshi va hosil bo'lgan teshikdan ichak-chavog'i olib tashlanib, qorin ichi po'sti tozalanadi va yuviladi. Bunda qorin terisi, go'shti zararlanmasligi kerak. Yuvilgan baliq suvi silqitilib ko'zda tutilgan (qovurish, pishirish, qiyma tiqish) taomga mo'ljallab dumaloq



6-rasm. Yirik va o'rtacha kattalidagi baliqlardan terisiz, suyaksiz sof file ajratish chizmasi.

holda ko'ndalangiga kesilib nimtalarga bo'linadi. Baliqqa bunday ishlov berilganda umumiy chiqit miqdori 35—40% ni tashkil qiladi.

Tayyorlov fabrikalarida katta miqdordagi baliqlarga ishlov berishda baliq kallasi maxsus mashinalarda olinadi. Bu mashinalar 1 minut davomida 35—40 baliqning boshini kesishga moslashtirilgan.

Baliqlarni filelarga ajratish. Vazni 1,5 kilogrammdan ortiq bo'lgan baliqlar ishlovdan o'tkazilib, uzunasiga umurtqa suyagi bo'ylab kesib ikkiga ajratiladi va porsiyalarga bo'linadi (6-rasm).

Baliq terisi oson ajratilishi uchun ba'zan ishlov berishda uning tangalari olinmay bir yo'la butun holda terisi shilib olinishi mumkin. Sof file kotlet, qiyma uzmasi hamda sof qiyma tayyorlashda ishlatiladi. Sof fileni ajratishda baliqning umumiy chiqiti 50% dan 68% gacha bo'lishi mumkin.

2.3. TANGASIZ BALIQLARGA ISHLOV BERISH

Tangasiz baliq usti shilimshiq modda bilan qoplangan bo'lib, terisi qalin, ko'pincha qora rangda va bemaza bo'ladi. Shu sababli ishlovda ularning terisi shilib tashlanadi. Ba'zi mayda tangachalik baliqlar ishlovdan xuddi tangasiz baliqlarga o'xshash bo'lgani sababli, ular shu turdagi baliqlar turiga kiritiladi.

Laqqa baliq. Baliq tashqi shilimshiq moddasidan pichoq yordamida tozalanib, qorni yoriladi, ichak-chavoqlari ajratilib, boshi, suzg'ich qanotlari ajratiladi,

yuvilib, kesib porsiyalarga taqsimlanadi. Yirik laqqaning ichi tozalanib, terisi shilinib olinadi. Laqqa baliq pishirish, dimlash, yog‘da qovurish, baliq kotleti tayyorlashda ishlatiladi.

Zubatka. Baliq umurtqa suyagi bo‘ylab tepa qismidan terisi yuzaki kesilib, suzg‘ich qanoti boshi ajratilib, qorni yorilib ichak-chavoqlari ajratiladi, yuvib, suvi silqitiladi. Bo‘laklashda, umurtqa suyagi bo‘ylab uzunasiga ikkiga bo‘linadi, umurtqa, qovurg‘a suyaklari, terisi shilinib, porsiyalarga taqsimlab, ko‘ndalangiga kesiladi.

Ilonbaliq. Bu baliqning ichi tozalanmaydi. Uning ustidagi shilimshiq modda kishi tanasinni zaharlashi mumkin, shu sababli baliq tuz bilan ishqalanib, yaxshilab yuvib tashlanishi lozim,

Beldyuga. Mayda tangachali, dag‘al terililigi sababli yelimbaliq‘iga o‘xshash «paypoq yechish» usulida terisi shilinadi.

2.4. BA‘ZI TURDAGI BALIQLARGA O‘ZIGA XOS ISHLOV BERISH

Sudak. Sudakka (va boshqa okun oilasidagi baliqlarga) ishlov berish qattiq yelka suzg‘ich qanotlarini ajratishdan boshlanadi, chunki ular kishi qo‘liga kirib uzoq vaqt og‘riq berib, yiringlanuvchi jarohatlarni keltirib chiqarishi mumkin. Suzg‘ich qanotlari yelkasining ikki tomonidan go‘shrigacha botirib kesib olinadi. Qolgan suzg‘ich qanotlari ham shu usulda ajratiladi.

Lin. Usti qattiq yopishgan mayda tangachali, tozalanishi qiyin bo‘lgan shilimshiq modda bilan qoplangan. Shuning uchun uni qaynoq suvga biroz botirilib (20—30 sekund), so‘ng darhol sovuq suvga solinadi. Suvdan olinib, taxtachaga qo‘yilib, ustidagi shilimshiq modda, tangachalari pichoq yordamida qiriladi. Suzg‘ich qanotlari, ichak-chavoqlari ajratiladi, yuvilib, suvi silqitiladi.

Qalqonbaliq. Baliqning ochiq rangli tomonidan ustidagi tikanaklari tozalanadi. Boshi oyquloq qopqog‘i izi bo‘ylab burchak ostida kesib ajratiladi va hosil bo‘lgan teshikdan ichak-chavoqlari olib tashlanadi. Suzg‘ich qanotlari ajratilib, yuviladi, suvi silqitiladi. Baliqning qora terisi shilib tashlanadi, ko‘ndalangiga kesilib, porsiyalarga taqsimlanadi. Baliq tozalanishini osonlashtirish uchun uni ishlov berishdan avval 1—2 minut qaynoq suvga solib olish mumkin.

Navaga. Navagani muzlatilgan holda ishlovdan o‘tkazish mumkin. Bu baliqning o‘t pufagi qorin terisiga yaqin joylashganligi sababli ishlovda ehtiyotkorlik talab qilinadi, qorin terisi kesilib o‘t pufagi zararlansa go‘shining mazasi taxir bo‘lib qoladi. Shuning uchun mayda navaga tangachalaridan tozalanib, ostki jag‘idan kesilib, hosil bo‘lgan teshikdan ichaklari olib tashlanadi. Bunda faqat baliqning

uvuldurug'i va ich yog'i qoldiriladi. Keyin esa suzg'ich qanotlari ajratiladi, yuvib, suvi silqitiladi.

Yirik baliqlarning boshi kesilib, hosil bo'lgan teshikdan ichak-chavoqlari bilan birga uvuldurug'i va ich yog'lari olib tozalanadi. Suzg'ich qanotlari ajratilib terisi shilib olinadi, yuvib, suvi silqitiladi va porsiyalarga taqsimlanadi.

Treska. Boshsiz, ichak — chavoqsiz kelgan treska yoki piksha tangachalaridan tozalanib, suzg'ich qanotlari ajratiladi, qorin ichki terisidagi qora yupqa teri shilinib, yuviladi, suvi silqitilib, porsiyalarga taqsimlanadi.

Salaka, kilka, xamsa. Bu baliqlar saralanib katta-kichiklarga ajratiladi, yuvib, boshi, ichak-chavog'i dumi va ba'zida umurtqa suyaklari ajratilib, yana yuviladi.

Cho'rtan baliq. Tangachalari tozalanadi, boshi kesilib, ichak-chavog'i, suzg'ich qanotlari ajratiladi, yuvib, suvi silqitilib, porsiyalarga taqsimlanadi. Kotlet massasiga ishlatish yoki butun holda qiyma tiqib ishlatish uchun terisi «paypoq yechish» usulida shilinadi.

Qilichbaliq. Bu baliq asosan boshsiz, tangasiz, ichak-chavoqlari ajratilib butun yoki bo'laklarga bo'linib, muzlatilgan holda keltiriladi. Suvda yoki havoda muzdan tushirilib, umurtqa suyagi bo'ylab yupqa qora parda olib tashlanadi. Suzg'ich qanotlari ajratiladi. Agar porsiyalarga bo'lish kerak bo'lsa, to'g'ri burchak ostida kesib suyakli terili filega ajratiladi. Baliq boshi, ichak-chavoqlari chiqiti 25% ni tashkil qiladi.

Kumush rangli xek. Bu baliqning qorni ichidagi qora yupqa pardasi, olib tashlanadi, mayda tangachalari tozalanadi, dag'al terisi shilib olinadi, boshi kesiladi. Yiriklari dumaloq holda kesilib, maydalari butun holda ishlatiladi.

Marinka. Bu baliqni bo'laklarga taqsimlashdan avval qorni ichidagi zaharli qora pardasi olib tashlanadi.

Dengiz tili. Bu baliq tashqi ko'rinishidan qalqonbaliqni eslatadi. Dum tomonidan terisi kesilib bosh tomoniga qarab tortib shilib olinadi. Ichak-chavoqlarini ajratishda avval bo'ynidan kesib boshi ajratiladi, so'ng qorin terisi bilan birga shilib olinadi.

Stavrída. Usti teriga qattiq joylashgan tangachalardan iborat bo'lgani uchun uni tozalashdan avval qaynoq suvga biroz botirib olinadi.

Tuzlangan seld. Qorni yorilib, ichak-chavoqlari ajratiladi, qorin ichki qora pardasidan tozalanib, yuviladi, dumi va boshi kesiladi. Umurtqa suyagi bo'ylab terisi uzunasiga kesilib, bosh tomonidan dumiga qarab tortib terisi shilinadi. Umurtqa, qovurg'a suyaklari ajratilib sof file holigacha ishlovdan o'tkazish mumkin.

O'ta tuzi ko'p seldni sovuq suvda, achchiq choyda bo'ktirib tuzini ketkazish mumkin. Choy tarkibidagi dubil mahsuloti baliq sifatini yaxshilashga yordam beradi. Baliq sifatini yanada yaxshilash uchun uni sutda bo'ktirish lozim.

2.5. OSETR OILASIDAGI BALIQLARGA ISHLOV BERISH

Osyotr baliqlari o'z tuzilishi va tashqi ko'rinishi bilan boshqa baliqlardan farqlanadi. Ularda suyak skeletlari bo'lmaydi, ustida tangachalar o'rnida bir necha qator qalqoncha ko'rinishida tikanaklari bo'ladi.

Umumiy ovqatlanish korxonalariga bu baliqlar ko'pincha muzlatilgan holda keltiriladi. Ulardan uvuldirig' olinayotgan paytda ichak-chavoqlaridan tozalanadi. *Osyotr* baliqlari sexlarda javon yoki stol ustiga qorni yuqoriga qilib bir qator terilgan holda ochiq havoda muzidan tushiriladi. Bunda baliq tarkibidagi suyuqlik bir xil o'z to'qimalariga qayta joylashadi. Ba'zida dum suzg'ich qanotlari baliqning vizigasi kemirchak suyaklari ajratib olingunga qadar kesib olinmaydi. *Viziga* — baliq kemirchak suyaklari ichida oq arqonga o'xshash dag'al umurtqasi hisoblanadi. *Vizigani* ajratish uchun dum suzg'ich qanoti terisi bilan birlashgan yeridan yuzaki kesilib, bir, ikki burab dumi asta-sekin tortilishi kerak.

Agar baliq dumi chopib tashlangan bo'lsa pazandachilik ignasi yordamida viziga uchi biroz tortilib, so'ng qo'lda tortib ajratib olish mumkin. Ba'zida baliq vizigasi uzunasiga ikkiga bo'lingan holda ham ajratib olinadi. Sanoatda ishlovdan o'tish jarayonida baliq ichak-chavoqlarini tozalash bilan birga vizigasi ajratilgan holatlarini ham uchratish mumkin.

Baliqning ichi tozalanadi, umurtqasi bo'ylab ikkiga bo'linadi. Buni baliqni zvenolarga ajratish deyiladi. Yirik baliq, ayniqsa, beluga baliq'ini zvenolarga ajratishda, ularning vazn og'irligi 4—5 kg, uzunligi 60 santimetrcha qilib kesiladi. *Osyotr* oilasiga mansub baliqlarni suyakli qalqonchalaridan oson tozalash uchun maxsus qozon yoki vannadagi qaynoq suvga 3 minut botirilib, yuzaki pishirib olinadi. Bunda baliqning terisi va tikanagigina suvga to'la botirilishi kerak. Shundan so'ng baliq taxtakachga terisini yuqoriga qaratib qo'yiladi va shu zahoti pichoq yordamida yon, qorin va mayda qalqonchalari tozalanadi. Tozalangan baliq sovuq suvda yuviladi. Bunda baliq ustida qotib qolgan baliq oqsillari ham yuvib tashlanadi. Issiq suvda yuzaki pishirish natijasida *osyotr* turkumidagi baliq vazni 5—10% gacha kamayadi.

Bu usulda tayyorlangan baliq butunligicha suvda pishirib ishlatiladi. Qorin qismi baliq pishganda o'z shaklini saqlashi uchun ip bilan biroz tortib bog'lanadi va baliq pishiriladigan qozon panja-rasiga qo'yiladi. Baliq pishiriladigan qozonlar maxsus qisqichli uskunalar bilan jihozlangan bo'lsa yuqoridagi jarayon yana ham oson bo'ladi.

Qovurishga, suvda pishirishga mo'ljallangan baliqlar ishlovdan o'tish jarayonida, zvenolarga bo'linganidan so'ng, kemirchak suyaklari kesib ajratiladi, ichi tozalanib, tangachalari qiriladi. Bunday ishlov berishda chiqqan chiqit miqdori 33—36% ni tashkil etadi.

Ishlovdan o'tgan *osyotr*, beluga, sevryuga terisi yoki terisiz sof file holida porsiyalarga bo'linib, suvda pishirish, qovurish va yopib pishirish uchun ishlatiladi.

Baliq zvenosidan porsiyalangan holdagi yarim tayyor mahsulot kesish uchun taxtakachga terisi bilan qo'yilib, dum tomoniga qarab to'qimasiga nisbatan 30° burchak ostida 1—1,5 santimetr qalinlikda go'shti va terisi kesiladi. Terisi kesilmay qoldirilishi ham mumkin. Porsiyalangan baliq qaynab turgan suvga botirilib 1—2 minut 95°C da ushlab turiladi. Part qilingan baliq bo'laklari sovuq suvda yuviladi va qotib qolgan oqsil ko'piklaridan tozalanadi. Baliqqa bu yo'sinda issiq ishlov berilganda uning hajmi qisqarib o'zi zichlashadi, qovurganda urvoq ajralib chiqmaydi. Ikkilamchi pishirilgandagi suv, baliq qaynatmalarini tayyorlashda ham ishlatilishi mumkin.

Sterlyad balig'idan butunligicha taom tayyorlashdan oldin yon, qorin, qalqonlari va mayda qalqonchalari tozalanadi, qorni yorilib, ichak-chavoq, vizigasi, oyqulog'i ajratilib, yuviladi. Ustki umurtqa qalqonlari qoldiriladi, aks holda terisi va go'shti shikastlanadi. Ular baliq pishirilishi jarayonida oson ko'chadi. Sterlyad chiqiti vazn og'irligining 42% ini tashkil qiladi.

2.6. YARIM TAYYOR BALIQ MAHSULOTLARINI TAYYORLASH

Baliqdan tayyorlanadigan yarim tayyor mahsulotlar katta-kichikligiga qarab yirik (butun baliq) porsiyalangan va mayda kesilgan (xamirga botirib qovurilgan, solyanka va boshqa taomlar uchun) ko'rinishda bo'ladi.

Ular ishlatilishiga qarab asosiy usulda pishirish, oz suvda pishirish, asosiy usulda qovurish, yopish uchun ishlatiladigan turlarga ajratiladi.

Asosiy usulda pishirish uchun butun zvenolarga bo'lingan holda, porsiyalarga taqsimlangan, suyaksiz terili va suyakli terili baliqlardan foydalaniladi. Baliq kesilayotganda to'qimasiga nisbatan to'g'ri burchak ostida kesilishi kerak. Porsiyalangan baliq terisi 2—3 yeridan yuzaki kesiladi, bunda baliq o'z shaklini yo'qotmaydi.

Oz suvda pishirish uchun baliqlar butun, katta bo'lmagan zveno suyaksiz terili file terisiz va suyaksiz sof file holida ishlatiladi. Baliq to'qimasiga 30° burchak ostida dum tomonidan boshlab kesib porsiyalanadi. Tekis kesilgan keng bo'laklar oz suyuqlik ta'sirida tez va bir xilda ishlov berish uchun qulay bo'ladi.

Asosiy usulda qovurish uchun baliqlar butun zvenolarga bo'lingan dumaloq shaklda porsiyalarga ajratib kesilgan suyakli, terili va suyaksiz terisiz filelar holida ishlatiladi. Dumaloq kesishda va umurtqa suyakli filelarni porsiyalashda baliq to'qimasiga to'g'ri burchak ostida kesiladi. Qovurg'a suyakli, terili, sof filelardan porsiyalashda baliq to'qimasiga nisbatan 30°C burchak ostida kesiladi. Bunda hosil bo'lgan keng, tekis bo'laklar baliq sathi qovuriladigan yuzaga bir xilda tegadi.

Baliqni qovurish jarayonida undagi suyuqlik va ozuqa moddalari yo'qotilishini kamaytirish, yuzida bir xil qovurilgan qobiq hosil qilish uchun baliqlar urvoqqa

belanadi. **Urvoqqa belash deb, baliq sathini un yoki qotgan non ushog'i bilan qoplashga aytiladi.** Baliq qovurilgandan keyin ishlatilishiga qarab urvoqqa belash turli ko'rinishda va turli usulda bo'ladi. Un urvog'i uchun elangan 1-navli bug'doy uni ishlatiladi. Baliq unga belanishidan avval unga ma'lum darajada mayda tuz qo'shish mumkin.

Qizil urvoq. Suvi qochgan bo'lka non qizg'ish ranggacha qovurilib, tuyuladi va elanadi.

Oq urvoq. Suvi qochgan oq bo'lka non tuyulib, elanadi.

Non urvog'i. Biroz suvi qochgan non qobig'idan tozalanib somoncha yoki mayda kubik, yoki ushoq holda kesiladi.

Urvoqlar tayyorlanayotgan mahsulotga yaxshi yopishishi uchun maxsus lezon suyuqligi ishlatiladi.

Lezon — xom tuxumning sut yoki suv bilan ozroq tuz qo'shilgan holdagi suyuq aralashmasidir. Bir kilogramm lezon uchun 670 gramm xom tuxum yoki melanj, 340 gramm suv yoki sut, 10 gramm tuz ishlatiladi. Urvoqqa belash har xil usulda olib borilishi mumkin. Asosiy usulda qovurish uchun baliq unga belanadi. Non urvog'iga, non va un urvog'i aralashmasiga belangan mahsulot ham asosiy usulda qovuriladi. Ikki marta urvoqqa belangan (un, lezon, qizil yoki oq urvoq yoki suyuq xamirga botirilgan mahsulot ko'p yog'da qovuriladi.

Butun baliq — navaga, skumbriya, kumush xek, makrurus, okun, tovonbaliq, muz baliq, stavrida, kryushka va porsiyalangan baliq elab tuzlangan un, oq, qizil urvoq yoki un va urvoq aralashmasidan biriga belanib, asosiy usulda qovuriladi. Bo'laklangan, suyaksiz, terisiz sof file holiday baliq unga belanib qovuriladi, chunki un mahsulotdan chiqayotgan suyuqlikni shimib oladi.

Ko'p yog'da qovurish uchun baliqning butun, porsiyalangan, suyaksiz, terisiz filelari ishlatiladi. Baliq to'qimasiga nisbatan 30° burchak ostida kesiladi. Porsiyalanib, biroz yuzaki quritiladi, tuz sepiladi, unga belab lezonga botiriladi, so'ng qotgan non urvog'iga belanadi.

«*Baliq fridi*» yarim tayyor mahsulotini tayyorlash uchun sof baliq filesi (laqqa baliq, treska, sudak) romb yoki to'rtburchak shaklida kesilib, ikki marta urvoqqa belanadi. Yarim tayyor mahsulot og'irligi laqqa baliqdan 118, 95, 69 gramm hisobida tayyorlanadi.

«*Qovurilgan baliq ko'k yog' bilan*» yarim tayyor mahsuloti, ya'ni «Sakkiz ko'rinishidagi baliq» uchun sof file kengligi 4—5 sm, qalinligi 1 sm, uzunligi 15—20 sm qilib kesilib biroz urilib avval unga, so'ng lezonga va oq urvoqqa belanib tayyorlanadi. So'ngra sakkiz shaklida buralib, sixga tortilib, yog'da qovuriladi.

«*Xamirga bostirib qovurilgan baliq*» yarim tayyor mahsuloti uchun sof file qalinligi 1 sm, uzunligi 8—10 sm qilib to'g'ri to'rtburchak shaklida kesiladi va idishda 15—30 minut davomida marinovka qilinadi. **Marinovka qilish deb, go'sht**

yoki baliq birlashtiruvchi to'qimalarini taom uchun ishlatiladigan organik kislotalar yordamida yumshatib, o'ziga xos maza, hidga ega bo'lgan kimyoviy pazandachilik ishloviga aytiladi.

Baliqni marinovka qilishda limon sharbati yoki kislotasi, tuz, yanchilgan murch, o'simlik yog'i, mayda chopilgan petrushka ko'kati solib, aralashtiriladi. Limon kislotasi ta'sirida baliq oqsili bo'kib, mazasi va hidi yaxshilanadi.

Tayyorlangan baliq suyuq xamirga botirilib yog'da qovuriladi. Suyuq xamir uchun sutga biroz o'simlik yog'i, tuz va elangan un qo'shib aralashtiriladi va bir xil massa hosil bo'lgandan so'ng ko'pirtirilgan tuxum oqi qo'shiladi.

«Doncha zraza» taomi uchun sof baliq filesi yupqa kesilib porsiyalanib, qalinligi 0,5 sm gacha urilib o'rtasiga qiyma (mayda chopilib jazlangan piyoz, pishirib chopilgan tuxum, ko'kat, murch yoki pishirib chopilgan qo'ziqorin, qizil urvoq, pishirib mayda chopilgan osyotr baliq'i kemirchak suyagi) solinib, chetlari bukiladi, silindr shaklida o'ralib, unga belanadi, lezonga botirilib, qizil urvoq-qa belanadi. Tayyorlangan yarim tayyor mahsulot porsiyasiga 1 donadan bo'lib, yog'da qovuriladi. Yarim tayyor mahsulot miqdori (laqqa baliq hisobida) 215, 180, 125 grammni tashkil qiladi.

2.7. BALIQ KOTLET MASSASI VA UNDA YARIM TAYYOR MAHSULOTLAR TAYYORLASH

Baliqdan kotlet massasi tayyorlash uchun suyagi kam bo'lgan tangali yoki tangasiz suyak skeletli baliqlar hamda dengiz kemirchak suyakli baliqlari ishlatiladi. Kotlet massasi treska, piksha, cho'rtan baliq, sudak, dengiz okuni va boshqa baliqlardan, shuningdek, muzlatilgan, sanoatda yarim ishlovdan o'tgan baliq yarim tayyor mahsulotidan tayyorlanishi mumkin. Bu kotlet massasi tayyorlash jarayonini ancha osonlashtiradi.

Baliqning suyaksiz, terisiz sof filesi kichik bo'laklarda kesilib, go'sht qiymalagichdan o'tkaziladi. Birinchi navdan past bo'lmagan bug'doy noni qobig'idan tozalanib, suv yoki sutda bo'ktiriladi. Suyuqligi siqilgan non baliq qiymasi bilan aralashtirilib, yana bir bor go'sht qiymalagichdan o'tkaziladi. Quyuy-suyuqligiga qarab biroz suyuqlik, tuz, murch qo'shib, qiyma aralashtiruvchi mashinada yoki qo'lda stol ustida yaxshilab aralashtiriladi. Kotlet massa g'ovakligini oshirish uchun yog'siz baliq qiymasiga pishirilgan va go'sht qiymalagichdan o'tkazilgan baliq qo'shish mumkin. Bunda pishirilgan baliq miqdori 25—30% dan oshmasligi kerak. Kotlet massasining yopishqoqligini oshirish uchun 1 porsiyaga 1/10 dan 1/20 donagacha xom tuxum qo'shish mumkin. Baliq kotlet massasini tayyorlashda baliqning ichki yog'idan 6% gacha qo'shib, o'rniga shuncha sof filesi kamaytirilib ishlatilishi ham mumkin.

Baliq kotlet massasining holati va mazasiga non urvog'i ijobiy ta'sir qiladi. Baliq kotlet massasi tarkibidagi non birlashtiruvchi to'qimalarni yumshatib, tarkibidagi suyuqlikni saqlab, mahsulotning g'ovak, yumshoq, suvli massasini hosil qiladi.

Kotlet massasida mikroorganizmlar rivojlanishiga moyillik kuchli bo'lib, shu sababli u tez buziladi. Shuning uchun baliq kotletini tayyorlashda baliq filesi va sut sovutilgan holda ishlatilmog'i darkor. Go'sht qiymalagichdan o'tgandan baliq kotlet massasi biroz sovutilib, so'ngra yarim tayyor mahsulotlar tayyorlanadi.

Baliq kotlet massasi yarim tayyor mahsulotlari

Kotlet massasidan kotlet, bitochka, teftel, frikadelka, zrazi, telnoye, ruletlar tayyorlanadi.

Kotlet. Maxsus KFM-2 mashinasi yordamida baliq kotlet massasi bo'laklarga bo'linib, shakl beriladi va bir yoqlama urvoqqa belanadi. Ikkinchi tomoni qo'lda urvoqqa belanadi.

Bu jarayon qo'lda bajarilganda baliq kotlet massasi chap qo'lga olinib, o'ng qo'lda bo'lakka bo'linib uziladi, tarozida tortilib, urvoq sepilgan stol chetiga yoki taxtakachga teriladi. Chap qo'l bilan dumalatib urvoqqa belanadi so'ngra o'ng qo'ldagi pichoq yordamida chetlari tekislanib, bir cheti o'tkirlangan oval shakli beriladi. Bunda asosan oq urvoq ishlatiladi, chunki u baliq kotlet massasiga monand rangda bo'ladi. Bir porsiyaga 1—2 dona kotlet tayyorlanadi. Yarim tayyor mahsulot vazni 144, 115, 86 gramm hisobida bo'ladi. U qovurilib ishlatiladi.

Bitochka — yuqoridagi uslubda tayyorlanadi va diametri 6 sm, qalinligi 2 sm li shayba shaklida kesilib, oq urvoqqa belanadi. Vazn og'irligi kotletga o'xshash bo'ladi. Qovurib va yopib pishiriladi.

Teftel — diametri 3 sm li shar shaklida, bir porsiyaga 3—4 dona hisobida tayyorlanadi. Teftel uchun kotlet massasini tayyorlashda non o'rniga ma'lum miqdorda mayda chopilib jazlangan piyoz qo'shilishi mumkin. Teftel unga belanib, dimlab yoki yopib pishiriladi. Yarim tayyor mahsulotning vazn og'irligi 118, 88 gramm bo'lishi lozim.

Rulet — bir necha porsiyaga mo'ljallab, ichiga qiyma joylab tayyorlangan mahsulot. Uni tayyorlash uchun ho'llangan sochiq yoki dokaga baliq kotlet massasi 1,5 mm qalinlikda, 20 sm gacha kenglikda to'g'ri to'rtburchak shaklida yoyiladi. O'rtasiga butun uzunlik bo'yicha qiyma qo'yilib, chetlari sochiq yoki doka yordamida baton shaklida ko'tarib birlashtiriladi, yog'lanib urvoq sepilgan protvenga choki pastga qilib qo'yiladi, 3—4 yeridan teshilib, yopishdan avval ustiga o'simlik yog'i yoki tuxum lezoni surtilib, urvoq sepiladi. Rulet qiymasi tarkibiga qovurilib chopilgan qo'ziqorin, mayda chopib jazlangan piyoz, pishirib chopilgan tuxum,

tuz, murch kiradi. Yarim tayyor mahsulot bir porsiyaga 125, 95 gramm hisobida olinadi.

Baliq zrazasi — qiyma tiqib tayyorlanuvchi mahsulot hisoblanadi. Baliq kotlet massasiga «obi non» shakli berilib, 1 sm qalinlikda yoyiladi, oʻrtasiga xuddi ruletga oʻxshash, lekin urvoq qoʻshilgan qiyma solinadi, chetlari buklanadi, gʻisht shakli berilib, oq qizil urvoqqa belanadi va qovurib pishiriladi.

Telnoye — xuddi zrazaga oʻxshash tayyorlanib, hoʻl sochiq yoki doka yordamida shakli yarim oy holiga keltiriladi, lezonga botirilib urvoqqa belanadi, soʻngra qovurib pishiriladi. Yarim tayyor mahsulot 194, 145, 109 gramm hisobida tayyorlanadi.

Frikadelka massasini tayyorlash uchun baliq qiymasiga mayda chopilib jazlangan piyoz, xom tuxum, margarin, tuz qoʻshib aralashtiriladi. Vazni 12—15 gramm qilib 8—10 dona shar shaklida boʻlaklarga boʻlinadi. Suvda yoki dimlab pishiriladi.

Knel massasini tayyorlash. Knel massasi uchun xuddi kotlet massasiga oʻxshagan baliq turlari ishlatiladi. Bunda 1 kg baliq filesiga 100 gramm non, 500 gramm sut yoki qaymoq, 3 dona tuxum oqi, 15 gramm tuz qoʻshiladi.

Baliq filesi suyaksiz, terisiz tayyorlanib, mayda boʻlaklarga boʻlinadi, oq boʻlka non qobigʻidan tozalanib sut yoki qaymoqda boʻktiriladi. Soʻng bu boʻktirma tayyorlangan baliq filesiga aralashtirilib, goʻsht qiymalagichning mayda koʻzli panjarasidan 2—3 marta oʻtkaziladi. Bir xil massa hosil boʻlishi uchun aralashma kattaroq idishga solinib eziladi va aralashtiriladi. Xom tuxum oqi, quyuq-suyuqligiga qarab sut yoki qaymoq solinib, koʻpirarli darajada aralashtirib gʻovak massasi hosil qilgandan soʻng mazasiga koʻra tuz qoʻshiladi. Hosil boʻlgan massa gʻovak boʻlishi, yaʼni bir boʻlagi suvga solinsa, suv yuzida suzib yurishi kerak. Knel massasini tayyorlashda non oʻrniga qatlama xamir ham ishlatilishi mumkin. Uning mayinligi va ozuqalik ahamiyati yuqoriligidan parhez taomlar tay-yorlashda tavsiya etiladi. Undan baliq kneli, qiyma tiqilgan baliq taomlarini tayyorlashda foydalaniladi.

2.8. QIYMA TIQISH UCHUN BALIQQA ISHLOV BERISH

Qiyma tiqish koʻpincha choʻrtan baliq, sudak, zogʻora baliqlar ishlatiladi. Baliqlarga butun yoki porsiyalangan holda qiyma tiqib taom tayyorlanishi mumkin. Qiyma hisobida maxsus tayyorlangan baliq kotleti massasi yoki knel massasi ishlatiladi. Knel massasini ham qiyma sifatida ishlatish mumkin. Butun holda qiyma tiqish uchun sovitilgan baliqlar, choʻrtan baliqning esa tirik holdagisi ishlatiladi. Chunki uning muzlatilgani ishlatilsa terisi yirtilib ketishi mumkin.

Choʻrtan baliqqa qiyma tiqish uchun butun holda terisiga zarar yetkazmay tangachalari tozalanadi, yuviladi, bosh atrofidan terisi yuzaki kesilib, qayriladi,

bosh tomonidan dum yoʻnalishida tortilib, «paypoq yechish» usulida terisi shilinadi. Suzgʻich qanotlar qaychi bilan kesilib umurtqa suyagi dumiga yaqin yeridan sindiriladi, teri esa dumi bilan qolishi kerak. Baliq goʻshti suyaksiz sof filega ajratiladi.

Baliq qiymasini tayyorlash uchun 1 kilogramm filega 100—160 gramm non, 300 gramm sut, 100 gramm sariyogʻ yoki margarin, 100 gramm jazlangan piyoz, 2 dona tuxum oqi, 20 gramm tuz, 1 gramm murch ishlatiladi.

Sutda boʻktirilgan oq non boʻlaklangan sof baliq filesi bilan aralastirilib goʻsht qiymalagichdan oʻtkaziladi va mayda chopib jazlangan piyoz, yogʻ, tuz, murch qoʻshilib, yana bir bor goʻsht qiymalagichdan oʻtkaziladi. Aralashmaga xom tuxum, quyuq-suyuqligiga qarab sut qoʻshib gʻovak holga kelguncha yaxshilab aralastiriladi. Qiyma tayyorlashda mayda chopilgan sarimsoqpiyoz ham qoʻshilishi mumkin.

Choʻrtan baliq terisi tayyorlangan qiyma bilan toʻldiriladi, dum tomonidagi terisi ignada bir, ikki yeridan teshilib havosi chiqariladi. Baliq boshi terisiga tikilib, dokayoki pergamentga oʻralib ip bilan bogʻlanadi, soʻng baliq qozoni qasqoniga qoʻyiladi.

Agar choʻrtan baliq qorni yorilib tozalangan holda keltirilgan boʻlsa uzunasiga ikkiga boʻlib, terisi shilib olinadi. Sof filesidan qiyma tayyorlanadi. Hoʻl dokaga baliqning bir tomoni terisi yoyilib, ustidan butun uzunligi boʻyicha baliq qiymasi solinadi, uning ustidan baliqning ikkinchi boʻlak terisi yopiladi, doka bilan oʻralib, baliq shakliga oʻxshash shakl beriladi, doka chetlari bogʻlanib, baliq qozon-qasqoniga qoʻyib pishiriladi.

Porsiyalangan holda qiyma tiqish uchun choʻrtan baliqdan boshqa baliqlar ham ishlatilishi mumkin. Baliq ishlovdan oʻtkazilib porsiyalarga boʻlinadi. Boʻlaklardan umurtqa, qovurgʻa suyaklari ajratib olinadi. Terida 5 sm gacha goʻsht qoldiriladi. Goʻshti tozalanib sof file holiga keltiriladi, yuqoridagi usulda qiyma tayyorlanib, porsiyaga taqsimlangan boʻlakka tiqiladi va baliq qozon qasqoniga terilib, oz suvda pishiriladi. Tayyorlangan yarim tayyor mahsulot qasqonga bir qator teriladi.

Sudak baliqʻiga qiyma tiqish uchun yelka suzgʻich qanotlari kesilib, terisiga shikast yetkazmay tangachalari tozalanadi. Oyquloq qopqogʻi koʻtarilib oyqulogʻi ajratiladi, koʻzi oʻyiladi. Baliq yuvilib tepasidan umurtqa suyagi boʻylab ikki yoqlama pichoqni chuqur botirib kesiladi. Umurtqa suyaklari boshi va dumiga yaqin yerdan sindirilib ajratib olinadi. Paydo boʻlgan teshikdan ichak-chavoqlari ajratib olinadi: baliq yuvilib, yonboshidagi qovurgʻa suyaklari va goʻshti terida 0,5 sm qalinlikda qoldirilib kesib olinadi. Suzgʻich qanotlari qaychi bilan kesiladi. Baliq goʻshti suyaklaridan tozalanib kotlet yoki knel massasi tayyorlanadi va tepa tomonidan solib baliq oʻz shakliga kelguncha toʻldiriladi. Soʻng tikilib, dokaga oʻralib, baliq qozon-qasqonida pishiriladi.

2.9. BALIQ CHIQITLARIGA ISHLOV BERISH VA ISHLATISH

Baliqlarga pazandachilik ishlovi berishda yarim tayyor mahsulotdan tashqari ma'lum miqdorda chiqitlar ham olinadi (*2-jadval*). **Chiqit deb mexanik, pazandachilik ishlovi jarayonida hosil bo'ladigan ozuqalik yoki texnik qoldiqlarga aytiladi.**

Ozuqalik qoldiqlar ishlovdan o'tkazilib taom tayyorlashda ishlatilishi mumkin bo'lgan mahsulotdir. Ularga baliq boshi, suyaklari, terisi, suzg'ich qanotlari, uvuldirig'i (ikrasi), ich yog'i, tangachalari, vizigasi, kemirchak suyagi, yog'i kiradi. Baliqning umumiy chiqitqisi uning katta-kichikligiga, turiga, ishlov berish usuliga uzviy bog'liq bo'ladi.

Osyotr baliqlarining boshi qaynoq suvga biroz botirilib yuzaki pishiriladi, mayda qalqonchalari tozalanib, uzunasiga ikkiga bo'lib chopiladi va yuviladi va baliq sho'rvalarini tayyorlashda ishlatiladi. Bu sho'rvalar suzilib suyuq oshlar, sardaklar tayyorlashda ishlatiladi. Baliq boshining pishgan go'shti ajratilib suyuq taomlarga, qiymalarga, salatlariga qo'shilishi mumkin.

Teri va suyaklari sho'rva tangachalari jele tayyorlashda ishlatiladi. Okun baliqlari chiqitqisidan tayyorlangan jelening yopishqoqlik darajasi yuqoriroq bo'lib, eng yaxshi jele hisoblanadi.

Uvuldurug'i va ichki yog'lari oqsil, yog', D, A, darmondorilariga boy bo'ladi. *Osyotr* va losos baliqlarining uvuldurug'i baliq tutilgan zahoti ajratiladi. U tuzlanadi yoki konservalanadi. Qolgan baliqlar uvulduruqlari baliq sho'rvalarini tindirish va gazaklarini tayyorlash uchun ishlatiladi, Uvulduruq ishlatilishidan avval yupqa pardasidan tozalanadi. Karp oilasiga mansub baliqlar — marinka, ostan, usach uvulduruqlari zaharliligi sababli ishlatilmaydi. Ichki yog'lari yuvilib kotlet massasiga qo'shib ishlatiladi, bunda kotlet massasining yog'liqlik darajasi oshadi.

Yog' — baliqqa ishlov berish paytida ajratiladi. Yuvilib, kotlet massasini tayyorlashda qo'shib ishlatiladi.

Kemirchak suyaklari — *osyotr* oilasidagi baliqlardan olinib, yuvilib, yumshoq holga kelguncha qadar qaynatiladi, tilim-tilim shaklida kesilib yoki mayda chopilib, baliq solyankasi, rassolda tayyorlangan baliq, baliq qiymasi va boshqalarga ishlatiladi.

Osyotr oilasidagi baliq vizigasi umurtqa kemirchak suyagi ichidan olinib, namligi 16—20% ga yetguncha quritilgan holda saqlanadi. Ishlatishdan avval uzunasiga bo'ylab kesilib ichidagi kemirchak ko'rinishdagi mahsulotdan ajratiladi. Quritilgan holdagisi yuvilib, 3 soat davomida suvda bo'ktiriladi. Tayyorlangan viziga 3 soat davomida pishirilib, yumshoq holga keltirilib, sovutiladi, mayda chopiladi, rastegay va kulebyaklar qiymasiga qo'shib ishlatiladi.

2.10. BALIQ YARIM TAYYOR MAHSULOTLARI SIFATIGA QO'YILADIGAN TALABLAR VA ULARNI SAQLASH MUDDATLARI

Yarim tayyor mahsulotlarning ichki yuzalari qotib qolgan qonlardan, yupqa qora pardalardan juda yaxshi tozalangan, suyagiga birlashgan go'shtlari o'z rangini o'zgartirmagan, umurtqa va qovurg'a suyaklari go'shtidan ajralib qolmagan bo'lishi lozim. Ishlovdan o'tgan baliq terisi shikastlanmagan, tangachalar, suzg'ich qanotlar qoldiqlaridan holi, suzg'ich qanotlarining go'shtga taqalgan yerlaridan suyaklari chopilgan bo'lishi kerak.

Baliqdan yarim tayyor mahsulot tayyorlash va ularni saqlash jarayonlariga qo'yiladigan sanitariya talablari

Baliq tarkibidagi namlik yuqori va ozuqalik mahsulotlar yetarli darajada bo'lgani sababli unda mikroorganizmlar tez rivojlanadi. Sovutilgan baliq tarkibida esa ularning rivojlanishi biroz to'xtatiladi. Eng ko'p mikroorganizmlar tozalanmagan baliqda bo'lib, yarim tayyor mahsulotlarda ularning soni ancha kam bo'ladi lekin keyingi ishlov va saqlash jarayonlarida ko'payishi mumkin. Shu sababli baliqlarga ishlov berish jarayonlarida maxsus taxtakachlar, pichoqlar va stollardan foydalaniladi. Ishlovdan avval va ishlovdan so'ng baliqlar oqava suvda yuviladi. Baliqlarga ishlov berish jarayonida chiqqan chiqitlar shu zahoti alohida idish yoki joyga ajratilishi kerak. Baliqlarni porsiyalarga bo'lish, urvoqqa belash alohida-alohida stollarda bajariladi. Ishlov berish jarayonida ishlatilgan asbob-uskunalar vaqt-vaqti bilan issiq suvda chayib turilishi kerak. Ish tugagach, ular yaxshilab issiq suvda yuvilib quritilishi lozim.

Umumiy ovqatlanish korxonalari va yarim tayyor mahsulot do'konlarida sotish uchun mo'ljallangan baliq yarim tayyor mahsulotlari 2—3 soat davomida 0 dan 4°C gacha darajali moslamada sovutiladi.

Butun holdagi yoki katta bo'laklarga bo'linib ishlovdan o'tgan baliqlar 24 soat, porsiyalanib kesilgan bo'laklar va baliq qiymasi 6—8 soat, tunuka tovaga 5 sm gacha qalinlikda taxlangan baliq kotlet massasi 2—3 soat, baliq kotlet massasi yarim tayyor mahsuloti 12 soat davomida saqlanishi mumkin.

Yarim tayyor mahsulotlarni tashish, saqlash qoidalariga rioya qilingan holda, ishlab chiqarilgandan so'ng 24 soat davomida iste'molga berilishi kerak. Agar sovutgich inshootlarisiz tashiladigan bo'lsa, bu vaqt 2 soatdan oshmasligi kerak.

2.11. DENGIZ MAHSULOTLARI

Umumiy ovqatlanish korxonalarida baliqdan tashqari dengiz ozuqa mahsulotlari ham har xil taom va gazaklar tayyorlashda ishlatiladi. Ulardan qisqichbaqasimonlar, mollyuskalar va suv o'simliklari ko'p miqdorda oqsil (22% gacha), mineral

moddalar, B, PP, C, D darmondorilari, yog‘, glikogen, fermentlar, mikroelementlarga egaligi bilan ozuqalik qimmatga egadir. Tarkibidagi mikroelementlari va quvvatga kiritadigan moddalarga ega bo‘lgani uchun dengiz mahsulotlari parhez taomlarida ham ishlatiladi.

Dengiz ozuqa mahsulotlaridan tayyorlangan taomlar xushbo‘y hid va mazaga egaligi bilan farqlanadi.

Qisqichbaqasimonlar. Ularga krablar, krevetkalar, omarlar, langustlar va daryo qisqichbaqalari kiradi. Ularning go‘shlari nozik va biroz shirin mazaga ega bo‘ladi.

Krablar eng katta dengiz qisqichbaqasi hisoblanadi. Pazandachilikda konservalangan krablar ishlatiladi. Taom tayyorlashdan oldin bankalarning usti artilib ochiladi va ichi bo‘shatiladi. Bo‘laklari, ustidagi qog‘ozi, yassi suyagi ajratilib, usti oq to‘qimadan iborat sof go‘sh hosil qilinadi. Krab go‘shiti salatlar, gazaklar va issiq quyuq taomlar tayyorlashda ishlatiladi. Ba’zida qo‘shimcha garnir sifatida baliq taomlarini bezash uchun ham ishlatiladi. Uni sardaklarga qo‘shish ham mumkin.

Krevetkalar suzib yuruvchi qisqichbaqalar bo‘lib, vazni 100 grammgacha bo‘ladi. Iste’molida dum tomonida joylashgan qorin usti go‘shiti ishlatiladi va mazasi bo‘yicha krablarnikidan biroz farqlanadi. Krevetkalar yangi muzlatilgan, pishirib muzlatilgan, pishirib sovutilgan yoki konservalangan hollarda keltiriladi.

Muzlatilgan krevetka ochiq havoda yoki suvda muzdan tushirilib yuviladi, so‘ng tuzli qaynab turgan suvga solib 3—4 minut qaynatiladi. Konservalangan krevetka qo‘shimcha ishlovdan o‘tmaydi. Krevetkalar sof holda dum qismi qattiq qobiqdan ajratilib ishlatiladi. Ular salatlar, gazaklar, suyuq taomlar, pishirilgan, qovurilgan, yopilgan taomlar tayyorlashda yoki baliq taomlarini bezash uchun qo‘shimcha garnir sifatida ishlatiladi. «Okean» oqsil pastasi, kartoshka, guruch, karam, boshpiyoz, mayonez, pishloq, sariyog‘ bilan yaxshi birikadi.

Omarlar va langustlar — katta dengiz qisqichbaqasi hisoblanib, vazni 5—10 kg gacha bo‘lishi mumkin. Ular krevetkalarga o‘xshash yangi muzlatilgan, pishirib muzlatilgan, konservalangan hollarda keltirilishi mumkin. Omar va langustlarning tirik holda kelganlari o‘z ozuqalik ahamiyati bo‘yicha yuqori bo‘lib, issiq ishlovdan avval qo‘shimcha ishlovga o‘tmay, qaynab turgan tuzli suvga solib pishiriladi. Muzlatilgan qisqichbaqasimonlar ochiq havo yoki suvda 1—3 soat davomida muzdan tushiriladi. Ularni qovurib yoki pishirib ishlatish, yaxna taom va issiq gazaklar tayyorlash mumkin. Konservalangan holdagilari ham shunday taomlarga ishlatiladi.

Daryo qisqichbaqalari umumiy ovqatlanish korxonalariga tirik holda keltiriladi. Ular yuvilib qaynab turgan tuzli suvga solinadi, pishirib, ta’biga ko‘ra ziravorlar solinadi. Pishirilgan qisqichbaqalar sof holda gazaklar uchun ishlatiladi. Undan salatlar, yaxna va issiq taomlar tayyorlash uchun qisqichlaridan tozalanishi lozim. Iste’molga ishlatiladigan qismi qisqichbaqa bo‘yni hisoblanadi. Pishirilgan qisqichbaqa va qisqichbaqa bo‘yinlari bilan baliq issiq taomlari bezatiladi.

Mollyuskalar. *Kalmarlar* — boshoyoqli mollyuskalar og‘irligi 350 grammdan 750 grammgacha bo‘lishi mumkin. Kalmardan tayyorlangan taom sifati, qoidaga rioya qilib ishlov berilganligiga va saqlanganligiga bog‘liq bo‘ladi. Umumiy ovqatlanish korxonalariga kalmarlar konservalangan yoki ishlovdan o‘tmay muzlatilgan holda keltiriladi va 2—3 kun davomida saqlanadi.

Muzlatilgan kalmarlar 18—20°C li suvda yoki ochiq havoda muzdan tushirib, og‘iz bo‘shlig‘i, ko‘zi va ichi ajratiladi. Kalmarlar terisi, tirilib suzuvchi bo‘g‘ini, boshi o‘z massasiga nisbatan 3 barobar ko‘p 65—70°C issiq suvda 4—5 minut davomida tez aralashirilgan holda yuzaki pishirilib, sovuq suvda yuviladi. Vazn og‘irligini kamroq yo‘qotishlari uchun 30 sekund davomida qaynab turgan suvga botirib olsa ham bo‘ladi, lekin bunda kalmar go‘shiti pushti rangga kiradi. Kalmarlar o‘z massasiga nisbatan 2 barobar ko‘p qaynab turgan tuzli suvga solinib, 2,5 minut davomida qaynatilib, o‘z qaynatilgan suvida sovutiladi (1 kg kal‘marga 2 litr suv va 15 gramm tuz solinadi). Bundan tashqari, kalmarlarni 7—10 minut davomida bug‘da pishirsa ham bo‘ladi. Pishirilgan kalmar kesilib har xil yaxna va issiq taom tayyorlashda ishlatiladi. Kalmarlar salatga va vinegretlarga, suyuq taomlarga, qiymaga aralashtirib ishlatiladi. Issiq quyuq taomlar kalmarlarga sabzavot, yorma, dukkakli, baliq, pishloq mahsulotlari bilan tayyorlansa, uning xushxo‘rligi oshadi. Qovurish natijasida kalmar to‘qimalari dag‘al holga kelmasligi uchun 1 minut qaynatish tavsiya etiladi.

Dengiz toji — ikki qobiqli mollyuskadir (пакышка). Iste‘molda qobiq ichidagi muskul va quyuqlashgan mahsuloti ishlatiladi. Dengiz toji konservalangan, pishirilgan va yangi muzlatilgan hollarda keltirilishi mumkin.

Muzlatilgan dengiz toji go‘shiti suvda muzdan tushirilib, chayilib, qaynab turgan ko‘kat ildizli ziravorli tuzli suvda 7—10 minut qaynatiladi, sovutib kesiladi. Dengiz tojining go‘shiti nozik va mazaliligi sababli tansiq (ahamiyati yuqori bo‘lgan) taomlar tayyorlashda ishlatiladi. Ulardan gazaklar, salatlar, yaxna va issiq quyuq taomlar, suyuq taomlar, qiyma bundan tashqari qovurilgan, yopilgan taomlar tayyorlashda, sardaklarda dimlangan holda ishlatilishi mumkin.

Midiya — juda ko‘p uchraydigan ikki qobiqli dengiz mollyuskasi. Ovqatlanishda qobiq ichidagi muskul va quyuqlashgan mahsuloti ishlatiladi. Uning mazasi pishirilgan tuxum oqsiliga o‘xshash, lekin biroz baliq hidi va mazasini eslatadi. Tarkibida ko‘p miqdorda yod mahsuloti bo‘lganligi sababli arterioskleroz kasalligiga duchor bo‘lgan kasallarga midiya go‘shitidan parhez taomlar tayyorlab iste‘mol qilish tavsiya etiladi.

Taom tayyorlash uchun midiya konservalari, uning tirik holdagisi qobiqsiz pishirilib vazni 1 kilogrammgacha bo‘lgan briket holda muzlatilgani ishlatiladi.

Tirik midiyalar saralanib, qobiq ustidagi ifloslangan yerlari pichoq bilan biroz qiriladi, yopishib qolgan mayda chig'anoqlardan tozalanib bir necha soat sovuq suvga solib qo'yiladi, so'ngra bir necha bor yuvib, 20 minut davomida suvda pishiriladi. Qobig'i ikkiga ajratilib, ichidagi go'shti olinib, yana bir bor qaynatilgan suvda yuviladi. Pishirib muzlatilgan midiya suv yoki ochiq havoda muzdan tushirilib yuviladi. Midiyalar salatlar, yaxna va issiq gazaklar, qiymalar, suyuq taomlar, issiq quyuq taomlar tayyorlashda ishlatiladn. Tirik midiyalarni 3—5 soat davomida 15—17°C li sharoitda saqlash mumkin.

Trepanglar ignaterili molluskalar turiga kiradi. Shakli uzun va dumaloq bo'lgani sababli ularni dengiz bodringlari ham deyishadi. O'z mazasi bo'yicha trepang go'shti osyotr baliqlarining kemirchak suyagi mazasini eslatadi. Taom tayyorlashda konservalangan, muzlatilgan, quritilgan trepanglar ishlatiladi.

Quritilgan trepanglar usti ko'mir kukuni bilan qoplangan bo'ladi. Chunki ularni quritish jarayonida ko'mir kukunidan foydalaniladi. Shu sabab ularni avval iliq suvga ustidagi ko'mir kukuni ketguncha yaxshilab yuviladi va sovuq suvda bir sutka davomida bo'ktiriladi. Bu vaqt davomida uning suvi 2—3 marta almashtirilishi lozim. Bo'ktirish natijasida trepang o'z shaklini 5 marta kattalashtiradi.

Bo'ktirilgan trepangning qorni yorilib ichi tozalanadi va yaxshilab yuvilib 2—3 soat go'shti yumshoq holga kelguncha qaynatiladi. Shundan so'nggina undan pazandalik mahsulotlari tayyorlanadi. Trepanglar yaxna taomlar, sardaklar, qovurilgan issiq quyuq taomlar tayyorlashda, dimlangan, yopilgan hollarda ishlatiladi, suyuq taomlarga qo'shiladi. Qiyma tayyorlash uchun ham ishlatish mumkin.

Tekshirish uchun savol va topshiriqlar

1. Umumiy ovqatlanish korxonalariga qaysi turdagi baliqlar keltiriladi?
2. Baliqlarda qanday ozuqa moddalari bor?
3. Muzlatilgan baliq muzidan qanday tushiriladi?
4. Tuzlangan baliqlar tuzi qanday ketkaziladi?
5. Butun holda ishlatiladigan tangachali osyotr baliq'iga ishlov berish chizmasini chizing.
6. Tangali baliqni terili va suyakli porsiyalarga ajratib ishlatish uchun unga beriladigan ishlov chizmasini chizing.
7. Navaga, qalqonbaliq, treskaga ishlov berishning farqi nimada?
8. Nima sababdan baliq urvoqqa belanadi? Qanday urvoq turlarini bilasiz?
9. Issiq ishlov berish turini hisobga olib, baliq yarim tayyor mahsulotini ishlatish jadvalini tuzing.
10. Baliq kotlet massasi tayyorlash chizmasini chizing.
11. Baliq kotlet massasi yarim tayyor mahsulotlarini ta'riflovchi jadval tuzing.

III b o b

GO'SHT VA GO'SHT MAHSULOTLARIGA ISHLOV BERISH

Go'sht oqsilga juda boy. Uning tarkibida 14,5—23% oqsil, 2—37% yog', 0,5—1,3% mineral mahsulotlar (fosfor, kalsiy, natriy va temir tuzlari), A, D, PP va B guruhidagi darmondorilar bor.

Go'sht to'qimalari muskul, birlashtiruvchi suyak va yog'lardan iborat.

Muskul alohida ipsimon usti yarim tiniq qobiq bilan qoplangan (sarkolemma) to'qimalardan, to'qimalar miozin oqsillaridan tashkil topadi. Hayvonlar muskul to'qimasi oqsillari sifatli bo'lib, tarkibidagi aminokislotalar o'z xususiyatiga ko'ra kishi organizmidagi muskul oqsillarining o'xshashligidan tez hazm bo'ladi. Ichki, harakati kam, suyakka yopishgan, umurtqa suyagi atrofidagi ipsimon muskul to'qimasi tolalari ingichka va mayin bo'lib, yuqori ozuqalik ahamiyatiga, bo'yin, qorin, muskul to'qimalarining esa qattiqligi sababli dag'al ko'rinishga ega bo'ladi.

Birlashtiruvchi to'qima to'liq bo'lmagan sifati past kollagen va elastik oqsillardan tashkil topgan. Go'sht to'qimasi tarkibida kollagen va elastin qancha ko'p bo'lsa, muskul to'qimasi shuncha qattiq bo'ladi. Bu xususiyat go'sht sifatini belgilaydi.

Yog' to'qimasi go'sht to'qimasi kataklariga to'ldirilgan yog' donachalaridan tashkil topib, usti birlashtiruvchi to'qima bilan qoplangan bo'ladi. Yog' go'sht mazasini yaxshilash bilan birga ularning ozuqalik qiymatini oshiradi.

Suyak to'qimasi asosini ossein moddasi tashkil etgan tarkibi jihatdan kollagenga yaqin bo'lgan maxsus to'qimalardan tarkib topgan. Tos suyagi va ilik suyak chetlari g'ovak bo'lib, uni shakarli deb atashadi. Uning tarkibida qaynatmaga xushbo'y hid, uyushqoqlik beruvchi modda bor.

Xomashyo bilan ishlovchi umumiy ovqatlanish korxonalariga go'shtlar sovutilgan yoki muzlatilgan holda mol go'shti ikki yoki to'rtga qo'y, echki, buzoq — butun, cho'chqa go'shti butun yoki ikkiga bo'linib keltiriladi. Ko'p umumiy ovqatlanish korxonalari yirik bo'lakli yoki porsiyalangan, mayda bo'lakli, qiymalangan yarim tayyor mahsulotlarini oladi.

Go'shtlarni qabul qilishda semizlik darajasi va veterinar-sanitariya ko'rigidan o'tganligi tekshiriladi, organoleptik yo'l bilan go'shtning sifatligi aniqlanadi. Semizlik darajasi bo'yicha mol, qo'y, echki I va II darajali; buzoq — I darajali bo'ladi. Cho'chqa go'shti — go'shtli, yog'li, yog'i o'rta holda bo'ladi.

Go'sht yaxshi sifatli bo'lsa u sovitilganda usti oq pushti rangdan qizg'ishgacha bo'lgan quruq qobiq bilan qoplanadi. Elastik bo'lgan bu to'qimada qo'l bilan bosganda hosil bo'lgan chuqurcha tez o'z holiga keluvchan, muzlatilgan go'sht yuzi va kesilgan qismi pushti qizg'ish, biroz kulrangda bo'lib, qattiq urganda taqillagan ovoz beruvchi bo'ladi. Bu rang go'shtdagi muz kristallarining toblanishidir. Muzlatilgan go'shtning hidi bo'lmaydi, u muzdan tushirilsa, xom go'sht va zax hidi paydo bo'ladi. Muzlatilgan go'sht sifatini aniqlash uchun qizib turgan pichoqni go'shtli qismiga tiqish usuli va kesib olib pishirish orqali tekshirish mumkin. Korxonaga kelgan go'sht dastlabki — mexanik pazandachilik ishlovidan o'tkaziladi.

3.1. GO'SHTLARGA DASTLABKI MEXANIK PAZANDACHILIK ISHLOVINI BERISH

Go'shtga go'sht tayyorlash sexlarida ishlov beriladi. Bu sexlar go'sht saqlanadigan sovitgichlarga — xolodilniklarga yaqin joylashgan bo'lishi kerak. Sex osma yo'llar, suyak kesuvchi, go'sht qiymalovchi, qiyma aralashtiruvchi, kotlet va chuchvara avtomati, sovitgich shkaflar va shunga o'xshash moslamalar bilan jihozlanadi. Nomexa-nik jihozlardan: ish stollari, vannalar, javonlar, go'sht chopuvchi to'nkalar va boshqa anjomlar bilan ta'minlanadi. Bu asbob-anjomlar go'shtlarga pazandachilik ishlovi berish ketma-ketligiga asosanib joylashtiriladi.

Muzlatilgan go'shtga ishlov berish jarayoni muzdan tushirish, yuvish, quritish, bo'laklarga bo'lish, suyaklaridan ajratish, pay—paychoqlardan tozalash, navlarga ajratish, yarim tayyor mahsulot tayyorlashdan iborat. Sovitilgan go'shtlar dastlabki ishlov jarayonidan o'tkazilmaydi.

Go'shtni muzdan tushirish natijasida uning keyingi ishlovdan o'tkazilishi yengillashadi va osonlashadi. Go'shtlar muzlatilganda to'qimalari orasidagi suyuqliklar muz kristallari ko'rinishida bo'ladi. Go'sht muzdan tushirilgach bu suyuqliklar yana to'qimalar orasiga suriladi. Go'sht ma'lum bir sharoit va usulda muzdan tushirilmasa erigan suyuqlik go'sht tarkibidan tashqariga oqib chiqib ketishi va go'shtning ozuqalik qiymati kamayishi mumkin. Shu sababli go'sht maxsus kameralarda asta-sekin yoki tezkorlik bilan muzdan tushiriladi.

Asta-sekin muzdan tushirish uchun kamerada haroratni 0 dan 6—8°C gacha, havo namligini 90—95% da saqlanadi. Go'sht butun ikki bo'lakka bo'lingan, to'rt bo'lakka bo'lingan holda muzidan tushiriladi. Go'sht bo'laklari devorga, polga va bir-biriga tegmaydigan qilib ilgaklarga osiladi. Bunday sharoitda muskul to'qimalari muzdan tushgan suyuqlikni to'la holda o'z tarkibida saqlab qoladi va muzlatishdan

oldingi holatiga qaytadi. Muzdan tushish vaqti go'shtning turiga, bo'lagining katta-kichikligiga bog'liq bo'lib, 1—3 sutka davom etadi. Agar go'sht to'qimalari orasidagi harorat 0—1°C ga yetsa, muzdan tushirish jarayoni to'xtatiladi. Muzdan tushirish jarayoni to'g'ri amalga oshirilsa, muzidan tushirilgan go'shtning ko'rinishi sovitilgan go'shtning ko'rinishidan farqlanmaydi. Asta-sekin muzidan tushirish jarayonida umumiy vaznning 0,5% hisobida go'sht sharbati yo'qotiladi.

Tezkorlik bilan muzdan tushirishda kamerada harorat 20—25°C issiq va 80—95% namlik bo'lishi lozim. Bunday muhit hosil qilish uchun kameraga isitilgan nam havo yuboriladi va bunda go'sht 12—24 soat davomida muzidan tushadi. Go'sht to'qimasi ichidagi harorat 0,5—1,5°C bo'lishi kerak. Go'sht muzidan tushirilgandan so'ng 1 sutka davomida havo namligi 80—85%, harorati 0—2°C li xonada ushlansa, bunday go'shtni bo'laklash jarayonida go'sht sharbati kamroq yo'qotiladi.

Maxsus kamerasi bo'lmagan korxonalarda go'shtni muzidan tushirish tayyorlov sexlarida olib boriladi. Unda go'sht taxtali panjara yoki stol ustiga qo'yilib muzidan tushiriladi. Go'shtni muzidan tushirishdan avval chopib bo'laklarga bo'lish mumkin emas, aks holda tarkibidagi sharbat 10% gacha yo'qolib, issiq ishlovdan o'tgan go'sht qattiqlashib, o'ziga xos mazasini yo'qotadi. Go'shtni suvda muzdan tushirish ham mumkin emas, chunki go'sht tarkibidagi ozuqa mahsulotlari eritilayotgan suvga o'tib ketadi. Muzdan tushgandan so'ng go'shtga qo'yilgan tamg'a juda ifloslangan va qoni qotib qolgan yerlari kesib tashlanadi.

Go'shtni yuvish paytida uning ust qismidagi ifloslangan joylari, mikroorganizmlar va ularning sporaları tozalanadi. Yirik umumiy ovqatlanish korxonalarida go'sht maxsus yuvish xonalarida yuviladi. Go'shtni ilgaklarga osib qo'yib, maxsus dushli cho'tkadan, brandspoyt yoki shlangdagi suvdan foydalaniladi. O'rtacha korxonalarda go'sht vannada yuviladi. Buning uchun go'shtni vanna ichidagi panjaraga qo'yib oqava suv bilan kapron yoki o'tli cho'tkadan foydalangan holda yuviladi. Go'sht yuvilayotgan suvning harorati 20—30°C bo'lishi kerak. Yuvilgan go'sht bo'laklari quritilishdan avval 12—15°C li suvda chayib olinadi. Go'shtni chayishdan maqsad uni sovutish va keyingi ishlovda uning ustki qismida mikroorganizmlarning rivojlanishini to'xtatishdir.

Go'shtni quritishdan maqsad unga ishlov berish qo'lning sirpanmasligini nazarda tutilsa, yana bir tomoni, mikroblar rivojlanishining oldini olishdir. Yuvilgan go'sht ilgakka osilgan holda, vanna ustida yoki vanna ichidagi panjaraga qo'yilgan holda havoda yoki paxtadan ishlangan mato bilan artib quritiladi. Katta korxonalarda tashqaridagi havo so'rilib, filtrdan o'tkaziladi va maxsus trubalar yordamida go'sht quritiladigan xonalarga keltiriladi. Xona harorati 1—6°C bo'lishi kerak. Katta bo'lmagan korxonalarda go'sht tabiiy havoda quritiladi.

3.2. MOL GO'SHTINI NIMTALASHVA SUYAKLARIDAN AJRATISH

Uzunasiga ikkiga bo'lingan mol go'shtini nimtalash, bo'laklarga bo'lish, suyaklardan ajratish, pay va paychoqlaridan tozalash kabi ketma-ket bajariladigan jarayonlardan iborat. Go'shtni nimtalash va suyakdan ajratishdan maqsad, pazandachilikda u yoki bu taom uchun ishlatishga mo'ljallangan go'shtni olishdan iborat.

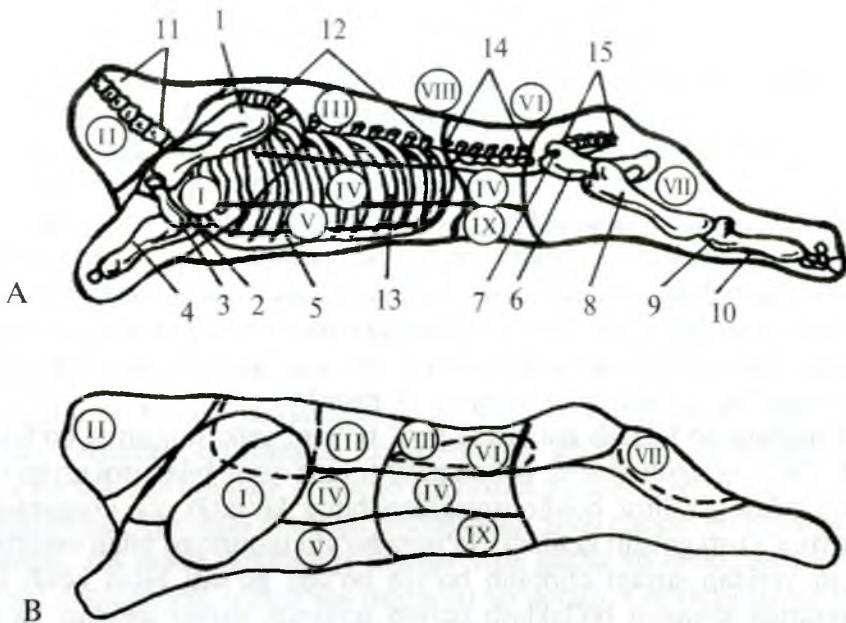
Go'shtlar isib ketmasligi uchun harorati 10°C dan yuqori bo'lmagan xonalarda nimtalanadi va suyakdan ajratiladi. Agar korxonaga mol go'shti uzunasiga ikkiga bo'lingan nimta hoida kelsa, old va son bo'laklarga ajratiladi. Ajratish chizig'i molning oxirgi qovurg'a suyagi bilan 13 va 14-umurtqa suyagi oralig'iga to'g'ri keladi. Bunda old qismiga hamma qovurg'a suyaklari o'tib, son qismida peshnob go'shti, bel umurtqa suyaklari go'shti bilan ajraladi (7-rasm).

Old qismini bo'laklash natijasida qo'l, bo'yin, yelka-umurtqa bo'laklar kesib ajratiladi. Qo'l bo'lagini ajratish uchun go'shtni ich qismi bilan stol ustiga qo'yiladi, chap qo'l bilan go'shtni boldir suyagidan biroz ko'tarib o'z chegarasi bo'ylab to'sh, qovurg'a usti go'shti kesiladi. So'ngra bo'yin umurtqasi bilan umurtqa suyagi birlashgan yeridan suyagi chopilib bo'yin bo'lagi go'shti bilan kesib ajratiladi. Yelka umurtqa suyagini bo'laklash uchun umurtqa suyagi ustidagi va qovurg'a suyagi ustidagi go'shti chegarasi bo'ylab kesilib qovurg'a suyagi ko'ndalangiga chopiladi va katta taliq qismi ajratiladi. To'sh kemirchak suyagi bilan qovurg'a suyaklari birlashgan izi bo'yicha suyagi kesilib qovurg'a va to'sh bo'laklarga ajratiladi.

Suyaklarni ajratish — bu go'shtni suyaklardan shilib olishdir. Bu jarayon diqqat bilan bajariladi. Suyaklarda go'sht qolmasligi, ajratib olingan go'sht bo'laklarida chuqur kesilgan joylar bo'lmasligi kerak. Pichoq go'shtga 10 millimetrdan ortiq botirilmasligi kerak.

Go'shtlarni pay-paychoqlaridan tozalashda lahm go'sht ustidagi paylar, kemirchak suyaklar, osilib turuvchi go'sht bo'laklari, go'sht ustidagi pardalari qattiq bo'lsa shilib tashlanadi, ortiqcha yog'lari ajratiladi. Agar chetlarida notekis burdalari bo'lsa kesiladi. To'qimalar orasidagi birlashtiruvchi yupqa pardalar va ustki pardalari tozalanmaydi. Go'sht shaklini o'zgartirmasligi uchun (deformatsiyalanmasligi uchun) uning pardalari tozalanadi. Tozalangan go'shtdan porsiyalarga taqsimlangan yarim tayyor mahsulotlarni tayyorlash osonlashadi.

Qo'lni suyaklardan ajratish uchun stol ustiga tashqi tomoni bilan qo'yilib, kurak suyagi ustidagi go'shti tozalanib, yelka suyagi va kurak suyagini birlashtiruvchi payi kesilib kurak suyagi ajratiladi. So'ng yelka suyagi ustidagi go'shti uzunasiga kesiladi va suyagidan tozalanadi, bilak suyagi bilan birlashgan yeridan paylari kesib, yelka suyagi ajratib olinadi. Ajratilgan go'sht ikkiga — yelka go'shti va yelka orti go'shtiga ajratiladi.



7-rasm. Mol go'shtini bo'laklarga bo'lish chizmasi:

A) suyaklar nomi: 1-kurak; 2-yelka suyagi; 3-tirsak suyagi; 4-tos suyagi; 5-to'sh suyagi; 6-umurtqa suyagi; 7-umurtqaning turtib chiqqan suyagi; 8-qovurg'a suyaklari; 9-to'piq suyagi; 10-boldir suyagi; 11-yetti bo'g'in umurtqa suyagi; 12-o'nuchta umurtqa suyagi; 13-qovurg'a; 14-oltita bel umurtqa suyagi; 15-dumg'aza. B) bo'laklar nomi: I-qo'l bo'lagi; II-bo'yin qismi; III-yelka qismi (qalin taliq); IV-qovurg'a qismi; V-to'sh qismi; VI-pushti mag'iz; VII-son qismi; VIII-bel qismi (yupqa taliq qismi); IX-peshnob, kurak osti bo'lagi.

Bo'yinni suyakdan ajratish uchun bo'yin umurtqa suyagi izi bo'yicha ingichka pichoq yordamida kesib go'shtidan ajratiladi. Qalin taliq bo'lagini suyaklardan ajratish uchun umurtqa suyagi turtib chiqqan yeridan taqab umurtqa suyagi tomoniga qarab chuqur kesiladi, so'ng qovurg'a suyagi usti bo'ylab shu usulda suyaklari ajratilib qalin taliq go'shti olinadi. Qovurg'a bo'lagini suyaklardan ajratish uchun stol ustiga tashqi qismi bilan qo'yilib har bir qovurg'a suyagi izi bo'yicha suyakka taqalgan holda kesib qovurg'a suyagi shilib olinib lahm qovurg'a go'shti hosil qilinadi. To'sh bo'lagini suyaklardan ajratish uchun stol ustiga qo'yib ich tomonidan to'sh kemirchak suyagi, so'ng to'sh suyagi o'z ichi bo'yicha kesib ajratib olinadi.

Mol go'shti oldi bo'lagini bo'laklarga bo'lib, suyaklarni ajratish natijasida bo'yin bo'lagi, qo'lining yelka va yelka orqa bo'lagi, qalin taliq bo'lagi, qovurg'aning qo'l osti va qovurg'a bo'laklari, to'sh bo'laklari go'shtiga, shuningdek, bo'yin, umurtqa, qovurg'a, kurak, yelka, bilak, boldir suyaklariga ega bo'linadi.

Mol go'shtining orqa qismini bo'laklash. Agar mol go'shti orqa qismi pushti mag'zi bilan kelsa umurtqa suyagiga taqab ingichka pichoq bilan kesib ajratiladi. Shundan so'ng bel umurtqasi oxirgi bo'g'ini va tos suyagi birlashgan yeridan chopiladi, peshnob go'shti bo'ylab kesilib, bel bo'lagi va son bo'lagiga ajratiladi.

Bel bo'lagini suyaklardan ajratish uchun bel umurtqa suyagi o'simtasi uchi bo'ylab go'shti kesilib qovurg'a, peshnob go'shti ajratilgandan so'ng, bel umurtqa suyagi izi bo'yicha suyagi go'shtidan ajratiladi va natijada kichik taliq go'shtiga ega bo'linadi. Bel suyakdan ajratilgandan so'ng kichik taliq, qovurg'a, peshnob bo'lak go'shtlari hosil bo'ladi.

Son bo'lagini suyakdan ajratishda dum o'simta suyagi ajratilgach, bo'ksa suyagi bo'ylab go'shti kesilib suyagi olinadi. Sonning ichki qismi izi bo'yicha tashqi qismi ilik suyagi bo'yicha sondan ajratiladi. Son suyagiga birlashgan sonning yuqori va yon qismlari qoladi. Ular ham suyakka taqab tozalab olingandan so'ng tizza to'piq suyagi ajratilib, boldir suyagi paylari kesilsa, boldir suyagi go'shti bilan qoladi. Bu suyak o'z go'shtidan ajratiladi. Bo'laklarga ajratilgan go'shtdagi mayda osilib qolgan va ingichkalashgan go'sht bo'laklari, paylari, ortiqcha yog'lari, bezlari kesib olinadi.

Mol go'shti orqa qismini bo'laklab suyaklardan ajratish natijasida pushtimag'iz, yupqa taliq qismi, qovurg'a, peshnob, sonning yuqori, yon, tashqi va ichki qismlari, boldir, bel-umurtqa, dum o'simta, tos, son, ilik, tizza suyaklari hosil bo'ladi. Go'shtga ishlov berish natijasida I darajadagi molda umumiy vaznga nisbatan 26,5% gacha, II darajadagi molda 29,5% gacha yo'qotish bo'ladi.

Go'shtlarni navlarga ajratish va pazandachilikda ishlatish. Go'shtlarni pay pardalari, osilgan ingichka bo'laklaridan tozalangandan so'ng, ular tarkibidagi birlashtiruvchi to'qimalarga qarab pazandachilikda ishlatish uchun navlarga ajratiladi. Bunda go'sht to'qimalarini issiqlik ta'sirida yumshoq holga kelishi hisobga olinadi. Birlashtiruvchi to'qimalari ko'proq bo'lgan go'sht dimlab yoki qaynatib pishirishga, to'qimalari kam bo'lganlari esa qovurishga ishlatiladi.

Pushtimag'iz — juda mayin to'qimali go'sht bo'lib, uni butun, porsiyalarga bo'lib yoki mayda bo'laklab kesib, qovurish uchun ishlatiladi.

Katta va kichik taliq — yirik bo'lak hoida, porsiyalangan bo'lakka bo'linib, sof yoki urvoqqa belanib, mayda bo'laklab kesilib qovurish uchun ishlatiladi.

Sonning yuqori va ichki qismi — yirik porsiyaga bo'linib dimlab pishiriladi, urvoqqa belanib va mayda bo'laklarga kesilib qovurib ishlatiladi.

Sonning tashqi va yon qismi qaynatib pishirish, yirik bo'lak hoida porsiyaga bo'lib yoki mayda bo'laklarga bo'linib dimlab pishirish uchun ishlatiladi.

Qo'l, qo'l osti, to'sh, qovurg'a go'sht bo'laklari (I darajadagi go'sht) mayda bo'laklarga kesilib, dimlab va qaynatib pishiriladi.

Bo'yin mayda chiqit go'shtlari peshnob qovurg'a (II darajadagi go'sht) tarkibida 80% ga yaqin birlashtiruvchi to'qimalari bo'lgani sababli, ulardan qiymali taom yoki qiymali yarim tayyor mahsulot tayyorlashda ishlatiladi.

3.3. GO'SHT YARIM TAYYOR MAHSULOTLARNI TAYYORLASH

Go'shtdan tayyorlanadigan yarim tayyor mahsulotlar tayyorlanish usuliga qarab sof, urvoqqa belangan va qiymalangan turlarga bo'linadi. Yarim tayyor mahsulotlarni tayyorlash jarayonida kesish, to'qmoqchada urish, paychoqlarini biroz kesish, urvoqqa belash, ichiga ziravorlar tiqib, pishirishga tayyorlash, marinadlash kabi ishlov berish jarayonlaridan o'tkaziladi.

Kesish. Go'sht to'qimasi holatiga qarab to'g'ri burchak yoki 40—45° burchak ostida kesiladi. Bunda porsiyalangan bo'laklar yaxshi ko'rinishga ega, deformatsiyalanishi kam bo'ladi.

To'qmoqchada urish. Bo'laklarga bo'lingan go'sht oldindan suvga bo'ktirib qo'yilgan to'qmoqcha bilan uriladi. Bunda go'shtdagi birlashtiruvchi to'qima g'ovakligi oshadi, go'sht yuzasi tekislanadi, usti dazmollanganday tekislashib, bo'lakka tegishlicha shakl beriladi va bir xil issiqlik ta'sir etish imkoniyati yaratiladi.

Paylarni biroz kesish. Paylari bir necha yerdan kesiladi. Bundan maqsad porsiyalangan go'shtga issiq ishlov berganda u o'z shaklini saqlab qolishini ta'minlashdir.

Urvoqqa belash. Go'shtdagi sharbatning oqishini va namlikning bug'lanishini kamaytirish maqsadida urvoqqa belanadi. Urvoqqa belangan mahsulot issiq ishlovda chiroyli va urvoq mahsulot mazasini yaxshilovchi qobiq hosil qiladi. Go'shtni urvoqqa belashdan avval lezonga botiriladi. Bunda urvoq yarim tayyor mahsulotga yaxshi yopishadi.

Shpiglash. Go'shtning ichiga ziravorlar tiqib pishirishga tayyorlash shpiglash deyiladi. Shpiglash natijasida go'shtning sharbatdorligi, ta'mi va xushbo'yli oshadi.

Marinadlash. Go'shtlar porsiyalangan yoki mayda kesilgan holda marinadlanadi. Natijada go'shtning birlashtiruvchi to'qimalari yumshaydi, uning ta'mi va xushbo'yli oshadi.

Yarim tayyor mahsulot tayyorlashda tozalangan go'sht bo'lagi ishlatiladi. Yarim tayyor mahsulotlar yirik bo'lak, porsiyaga bo'lingan bo'lak, mayda kesilgan bo'laklarga ajratiladi.

Yarim tayyor mahsulot tayyorlashda pushtimag'iz uch qismga — yo'g'on (bosh), o'rta va ingichka (dum) qismlariga bo'linadi. Pushtimag'izning har bir qismidan o'ziga xos yarim tayyor mahsulot tayyorlanadi.

Yirik bo‘lakli yarim tayyor mahsulotlar. *Rostbif* — paylardan tozalangan pushtimag‘izning lahm joyidan tayyorlanadi. Bu yarim tayyor mahsulot yo‘g‘on yoki ingichka taliqdan tayyorlanadigan bo‘lsa, bir necha yeridan paylari va pardalari yuzaki kesilishi kerak.

Pishiriladigan go‘sh — sonning son, tashqi, yon qismidan, qo‘l, qo‘l osti, to‘sh, qovurg‘a qismlaridan 1,5—2,5 kg dan tayyorlanadi.

Porsiyalangan yarim tayyor mahsulotlar. *Bifshteks* — pushtimag‘izning bosh qismidan to‘g‘ri burchak ostida, porsiyasiga bir bo‘lakdan qalinligi 2—3 sm shayba shaklida qilib kesiladi. Biroz to‘qmoqchada uriladi.

Biroz yumshatilgan bifshteks sonning yuqori yoki ichki qismidan kesilib ikki yoqlama yuzaki paychoqlari chopiladi yoki yumshatuvchi mashinadan o‘tkaziladi.

File pushtimag‘izning o‘rta qismidan, porsiyasiga bir bo‘lakdan, qalinligi 4—5 sm qilib, to‘g‘ri burchak ostida kesiladi va silindr shakli beriladi.

Langet. Pushtimag‘izning ingichka qismidan 40—45° burchak ostida, qalinligi 1,0—1,5 sm qilib oval shaklida kesiladi. To‘qmoqchada biroz uriladi. Porsiyasiga 2 bo‘lakdan ishlatiladi.

Antrekot. Yo‘g‘on yoki ingichka taliq qismidan 1,5—2 sm qalinlikda kesilib, to‘qmoqchada biroz uriladi, paylari va pardalari kesilib, uzunroq oval shaklida tayyorlanadi.

To‘qmoqlab tayyorlangan zrazi. Sonning yon va tashqi qismidan 1,0—1,5 sm qalinlikda kesilib to‘qmoqchada uriladi, bir chetdan, qiyma qo‘yib o‘ralib, mayda kolbasashakli berilib, arqon yoki ip yordamidabog‘lanadi. Qiymasifatidato‘lapishirib, tozalani mayda chopilgan tuxum yoki pishirib chopilgan qo‘ziqorin, qovurilgan piyoz, urvoq, ko‘kat, tuz, murch aralashmasi ishlatiladi.

Duxovkada pishirishga mo‘ljallangan mol go‘shti. Sonning yon va tashqi qismidan 1,5—2,0 sm qalinlikda kesilgan, to‘qmoqchada biroz urilib, 1—2 dona hisobida tayyorlanadi.

Romshteks. Sonning ichki yoki yuqori qalin yoki yupqa taliq qismidan 1,5—2 sm qalinlikda doira shaklida kesilib to‘qmoqchada biroz uriladi, paylari kesiladi, tuz va murch sepiladi, lezonga botirilib, qizil urvoqqa belanadi va shakl beriladi.

Mayda bo‘lakli yarim tayyor mahsulotlar. *Befstroganov* — sonning yuqori va ichki qismi, qalin va yupqa qismidan kesib olinadi. Pushtimag‘iz qirqimlaridan 1—1,5 sm qalinlikda kesilib, to‘qmoqchada 0,5 sm qalinligiga kelguncha uriladi va uzunligi 3—4 sm, og‘irligi 5—7 gramm qilib to‘g‘raladi.

Azu. Sonning yon va tashqi qismidan 1,5—2 sm qalinlikda kesiladi. To‘qmoqlab 1 sm ga keltirilib, uzunligi 3—4 sm, og‘irligi 10—15 g to‘g‘ri to‘rtburchakli qilib uzun kesiladi.

| Go'sht bo'laklari | Yarim tayyor mahsulotlotko'rinishi | | |
|-------------------------------|---|---|--------------------------------|
| | Yirik bo'lakli | Porsiyalangan | Mayda bo'lakli |
| Pushti mag'iz | Qovurish uchun | Bifshteks, file, langat | Bifstroganov, Moskvaacha kabob |
| Yo'g'on, ingichka taliq qismi | Qovurish uchun | Antrekot, romshteks | Befstroganov, qovurdoq |
| Sonning ichki, yuqori qismi | Dimlab pishirish uchun | Romshtekis, urib tayyorlangan zrazi | Befstroganov, qovurdoq. |
| Sonning yon, tashqi qismi | Dimlab pishirish uchun shpiqlangan go'sht | Duxovkada pishirishga mo'ljallangan go'sht, urib tayyorlangan zrazi | Azu |

Qovurdoq. Sonning ichki va yuqori qismidan qalin, yupqa taliq qismidan 2 sm ga yaqin qalinlikda yupqa kesilib biroz to'qmoqchada uriladi, to'rtburchakli uzun shaklda, og'irligi 10—15 gramm qilib to'g'raladi.

Moskvacha kabob. Pushtimag'izdan 30—40 grammlil kubik shaklida kesib to'qmoqchada biroz uriladi, qo'y yog'i kvadrat piyoz halqa shaklida to'g'raladi. Tayyorlangan mahsulot sixga go'sht, piyoz, dumba yog'i ketma-ketligiga rioya qilib o'tkazib tayyorlanadi.

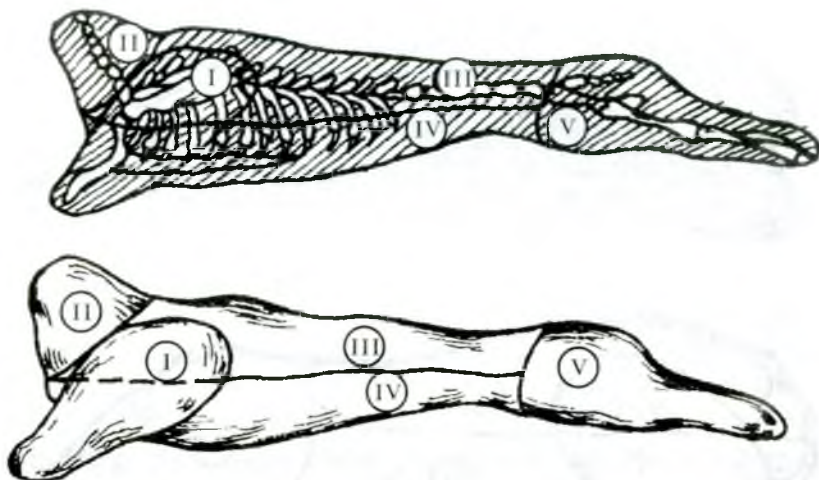
Gulyash. Qovurg'a, qo'l osti bo'laklari go'shtidan 20—30 grammlil kubik shaklida kesiladi. 4—5 dona jaz porsiya hisobida ishlatiladi.

3-jadvalda umumiy ovqatlanish korxonalarida tayyorlanadigan yarim tayyor mahsulotlar turlari berilgan.

3.4. MAYDA TUYOQLILAR GO'SHTINI NIMTALASH VA SUYAKLARIDAN AJRATISH

Qo'y go'shti buyrak bilan kelgan bo'lsa buyragi ajratiladi va tos suyagi bilan bel umurtqasi birlashgan yeridan ko'ndalangiga bo'linib old va orqa bo'laklarga ajratiladi (8-rasm).

Old qismini bo'laklash va suyakdan ajratish. Qo'yning old qismi qo'l, bo'yin, to'sh, biqin qismlariga ajratib bo'laklanadi. Avval qo'li ajratiladi, so'ng bo'yin umurtqa suyagi oxirgi bo'g'indan chopib, bo'yin bo'lagi ajratiladi. Qolgan qismini ajratish uchun umurtqa suyagining tepa turtib chiqqan yeri ikki tomonlama suyagiga taqalib, go'shti uzunasiga kesiladi va qovurg'a suyagi bilan umurtqa suyagi birlashgan



8-rasm. Qo'y go'shtni bo'laklarga bo'lish chizmasi:

I—kurak (oldingi oyoq); II—bo'yin qismi; III—IV—to'sh qismi; V—son qismi.

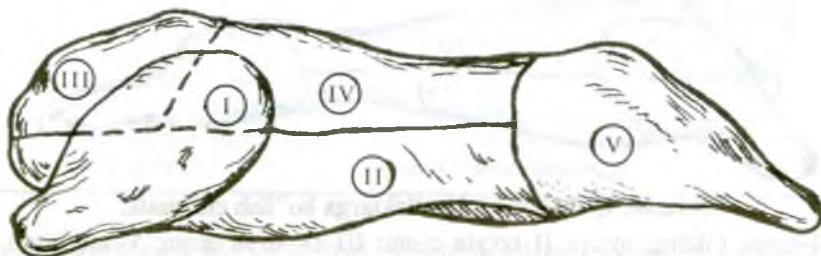
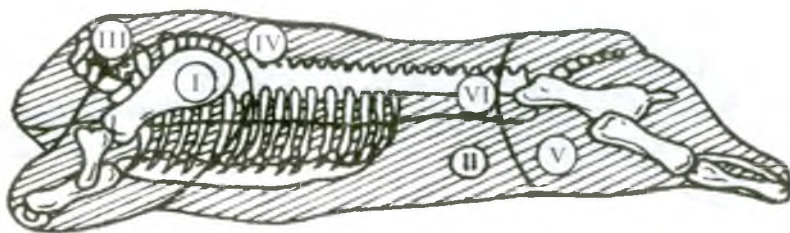
yeridan ikki yoqlama chopilib, umurtqa suyagi ajratib olinadi. To'sh qismi uzunasiga chopib ikkiga bo'linadi va ikkita bo'lak hosil qilinadi. Bir bo'lagi to'nkaga tashqi tomoni bilan qo'yilib qovurg'a suyagini umurtqa suyagidan ajralgan qismidan 8 sm qoldirilib, har bir qovurg'a suyagi chopiladi. Go'shti kesilib, to'sh bo'lagi va biqin bo'lagi ajratiladi.

Bo'yin bo'lagidan go'shtini ajratish uchun uzunasiga ingichka pichoq yordamida bo'yin umurtqa suyagi izi bo'yicha go'shti kesilib, butun holda ajratiladi. Qo'l bo'lagi xuddi mol go'shti qo'l bo'lagini suyakdan ajratishga o'xshash olib boriladi. Go'shtni tozalashda paylari va dag'al birlashtiruvchi to'qimalari olib tashlanadi. Tashqi go'sht pardalari ajratilmaydi. To'sh bo'lagi suyakdan tozalanmaydi. Biqin go'shti chetidagi pay ajratilsa, to'shning etak qismidagi peshnob go'shti kesib olinsa, yetarli darajada tozalangan hisoblanadi.

Orqa qismini bo'laklash va suyakdan ajratish. Son bo'lagi tos suyagi va umurtqa suyagi bilan birlashgan yerlaridan chopilib ikkiga ajratiladi. Buning natijasida ikkita son bo'lagi hosil bo'ladi. Agar son bo'laklari 5 kg ga yetmasa, faqat tos suyagi ajratilib, qolgan suyaklari ajratilmay ishlatiladi, bunda bu go'sht butunligicha qovurish uchun ishlatilishi mumkin.

Son bo'lagi katta holda bo'lsa, xuddi mol go'shti son bo'lagiga o'xshash go'shtning pardali izlari bo'yicha suyaklardan ajratib, 4 bo'lakka bo'linadi.

Pazandachilik ishlovidan o'tgan, ya'ni bo'laklarga bo'linib, suyaklardan ajratilgan qo'y go'shti, qo'l, bo'yin, to'sh, biqin va son qismlariga ajraladi. Ishlov



9-rasm. Cho'chqa g'shtini bo'laklarga bo'lish chizmasi:

I—kurak (oldgi oyoq); II—to'sh qismi; III—bo'yin qismi; IV—to'sh go'shti;
V—son qismi (orqa oyoq); VI—pushtimag'iz.

berish davomida I darajadagi qo'y go'shti 28,5% gacha, II darajadagi qo'y go'shti 33,8% gacha o'z vaznini yo'qotishi mumkin.

Buzoq go'shtini bo'laklash va suyaklardan ajratish qo'y go'shtinikiga o'xshash olib boriladi.

Bo'laklarga bo'linib, suyaklaridan, pay-pardalaridan tozalanib tayyorlangan go'sht bo'laklari pazandachilikda ishlatilishiga qarab navlarga ajratiladi.

Son go'shti butunligicha porsiyalanib yoki mayda kesilib qovurish uchun ishlatiladi.

Porsiyalanib, urvoqqa belanib qovurilgan holda ishlatilishi ham mumkin.

Biqin — butunligicha porsiyalanib yoki urvoqqa belanib, mayda kesilib qovurish uchun ishlatiladi.

Qo'l — rulet shaklida o'rab qovurish qaynatib pishirish porsiyalanib yoki mayda kesib dimlash uchun ishlatiladi.

To'sh — butun holda qiyma tiqib qovurish qaynatib pishirish uchun, mayda kesib dimlash uchun ishlatiladi.

Bo'yin — qiyma va qiymali mahsulot tayyorlashga ishlatiladi.

3.5. MAYDA TUYOQLI XAYVONLAR GO'SHTIDAN YARIM TAYYOR MAHSULOTLAR TAYYORLASH

Qo'y biqini tashqi paylaridan, cho'chqa esa ortiqcha yog'idan tozalanishi kerak. Biqin ikki qismda nomlanadi: bel qovurg'a suyagili va buyrak (bel) qismlari. Qo'y va cho'chqa go'shtlaridan yirik holda, porsiyalanib yoki mayda kesilib yarim tayyor mahsulotlar tayyorlash mumkin (4-jadval).

Yirik bo'lakli yarim tayyor mahsulot. «Qovurilishga mo'ljallangan qo'y (cho'chqa) go'shti» uchun 1,5–2 kg vazndagi yirik bo'lakli biqin, son, qo'l (cho'chqa bo'yini) ishlatilishi mumkin. Qo'l dastlab rulet holida o'ralib kanop bilan bog'lanadi.

To'shga qiyma tiqib tayyorlash uchun to'shning bel qismi tomonidan qovurg'a suyagining tashqi go'shti chuqur cho'ntak usulida kesiladi. Hosil bo'lgan chuqurlikka qiymatiqilib, og'zi six yoki ip yordamida tikiladi. Qovurg'asuyagi ich tomonidan

4-jadval

| Go'sht bo'laklari. Qo'y go'shti | Yarim tayyor mahsulotlari | | |
|------------------------------------|---|--|--------------------------------|
| | Katta holda yirik bo'lakli | Porsiyalangan | Mayda bo'lakli |
| Biqin | Butun qovurish uchun | Lahim yoki urib tayyorlangan kotlet, karsak kabobi | Kabob uchun |
| Son | Butun qovurish uchun | Shnitsel uchun | Kabob uchun |
| Qo'l | Butun rulet holida qovurish, qaynatib pishirish uchun | Qo'y go'shti duxovkaga mo'ljallangan | Palov uchun |
| To'sh | Qaynatib pishirish, qiyma tilibbutun qovurish uchun | — | Ragu |
| Yog'liq go'sht-dan Biqin | Butun qovurish uchun | Lahim yoki urib tayyorlangan kotlet | Kabob uchun |
| Son | Butun qovurish uchun | Eskalop | Qovurdoq kabob, qovurdoq uchun |
| Qo'l | Butun qovurish uchun | Shnitsel | Gulyash, palov uchun |
| To'sh | Qaynatib pishirish uchun | Duxovkada pishirishga mo'ljallangan yog'liq go'sht | Ragu, palov uchun |
| Bo'yin | Butun qovurish uchun | Duxovkada pishirishga mo'ljallangan yog'liq go'sht | Gulyash uchun |

ustidagi pardasi suyak bo‘ylab kesib qo‘yiladi. Buning natijasida issiq ishlovdan so‘ng suyaklar oson ajratib olinishi mumkin.

Qiyma sifatida grechixa, guruch bo‘tqasi yoki guruch hamda go‘shtdan tayyorlangan qiymalar ishlatiladi. Grechixa qiymasini tayyorlash uchun donador grechixa bo‘tqasiga jazlangan piyoz, to‘la pishirib chopilgan tuxum, ko‘kat, murch qo‘shib aralashtiriladi. Guruch hamda go‘shtdan tayyorlangan qiyma uchun xom go‘sh t qiymasiga biroz suv, tuz, jazlangan piyoz, pishirilgan guruch qo‘shib aralashtiriladi.

Porsiyalangan yarim tayyor mahsulotlar. *Qo‘y, cho‘chqa lahm kotletini tayyorlash* uchun biqinning bel qismi tomonidan, ya‘ni 13-qovurg‘adan 6-qovurg‘asigacha go‘sh t suyagi bilan kesiladi. Buning uchun taxtakachga biqin tashqi qismi bilan qo‘yilib bel qismi tomoniga qarab 45° burchak ostida bitta qovurg‘a suyagi bo‘lgan holda porsiyalanadi. Kesib olingan go‘sh t bo‘lagi paylardan tozalanib, 2—3 sm qalinlikdagi lahm joyi ajratilib suyagi tozalanadi va oval shaklida tayyorlanadi.

Ur ib tayyorlangan qo‘y yoki cho‘chqa go‘sh t kotletini tayyorlash uchun lahm kotletdan qolgan 6-qovurg‘agacha bo‘lgan to‘sh go‘sh t olinadi. Porsiya bo‘laklari 45° burchak ostida suyagi bilan kesiladi. Go‘sh tning yumshoq joyi suyak bo‘ylab olinadi, to‘qmoqchada biroz urilib, oval shakli berilib, paylari olib tashlanadi, tuz, murch sepiladi, lezonga botirib, urvoqqa belanadi.

Eskalop. Cho‘chqa go‘sh tining qovurg‘a suyagi bo‘lmagan biqin qismidan 1,5—2 sm qalinlikdagi bo‘lak kesib olinadi, to‘qmoqchada biroz urilib, paylari kesiladi.

Ur ib tayyorlangan shnitsel. Qo‘y yoki cho‘chqa son go‘sh t suyagidan tozalanib, 1,5—2 sm qalinlikda kesiladi, biroz to‘qmoqchada uriladi, oval shakli berilib, paylari olib tashlanadi, tuz, murch sepilib, lezonga botiriladi.

Duxovkada pishirishga mo‘ljallangan cho‘chqa yoki qo‘y go‘sh t. Qo‘lning yumshoq joyidan (cho‘chqaning bo‘ynidan) 45° burchak ostida 2—2,5 sm qalinlikda g‘isht shaklida kesiladi.

Mayda kesilgan yarim tayyor mahsulotlar. Kaboblar suyaksiz to‘sh va son go‘sh tlaridan kesilib marinadlanadi. Marinadlash uchun go‘sh tni oksidlanmaydigan idishga solib limon sharbati yoki uzum sirkasidan sepiladi, mayda chopilgan piyoz, murch, tuz, ziravor (kashnich urug‘i, zira, ba‘zida ko‘katlar) qo‘shib aralash tiriladi va 4—5 soat sovitgichda saqlanadi.

Kavkazcha kabob tayyorlash uchun go‘sh t 30—40 gramm hisobida to‘rtburchak shaklida kesilib, marinadlanadi. Qovurishdan avval 5—6 donadan sixga tortiladi.

Karscha kabob tayyorlash uchun — biqinning bel qismidan porsiyasiga bir bo‘lakdan hisoblab kesiladi va marinadlanadi. Buyrak ikkiga bo‘linib go‘sh t bilan bir xil marinadlanadi. Qovurishdan avval sixga buyrak bo‘lagi, so‘ng go‘sh t va oxiriga buyrakning ikkinchi bo‘lagi tortiladi.

Ragu. Qo'y yoki yog'liq go'sht to'sh suyagi bilan 30—40 gramm hisobida kub shaklida chopiladi. Porsiyasiga 3—4 bo'lakdan ishlatiladi.

Palov. Qo'yning suyaksiz qo'l go'shtidan 10—15 gramm hisobida kub shaklida kesiladi. Porsiyasiga 6—8 bo'lakdan ishlatiladi.

Yoki qo'y go'shtining to'sh yoki qo'l qismidan suyagi bilan 25 gramm hisobida kesiladi. Porsiyasiga 5—6 bo'lakdan ishlatiladi.

Gulyash. Yog'liq go'shtning qo'l yoki bo'yin qismi suyaksiz joyidan 20—30 gramm hisobida kub shaklida kesiladi. Yog'liqlik darajasi 20% dan oshmasligi kerak.

Qovurdoq. Yog'liq go'shtning suyaksiz biqin va son bo'laklari to'rtburchakli uzun shaklda 10—15 gramm hisobida kesiladi.

3.6. GO'SHT QIYMASINI VA UN DAN YARIM TAYYOR MAHSULOTLARNI TAYYORLASH

Go'sht qiymasini tayyorlash uchun bo'yin, peshnob, qovurg'a go'shtlari hamda go'sht bo'laklarini tozalash, yarim tayyor mahsulotlar tayyorlashda chiqadigan mayda go'sht bo'lakchalari ishlatiladi. Agar go'sht qiymasi II darajali go'shtdan tayyorlansa, uning yumshoqlik darajasi va ta'mini yaxshilash uchun dumba yog'i qo'shiladi. Paylardan tozalangan go'sht bo'laklarga bo'linadi, dumba yog'i bilan birga go'sht qiymalagichdan o'tkaziladi. Go'sht qiymalovchi uskuna ikkita pichoqdan tashkil topgan bo'lsa, bir marta, agar bittadan tashkil topgan bo'lsa, ikki marta o'tkazilishi kerak. O'tkazilgan qiymaga biroz suv, tuz, murch qo'shib aralashtiriladi, urib pishiriladi. Yog'liq go'shtga dumba aralashtirilmaydi, buning hisobidan go'sht miqdori oshiriladi. Bir kilogramm sof go'sht qiymasini tayyorlash uchun 800 gramm go'sht, 120 gramm dumba yog'i, 70 gramm suv yoki sut ishlatiladi.

Sof qiyma massasidan quyidagi yarim tayyor mahsulotlar tayyorlanadi:

Qiy mali bifshteks. Dumba yog'i mayda to'rtburchak shaklida to'g'ralib, tayyorlangan mol go'shti qiymasiga aralashtiriladi va ma'lum porsiyaga bo'linib, qalinligi 2 santimetrdan qilib doira shakli beriladi. Porsiyasiga 1 donadan ishlatiladi.

Qiy mali file. Mol go'shti qiymasi porsiyaga bo'lib, silindr shakli beriladi. Porsiyasiga 1 donadan ishlatiladi.

Qiy mali langet. Mol go'shti qiymasini porsiyalarga bo'linib, qalinligi 1—1,5 santimetrdan qilib oval shakli beriladi. Porsiyasiga 2 donadan ishlatiladi.

Sof qiyma kotleti. Qo'y go'shtidan qiyma tayyorlanib, porsiyalarga bo'linadi, oval shakl beriladi, bir uchiga go'shtidan tozalangan qo'y qovurg'a suyagi uchi tiqilib, lezonga botiriladi va urvoqqa belanadi.

Sof qiyma shnitseli. Qiyma porsiyalarga bo‘linadi. 1 santimetr qalinlikda oval shakli berilib, lezonga botiriladi va non urvog‘iga belanadi.

Qiy mali romshteks. Mol go‘sh ti qiymasini porsiyalarga bo‘lib, cho‘zinchoq shakl beriladi, lezonga botiril ib, non urvog‘iga belanadi.

Frikadelka. Go‘sh tni bo‘laklarga bo‘linib go‘sh t qiymalagichdan o‘tkaziladi. Unga xom tuxum, jazlangan piyoz, tuz, murch va biroz suv qo‘sh ib aralashtiriladi. So‘ng miqdori 7—10 grammdan qilib porsiyalanadi va shar shakli beriladi.

Qiyma kabob. Qo‘y go‘sh ti qiymasidan tayyorlanadi. Go‘sh tni bo‘laklarga bo‘lib to‘g‘ralgan piyoz, dumba yog‘i bilan qo‘sh ib go‘sh t qiymalagichdan 2—3 marta o‘tkaziladi. Tuz, murch, ziravor qo‘sh ib aralashtiriladi. biroz limon sharbatini qo‘sh ish ham mumkin. Aralashma marinadlanishi uchun 2—3 soat davomida sovutkichga qo‘yiladi. So‘ng porsiyaga ajratilib, kichik hasi p bo‘lagi shakli berilib sigxa tortiladi va qo‘yiladi.

3.7. GO‘SHT KOTLET MASSASI VA UN DAN YARIM TAYYOR MAHSULOTLAR TAYYORLASH

Go‘sh t kotlet massasini tayyorlashda mol go‘sh tining bo‘yin, boldir, peshnob bo‘laklari go‘sh tlari va suyaklarini tozalaganda chiqadigan mayda go‘sh t bo‘lakchalari; cho‘chqa ba‘zan qo‘y go‘sh ti bo‘laklarini tozalaganda chiqadigan mayda go‘sh t bo‘lakchalari, bo‘yinning yumshoq joyi ishlatilishi mumkin. Go‘sh tning yog‘liqlik darajasi 10% gacha bo‘lsa, tayyorlanadigan kotlet massasi sifat darajasi yaxshi bo‘ladi. Agar go‘sh tning yog‘liqlik darajasi kam bo‘lsa, 5—10% miqdorda dumba yog‘i qo‘sh ib tayyorlanishi mumkin. Go‘sh t paylaridan, dag‘al birlashtiruvchi to‘qimalaridan, qotib qolgan qonlaridan tozalanib, kichik bo‘lakchalar ko‘rinishida kesilib, go‘sh t qiymalovchi mashinadan o‘tkaziladi. Biroz suvi qochgan birinchi navli bug‘doy bo‘lka noni suv yoki sutda bo‘ktirilib, suyuqligi siqiladi va go‘sh t qiymasi bilan aralashtirib, tuz, murch, qo‘sh ilgan holda yana go‘sh t qiymalovchi mashinadan o‘tkaziladi. Quyuq — suyuqligiga qarab sut yoki suv qo‘sh ib aralashtirib, urib pishitiladi. Bunda kotlet massasining mayinlik va g‘ovakli darajasi oshadi. Agar me‘yoridan ko‘proq urib pishitilsa tarkibidagi yog‘ miqdori kamayib o‘z sifatini pasaytirishi mumkin.

Bir kilogramm go‘sh t uchun 250 gramm bug‘doy noni. 300 gramm suv yoki sut, 20 gramm tuz, 1 gramm murch ishlatiladi.

Go‘sh t kotlet massasidan quyidagi yarim tayyor mahsulotlar tayyorlanadi:

Kotlet. Go‘sh t kotlet massasidan 57 gramm miqdorida uzib olinib, qalinligi

2—2,5, uzunligi 10—12, kengligi 5 santimetrli uchi o'tkirlangan cho'ziq shakl berilib, urvoqqa (suxari panirovachniy) belanadi. Porsiyasiga 1—2 donadan ishlatiladi.

Bitochki. Go'sht kotlet massasidan 57 gramm miqdorida uzilib, qalinligi 2—2,5, diametri 6 santimetrli doira shakli berilib, urvoqqa belanadi. Porsiyasiga 2 donadan ishlatiladi.

Kotlet va bitochki uchun qiyma tayyorlash jarayonida porsiyasiga 5—8 gramm piyoz yoki 0,5—0,8 gramm sarimsoq piyoz qo'shish mumkin. Bunda tayyorlangan yarim tayyor mahsulot shu zahoti issiq ishlovga jo'natilishi lozim, aks holda go'sht rangi o'zgarishi va mahsulot sifati yomonlashishi mumkin.

Shnitsel. Go'sht kotlet massasida porsiyaga taqsimlanadi, urvoqqa belanadi, qalinligini 1 santimetrga keltirilib oval shakli beriladi. Porsiyasiga 1 donadan ishlatiladi.

Zrazi. Go'sht kotlet massasi kamroq non qo'shib tayyorlanadi. Porsiyaga taqsimlanadi, qalinligi 1 sm da, «obi non» shakli beriladi, o'rtasiga qiyma solinib, chetlari birlashtiriladi, qirrası yedirilgan g'isht shakli berilib, urvoqqa belanadi. Porsiyasiga 1—2 donadan ishlatiladi. Qiymaga chopilgan tuxum, jazlangan piyoz, ko'kat, tuz, murch aralashtiriladi. Qiyma sifatida yana mayda kesilgan quymoq ishlatilishi ham mumkin.

Tefteli. Go'sht kotlet massasi non miqdori kamroq qo'shib tayyorlangandan so'ng mayda chopilib, jazlangan piyoz bilan aralashtirilib, porsiyalanadi. So'ng kattaroq yong'oqcha shaklida yumaloqlanib unga belanadi.

Rulet. Go'sht kotlet massasiga kamroq non qo'shib tayyorlanadi. Ho'llangan sochiq yoki doka ustiga qalinligi 1,5—2 santimetr qilib to'g'ri to'rtburchak shaklida yoyiladi, kotlet massasi o'rtasiga biroz cho'ziq holda qiyma qo'yiladi va chetlari sochiq yoki doka yordamida birlashtirilib, baton shakli beriladi. Yog'lanib, urvoq sepilgan temir tovaga chokini pastga qilib sochiq yoki dokadan bo'shatiladi, ustiga lezon surtilib, ustidan urvoq sepiladi va ust tomonidan bir necha yeridan teshiladi. Teshish issiq ishlovda yorilib ketishdan saqlaydi.

Qiyma sifatida pishirib yog'langan makaron, pishirib chopilgan tuxum yoki jazlangan piyoz, ba'zan esa jazlangan piyoz va pishirib chopilgan tuxum aralashmasini ishlatish mumkin.

3.8. SUYAKLARGA ISHLOV BERISH

Go'shtlarga ishlov berganda, ozuqalik chiqitlardan suyak va paylar ajratiladi. Bu chiqitlarning miqdori go'shtning turiga va semizlik darajasiga bog'liq bo'ladi. Suyaklardan sho'rvalar tayyorlashda foydalaniladi. Suyaklar issiq ishlovga jo'natishdan avval chopib, maydalanishi lozim. Maydalanган suyakdan ozuqa

moddalari yaxshiroq chiqadi. Suyak to'nkada bolta yordamida, ba'zi katta korxonalarda arra yoki suyak bo'luvchi asboblar yordamida bo'laklarga bo'linadi. Ilik suyaklarining ikki cheti qalin qismlaridan arralanadi. Umurtqa suyaklari umurtqa bo'g'ini bo'yicha bo'linadi, so'ngra uzunligi 5—7 santimetrdan katta bo'lmagan holda qovurg'a suyaklaridan ko'nda-langiga chopib ajratiladi. Bo'laklangan katta suyaklarning hajmi 5—7 santimetrdan oshmasligi kerak.

Suyaklar maydalangandan keyin yuviladi, kurak, qovurg'a suyaklari texnika mahsuloti uchun ishlatiladi.

3.9. KALLA-POCHA MAHSULOTLARIGA ISHLOV BERISH

Umumiy ovqatlanish korxonalariga turli hayvon go'shtlari bilan bir qatorda kalla-pocha mahsulotlari ham keltiriladi. Ularga til, yurak, jigar, o'pka, miya, buyrak va boshqalar, shuningdek, kalla, oyoq, dum mahsulotlari kiradi. Ularning ozuqalik qimmati har xil. Til, jigar, miya, buyrakning ozuqalik qimmati yuqori baholanib, ular 18% gacha oqsil darmondorilar temir, fosfor tuzlariga boy. Til, yurak tarkibida 17% gacha yog' moddasi bor.

Ozuqalik qimmati inobatga olinib, kalla-pocha mahsulotlari ikki darajaga bo'linadi. Jigar, buyrak va til I daraja qo'y, mol, cho'chqa oyoqlari, kallalari, cho'chqa dumi, oshqozon, o'pka, lab, kekirdaklari II daraja mahsulotlari hisoblanadi,

Kalla-pocha mahsulotlari sovitilgan, muzlatilgan, ba'zi hollarda til tuzlangan holda keltirilishi mumkin. Kalla-pochalarni xona harorati 15—16°C bo'lgan go'sht sexlarida muzidan tushiriladi. Buning uchun mahsulot tunuka tova yoki lotokka bir qator teriladi. Miya, oshqozon, buyraklarni suvda muzdan tushirish mumkin. Kalla-pochalar tez buziladigan mahsulotlar guruhiga taalluqli bo'lib, ularning yuza namligi yuqori va mikroorganizmlarning urug' qo'yishi uchun qulay bo'ladi. Shuning uchun ularning sifatiga e'tibor berib tekshirilib, iloji boricha tez sovuq va issiq ishlovdan o'tkazilishi kerak.

Mayda va yirik hayvon kallasi ishlovdan o'tgan yoki o'tmagan holda kelishi mumkin. Agar kalla juni bilan keltirilgan bo'lsa, kuydirilishi yoki qaynoq suvga botirilib, juni tozalanishi va yaxshilab yuvilishi lozim. Shundan so'ng kalla sovuq suvga bo'ktiriladi, terisi pichoq bilan tozalanadi, yuvib lahm joyi terisi bilan kesib olinadi. Agar kalla tili, miyasi bilan kesilgan bo'lsa, dastlab tili ajratib, so'ng lahm joyi teri bilan kesib olinadi, peshana qismi yorilib, miyasi ajratiladi va yuviladi. Agar kalla terisi tozalangan holda labi bilan keltirilgan bo'lsa, lablari kesib olinadi va atroflaridagi tuklari kuydiriladi.

Mayda va yirik mol oyog'i juni bilan keltirilsa, u kuydirilib qaynoq suvda yuviladi, tuyoqlari ajratilib, terisi pichoq va suv yordamida yaxshilab qiriladi, tuyog'i bo'yiga ikkiga ajratilib, sovuq suvda 2—4 soat bo'ktiriladi. Kuydirish o'rniga qaynoq suvga botirib, junini yulib tashlasa ham bo'ladi. Buzoq va cho'chqa oyoqlari tuyog'i orasidagi terisi go'shti bilan chuqur kesib olinadi, qolgan suyaklari esa pishirilgandan keyin olib tashlanadi.

Miya sovuq suvda 1—2 soat bo'ktirilib, qon tomirlaridagi qoni ketkaziladi va suv ichida yuzidagi terisi shilib olinadi.

Jigarga yopishgan o't qopqog'i olib tashlanadi, katta qon tomirlaridan tozalanib, suvga solingan holda pardasi shilinadi. Qovurish jarayonida tarkibidagi oqsil moddasi kamroq sarflanishi uchun uni qovurishdan avval qaynoq suvga biroz botirib olib tezda sovitish lozim. Bu qovurilgan jigarning yashil rangga kirib qolishini to'xtatadi.

Buyrak ko'ndalangiga kesilib, yuzidagi pardasi bilan birga yog'i ham ajratiladi va sovuq suvda 3—4 soat o'ziga xos hidini kamaytirish uchun bo'ktiriladi. Qo'y, buzoq buyraklari yuzida 0,5 sm qalinlikda yog'i qoldirilib, ortiqcha yog'lari kesib olinadi, tozalab yuvilib, sovuq suvda bo'ktiriladi.

Tillar yuzidagi ifloslangan qismi pichoqda qirilib, yaxshilab yuvib tashlanadi.

Oshqozonlar ichi ag'darilib tashqariga chiqariladi, yuvib tozalangandan so'ng sovuq suvda 8—12 soat bo'ktiriladi, bunda bir necha bor suvi almashtirilishi kerak. Qaynoq suvga botirilib, shilimshiq terisi pichoq yordamida qiriladi va yana 2—3 marta suvi almashtirilgan holda bo'ktirilib, qo'lansa hidi ketkaziladi. Pishirishga jo'natishdan avval yaxshilab yuvilib, rulet shaklida o'ralib, kanop ip bilan bog'lanadi.

Yurak va kekirdak ko'ndalangiga kesilib, laxta qonlari tozalanib, sovuq suvda 1—3 soat bo'ktiriladi, bir necha bor suvda yuviladi.

O'pka yuvilib, katta havo yo'llari bo'ylab bo'laklarga bo'linib, yana bir bor yuviladi.

Yelin 1—1,5 kg hisobida kesilib, sovuq suvda 5—6 soat bo'ktirilib, katta tomirlari ajratilib tashlanadi.

Mol, qo'y dumlari o'z bo'g'ini bo'yicha kesilib, sovuq suvda yuvilib, so'ng 5—6 soat sovuq suvda bo'ktiriladi.

Pishirishga tayyor kalla-pocha mahsulotlari. «Qovurilgan jigar» taomi uchun birlamchi ishlovdan o'tgan jigar porsiyalanib kesiladi, qovurishdan avval ikki yoqlama tuz, murch sepilib unga belanadi.

Strogancha jigar tayyorlash uchun ishlovdan o'tgan jigar qalinligi 0,5 sm, uzunligi 4—5 sm qilib uzun to'rtburchak shaklida kesiladi.

Qovurilgan miya taomini tayyorlash uchun ishlovdan o'tgan miya tuzli, piyozli, ziravorli, sirkali suvda qaynatib chala pishiriladi, sovutilib, tilim-tilim shaklida kesilib, tuz, murch sepiladi va unga belanadi.

Ko'p yog'da qovurilgan miya uchun birlamchi ishlovdan o'tgan miya butun holda yoki bo'lingan holda qaynatib chala pishiriladi, sovutilib, tuz, murch sepilgach, unga belanadi, lezonga botirilib, urvoqqa belanadi.

3.10. MAHSULOT SIFATIGA QO'YILADIGAN TALABLAR

Pishirishga tayyor go'sht mahsulotlarini saqlash muddatlari.

Pishirishga tayyor go'sht mahsulotining ustki qismi shamolda qurib qolmagan rangi, hidi yangi go'shtga o'xshash bo'lishi lozim. Go'sht yuzida suyakdan oqqan qon izlari, paylari, kemirchak suyaklar qoldig'i bo'lmasligi kerak.

Cho'chqa go'shti to'qimasida yog'liqlik darajasi 30%dan va birlashtiruvchi to'qimasi 5% dan, qo'y va buzoq go'shtida bu to'qimalar miqdori 10% dan oshmasligi kerak.

Porsiyalangan pishirishga tayyor mahsulot tayyorlashda go'sht to'qimasiga ko'ndalang holda kesilishi kerak. Qiymadan tayyorlangan pishirishga tayyor mahsulotlar usti bir xilda urvoqqa belangan yorilmagan, uvalanmagan bo'lishi lozim. Mahsulot ko'ndalangiga kesilganda o'ziga xos bir xil ko'rinishda, ziravorli yangi go'sht hidiga ega bo'lishi kerak. Qiymali pishirishga tayyor mahsulotlar ishlab chiqarishda OST—49121—78 davlat standarti talabiga javob berishi kerak. Bunday mahsulotlarda kuygan, buzilgan holatlar bo'lsa, ishlatishga ruxsat etilmaydi.

Tayyorlangan pishirishga tayyor mahsulotlar harorati 6°C dan yuqori bo'lmagan sharoitda saqlanadi. Yirik bo'lakli pishirishga tayyor mahsulotlar temir tovaga bir qator terilgan holda 48 soat mobaynida saqlanishi mumkin. Porsiyalangan pishirishga tayyor mahsulotlar temir tovaga 30° li burchak ostida bir qator terilib 36 soatgacha, urvoqqa belanganlari esa 24 soatgacha mayda bo'lakli pishirishga tayyor mahsulotlar temir tovaga qalinligi 5 sm dan oshmagan holda taxlanib, 24 soatgacha tuz va ziravor solinmagan qiyma esa shu ko'rinishda 6 soatgacha, qiymali kotlet massasi un yoki urvoq sepilgan temir tovaga bir qator terilgan holda harorati 6—8°C bo'lgan joyda 12 soatgacha, suyaklar maydalanmagan holda 3—5 soat davomida saqlanishi mumkin.

Tekshirish uchun savol va topshiriqlar

1. Go'shtlarga dastlabki mexanik pazandachilik ishlovini berish qanday ketma-ket jarayonlardan iborat?
2. Go'shtni muzidan qanday tushiriladi?
3. Mol go'shti tanasi qanday bo'laklarga bo'linadi?
4. Mol go'shtidan qanday yirik bo'lakli pishirishga tayyor mahsulotlar tayyorlanadi?
5. Mol go'shtidan qanday sof porsiyalangan va urvoqqa belangan pishirishga tayyor mahsulotlar tayyorlanadi?
6. Mol go'shtidan qanday mayda bo'lakli pishirishga tayyor mahsulotlar tayyorlanadi?
7. Qo'y, buzoq go'shtlari qanday bo'laklanadi?
8. Qo'y, buzoqgo'shtidan tayyorlangan porsiyalangan yarim tayyor mahsulotlar jadvalini tuzing.
9. Qo'y, buzoqgo'shtidan qanday mayda bo'lakli pishirishga tayyor mahsulotlar tayyorlanadi?
10. Qiymali kotlet massasi tarkibiga qanday mahsulotlar kiradi?
11. Pishirishga tayyor bo'lgan kotlet massasi mahsulotlari jadvalini tuzing.
12. Sof qiyma qanday tayyorlanadi?
13. Sof qiymadan pishirishga tayyor qanday mahsulotlar tayyorlanadi?
14. Kalla-pochalar: jigar, buyrak, miya, oshqozon va boshqalarga qanday ishlov beriladi?
15. Sof qiyma massasi bilan kotlet massasining farqi nimada?
16. Go'shtdan tayyorlangan pishirishga tayyor mahsulotlarni saqlashda qanday shartlarga rioya qilinishi kerak?
17. Pishirishga tayyor kotlet massasi mahsulotlariga qanday talablar qo'yiladi?

IV b o b

PARRANDA VA ILVASIN G O'SHTLARIGA ISHLOV BERISH

Qishloq xo'jaligi parrandalariga tovuq, g'oz, o'rdak, kurka, jo'ja, o'rdakcha, kurkachalar kiradi. Parranda go'shti oqsil, yog', mineral moddalar, PP, A, D va B guruhidagi darmondorilarga boy bo'ladi.

Parrandamuskul to'qimasi ipsimon ingichkatoladan iborat bo'lib, tarkibidagi elastin va kollagen mol go'shtinikidan ikki barobar kam bo'ladi. Yog'i past haroratda eruvchan xususiyatga ega. Ekstraktiv moddalarining ko'pligi parranda go'shtining alohida xushxo'rlikini ta'minlaydi. Yosh parranda go'shti tarkibida ekstraktiv modda yetuk parranda go'shtidagi ekstraktiv moddaga nisbatan kam bo'ladi. Shuning uchun sho'rva tayyorlashda yetuk, lekin qari bo'lmagan parranda go'shtini ishlatmoq lozim. Qari parranda go'shtidan tayyorlangan sho'rva xushxo'r, rangi tiniq bo'lmaydi.

Qari parranda go'shti, asosan, qaynatib, pishirib dimlangan holda, yosh parranda go'shti esa qovurish uchun ishlatiladi.

Qishloq xo'jaligi parrandalari so'yilgan holda pati bilan, patsiz, yarim tozalangan, tozalangan, tozalanib ishlovdan o'tgan, kalla-pochalari bilan birga sovgan, sovitilgan, muzlatilgan holda keltiriladi. Semizligi va sifatiga qarab I va II darajalarga bo'linadi.

Ilvasinlar umumiy ovqatlanish korxonalariga cho'ldan, o'tloqlardan, botqoqlardan, suvdan tutilgan holda keltiriladi. Cho'ldan tutilgan ilvasinlarga bedana, kulrang va oq kaklik; o'tloq va o'rmonlardan tutilganlarga bulduruq, qur, qirg'ovul; botqoqlikdan tutilganlarga loyxo'rak, baliqchi qush; suvdan tutilganlarga yovvoyi g'oz va o'rdaklar kiradi.

Ilvasinlarning go'shti boshqa parranda go'shtlaridan farq qilib, oqsil va ekstraktiv moddalarga boy, yog'i kam bo'ladi o'ziga xos hid va mazaga, qoramtir rangga ega bo'lib, parranda go'shtiga nisbatan qattiq bo'ladi. Asosan qovurish uchun ishlatiladi, chunki ularning umurtqasidagi taxir maza beruvchi modda qaynatib pishirish natijasida suyuqlikka o'tib, sho'rva mazasi va sifatini buzadi.

Ilvasinlar pati va ichi tozalanmay, muzlatilgan holda keltiriladi. Ular sifatiga qarab I va II navlarga ajratiladi.

4.1. PARRANDA VA ILVASIN GO'SHTLARIGA DASTLABKI PAZANDACHILIK ISHLOVINI BERISH

Qishloq xo'jaligi parrandalariga dastlabki mexanik pazandachilik ishlovini berish muzdan tushirish, tutunsiz olovda kuydirish, boshi, bo'yni, oyoqlarini chopib ajratish, ichak-chavoqlarini tozalash, yuvish, pishirishga tayyor mahsulot tayyorlash jarayonlaridan iborat.

Muzdan tushirish. Parranda tanasi iloji boricha oyoq, bo'yin, qanotlari to'g'rilanib, bir-biriga tegmaydigan qilib stol yoki javonlarga bir qator qilib teriladi. G'oz va kurkalar harorati 8—15°C bo'lgan sharoitda 8 soat davomida, tovuq va o'rdaklar 5—6 soat davomida muzdan tushiriladi.

Tutunsiz olovda kuydirish. Sanoatda ishlovdan o'tgan parranda go'shti ho'l bo'lganligi sababli uning ustida tozalanishi lozim bo'lgan tuklari, patlari, parlari bo'ladi va bulardan tozalash uchun kuydirish jarayoni qo'llaniladi. Buning uchun sochiq yoki mato yordamida artib ba'zan iliq havo yordamida ham quritish mumkin. So'ngra un yoki kepak bilan parrandaning oyog'idan bo'yni tomonga ishqalanib tuki, pati va parlari gorizontal holga keltiriladi va kuydiriladi. Tutunsiz olovda kuydirish ehtiyotkorlik bilan bajarilishi kerak. Bunda parranda terisi kuymasligi, teri osti yog'i erib ketmasligi lozim. Agar parranda tanasida to'liq rivojlanmagan patlari bo'lsa, pinset yoki pichoq yordamida olib tashlanadi.

Boshi, bo'yni, oyoqlarini chopib ajratish. Parrandaning ichak-chavog'ini olib tashlashdan oldin uning boshi ikkinchi va uchinchi bo'yin umurtqa suyagi oralig'idan chopib ajratiladi. Bo'yin umurtqa suyagi bo'yin go'shtidan shilib tovuq va jo'jalarda yarim, kurka, o'rdak va g'ozlarda uchdan bir qismi qoldirilib, chopib ajratiladi, so'ng qolgan bo'yin umurtqa suyagi taniga birlashgan bo'yin terisi bilan yopib qo'yiladi.

Oyoqlari tizza bo'g'inidan 1 sm qoldirilib, qanotlari oxiridan birinchi bo'g'ini bo'ylab (jo'jalardan tashqari) chopib ajratiladi.

Ichak-chavoqlarini ajratish. Parranda yelkasi bilan stolga qo'yilib, orqa teshigidan boshlab to'sh kemirchak suyagi bo'ylab qorin terisi kesiladi va hosil bo'lgan teshik orqali oshqozon, jigar, qorin yog'i, o'pka, buyrak, ichaklar ajratiladi. Qizilo'ngach va jig'ildon kekirdak orqali sug'urib olinadi. Agar tozalanib keltirilgan parranda bo'lsa, uning qorin yog'i, o'pkasi, buyragi ajratiladi. Ishlov berish jarayonida o't suyuqligi bilan zararlangan go'shti kesib tashlanadi.

Yuvish. Ichak-chavoqlari tozalangan parranda go'shti harorati 15°C dan sovuq oqava suvda qotib, quyuqlashib qolgan qon qoldiqlari, ifloslangan yerlari, ichidagi qoldiqlardan tozalanadi. Go'shtni uzoq vaqt yuvish tavsiya etilmaydi, chunki uzoq

vaqt yuvilgan go'shtning ozuqa moddalari ko'p yo'qotiladi. Yuvilgan parranda go'shti kesilgan qorin qismini pastga qaratib qo'yilgan holda suvi silqitiladi.

Ilvasinlarga ishlov berish — ularning patlarini tozalash, kuydirish, qanotlarini, bo'yin, oyoqlarini, ichak-chavoqlarini tozalash va yuvishdan iborat.

Muzdan tushirish. Ilvasinlar xuddi parrandalar kabi muzdan tushiriladi.

Patlarini tozalashda bo'yindan boshlab bir necha patni birdan ushlab, o'sgan tomonga qarama-qarshi yo'nalishda siltab yulinadi. Patlarini yulishda terisiga ziyon yetmasligi uchun chap qo'l bilan patlar yulinadigan teri bosib turilishi kerak. Ilvasinlarning terisi qovurish jarayonida ularni qurib ketish holatidan asraydi.

Kuydirish. Yirik ilvasinlar (qarqur, qur, yovvoyi o'rdak, g'oz) avval sochiq yoki un yordamida quritilib, so'ngra kuydiriladi.

Ilvasinlarning *qanotlari, bo'yin, oyoqlari* olib tashlanadi. Botqoq-dan tutilgan ilvasinlar (loyxo'rak va h. k.) bosh, bo'yinchalarining terisi shilinadi, ko'zi o'yib tashlanadi va boshi tumshug'i bilan qoldiriladi.

Ichak-chavog'ini tozalash xuddi parrandalarga o'xshash bajariladi. Mayda ilvasinlar bo'yini tepa tomonidan kesilib, qizilo'ngach, jig'ildoni olinadi, so'ng shu teshik orqali ichi tozalanadi va sovuq suvda yuviladi.

4.2. PARRANDA VA ILVASIN GO'SHTLARINI BOG'LASH

Ishlovdan o'tgan parranda va ilvasin go'shtlari butun holda, porsiyalanib yoki qiymali yarim tayyor mahsulot holda issiq ishlovdan o'tkaziladi. Butun holda issiq ishlovdan o'tadigan parrandalar avval ixcham shaklga keltirilishi zarur. Bu bilan issiq ishlovda bir xilda issiqlik ta'sir etish imkoniyatiga ega bo'linadi va porsiyalarga taqsimlash osonlashadi. Parrandalarni ixcham shaklga keltirish bog'lash deb yuritiladi.

Parranda va ilvasinlarni bog'lashdan avval ular saralanadi. Parranda yoki ilvasin filesi zararlangan bo'lsa bog'lanmaydi, ular pishirishga yoki kotlet massasini tayyorlashga ishlatiladi.

Parrandalarni bog'lash. Parranda tanasi «cho'ntak» usulida, bir ip bilan, ikki ip bilan bog'lanadi.

«Cho'ntak» usulida bog'lash eng oddiy va keng tarqalgan usullardan hisoblanadi. Buning uchun qorin terisi ikki yoqlama pichoq yordamida teshilib, hosil bo'lgan teshiklarga oyoq uchlari kiritiladi. Bo'yin terisi bilan qolgan bo'yin umurtqasi bekitilib, tepasiga tortilib, orqasiga qaytarilgan qanotlari bilan bostirilib qo'yiladi.

«Cho'ntak» usulida boshqacha usul ham qo'llaniladi. Buning uchun parranda go'shtiga ishlov berish jarayonida oyoqlarini tizza bo'g'inidan 1—1,5 sm pastdan

30° li burchak ostida chopib o'tkirlashtirilgan suyak hosil qilinadi. Shundan so'ng parranda oyoqlari tepaga qilib stol ustiga qo'yiladi, oyoq uchlari chalishtirilgan holda qorin terisining kesilgan yeri bo'ylab dum qismi yog'liq terisiga qattiq itarib kiritiladi. Bunda o'tkirlashgan oyoq suyaklari go'shtga ilinib qolishi kerak. Bo'yin terisi qanoti bilan xuddi yuqoridagidek bostiriladi. «Cho'ntak» usulida bog'langan tovuq, kurka, jo'ja qaynatib g'oz va o'rdaklar qovurib pishiriladi.

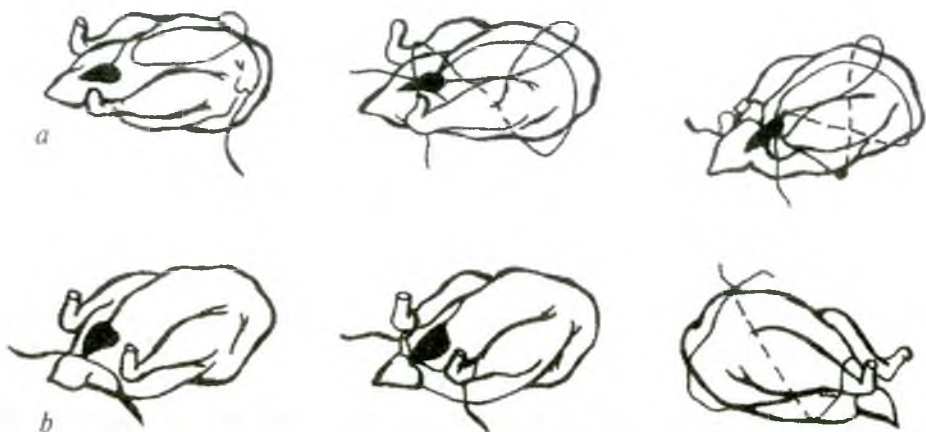
Bir ip bilan bog'lash uchun parranda tani yelkasi bilan stolga qo'yilib, oyoqlari tanasiga chap qo'l bilan siqilib, o'ng qo'ldagi ipli juvoldiz sonning o'rtasidan ko'krak qismidagi yumshoq eti orqali qarama-qarshi sonning xuddi shu yeriga mo'ljallab tiqiladi vajujuvoldiz tortib, ipning bir uchi juvoldiz tiqilgan joydaqoldiriladi. So'ng juvoldiz o'ng qanotning go'shtli qismidan qorin orqali chap qanotga o'tkaziladi, bundabo'yin terisi yelkasigatikilishi kerak va qanotdagi ip uchi bilan oyoqdagi ip uchlari tortib, bog'ich qilib bog'lab qo'yiladi. Bir ip bilan bog'langan parranda go'shti qovurib pishiriladi.

Ikki ip bilan bog'lash uchun parranda go'shti yelkasi bilan stolga qo'yilib, oyoqlari tanasigasiqilib, ip taqilgan juvoldiz sonni egiladigan yumshoq eti, ko'krak lahm eti osti orqali qarama-qarshi tomonning xuddi shu qismiga o'tkaziladi. Juvoldiz o'tgan tomonidagi qanot go'shtidan teshilib, bo'yin terisi yelkasiga tikilgan holda qorni orqali ip uchi qarama-qarshi tomondagi qanotning go'shtidan teshib chiqarilib, sondagi ip uchiga tortilgan holda bog'ich qilib bog'lanadi. Shunday qilib, bir ip bilan parrandago'shti qanotlari bog'lanadi.

Ikkinchi ip bilan oyoqlari tanasigazich qilib bog'lanadi. Buning uchun parranda go'shti yelkasi bilan stolga qo'yilib, oyoqlari tanasiga siqilib, oyoqning oxiridagi go'shti juvoldizda teshilib, ipni oyoq suyaklarida chalishtirilib, ikki oyoq va ip uchlari bir-biriga tortib bog'ich qilib bog'lanadi. Ikki ip bilan bog'langan tovuq, kurka, jo'ja qovurib pishiriladi. Yirik ilvasinlardan qarqur va loyxo'raklar ham shu usulda tayyorlanadi.

Juvoldiz yordamida bog'lash natijasida parranda tashqi ko'rinishi o'zgaradi, go'sht va yog' qismlaridan o'tkazilganda juvoldiz yog'lanib qo'lda sirg'aladigan bo'lib qoladi. Shu sababli juvoldizsiz bog'lash usulidan foydalanilsa, parranda go'shtini bog'lash jarayoni oson bajariladi (10-rasm).

Birinchi usul. Parrandaning bo'yin terisi va qanoti xuddi «cho'ntak» usulida bog'lashgao'xshash bajariladi. Bunda 0,5—0,6 m uzunlikdai p olinadi. Ip o'rtasidan halqa usulida yelkasi bilan stol ustiga qo'yilgan parranda to'sh suyagi etagidan ilintirib bog'lanadi, ikkala uchi qanot suyaklari ichidan o'tkazilib, yelkasida «but» shaklida uchrashtiriladi, har bir oyoq uchlari badanigayotqizilib, qattiq siqib, ip uchlari bilan tortib bog'lab qo'yiladi. Agar ipning o'rtasi ilinmay sirg'alib chiqib ketadigan bo'lsa, ipni ilintirish uchun to'sh suyagi etagidagi go'shtni biroz kesish mumkin. Bu usulda bog'lashni tovuq, jo'jalarda qo'llash mumkin.



10-rasm. Parranda go'shtini bog'lash:

a—birinchi usul; b—ikkinchi usul.

Ikkinchi usul. Ishlovdan o'tgan parranda go'shti yelkasi bilan qo'yiladi, 0,7—0,8 m uzunlikda ip olinib, o'rtasidan dum uchining yog'liq qismidan halqausulida bog'lanadi. Ip uchlari oyoqlarining uchlariga halqa shaklida tashlanib tortiladi, yelkasi bo'ylab «but» ko'rinishida qanotlarining ichidan o'tkazilib, to'shining file qismigai ip uchlari tortib bog'lanadi. Bu usulda bog'lashni yirik parrandalarda qo'llash maqsadga muvofiq.

Ilvasinlarni bog'lash. Patli ilvasinlarni bir ip bilan (but usulida), oyoqlarini bir-biriga kirgizib, tumshug'ini qo'shib bog'lash mumkin.

Bir ip bilan («but» usulida) yirik ilvasinlardan qirg'ovul, qur, qarqur, kaklik, gillar bog'lanadi. Buning uchun ilvasin oyoqlari badaniga siqilib sonining o'rta qismidan to'sh qismining pastki qismi orqali qarama-qarshi sonning o'rta qismiga juvoldiz yordamida ip o'tkaziladi. Ipning bir uchi sonning juvoldiz kirgan yerida qolishi kerak. So'ng sondan chiqqan ip shu sonning boldir go'shtidan qarama-qarshi son boldir go'shtiga o'tkaziladi, ip uchlari tortilib, bog'ich usulida bog'lanadi.

Oyoqlarini bir-biriga kirgizish usuli bilan mayda ilvasinlar bog'lanadi. Bunda ilvasin tovoniga yaqin oyoq suyagi eti teshilib, hosil bo'lgan teshikka ikkinchi oyoq suyagi eti bilan tiqib qo'yiladi.

Tumshug'i bilan bog'lash usulida botqoq ilvasinlari bog'lanadi. Buning uchun son suyagi pichoq orqasi bilan yoki oshpichoq bilan urib sindiriladi, o'zaro

chalishtirilib, to'shiga yig'ib, go'shtiga qistiriladi. Boshi esa ko'krak qismi orqali sonining etiga tumshug'i bilan qistirib qo'yiladi.

Agar ilvasinlar ozg'in bo'lsa, ularni qovurish uchun qo'shimcha ishlovdan o'tkaziladi. Bog'lanib tayyorlangan yirik ilvasin to'shiga ingichka uzun to'g'ri to'rtburchak shaklida kesib sovitilgan cho'chqa yog'i bilan tiqiladi. Shpiglash jarayonini yengillashtirish va go'shtning tashqi ko'rinishini yaxshilash uchun ilvasin tani 60—70°C haroratdagi suv yoki qaynatmaga 3—5 minut botiriladi. Maydailvasinlarning to'sh qismi yupqakesilgan cho'chqayog'i bilan qoplanib, ip bilan bog'lanadi.

4.3. PARRANDA VA ILVASIN GO'SHTLARIDAN TAYYORLANGAN PISHIRISHGA TAYYOR MAHSULOTLAR

Parranda va ilvasinlardan butun (qovurib pishirish va qaynatib pishirish uchun), porsiyalangan, mayda chopilgan, qiymalangan pishirishga tayyor mahsulotlarni tayyorlash mumkin.

Butun holdagi parranda va ilvasinlar yuqorida ta'riflangan usullardan birortasi bilan bog'langan holda tayyorlanib, qovurib yoki qaynatib pishiriladi.

Ragu — parranda tani porsiyasiga 2—3 dona hisobida, vazni 40—50 grammdan qilib chopib tayyorlanadi.

Palov — parranda tani porsiyasiga 4—5 dona hisobida vazni 25—30 grammdan qilib chopib tayyorlanadi.

Parranda va ilvasin to'sh go'shtidan tayyorlangan pishirishga tayyor mahsulotlar. Buning uchun parranda yoki ilvasin to'sh go'shti ajratilib, tozalanadi. Ishlovdan o'tgan parranda yoki ilvasin yelkasi bilan stol ustidagi taxtakachga qo'yilib, oyoqlari kishi tomoniga qaratilgan holda, to'sh, ko'krak va qorin terisi shilib olinadi, oyoqlari taxtakach ustiga bosib qo'yiladi. So'ng parranda tani 180°C ga aylantirilib, to'sh suyagining turtib chiqqan yeri bo'ylab bir tomonlama to'sh suyagi ustidagi go'shti ehtiyotlik bilan pichoqda shilinadi. Tomog'i atrofida joylashgan ayri suyagi chopiladi. Yelka suyagi ko'krak qafasi birlashgan yeridan paylari kesib go'shtiga ilingan holda ajratilib, bir bo'lak parranda lahm go'shti ajratiladi. Ikkinchi bo'lak lahm go'shti ham huddi shu usulda ajratiladi.

Ajratilgan lahm go'sht tozalanadi. Buning uchun go'sht ichida o'z izi bilan ajralib turuvchi kichik bo'lak katta bo'lakdan ajratilib, kichik bo'lak ustidagi paylar shilib tashlanadi va go'shti to'qmoqda biroz yassilanib uriladi. Katta bo'lakdan ayri suyagi ajratiladi, yelka suyagi bilan qanot suyaklari birlashgan yeridan ajratilib, yelka suyagi go'shtga birlashgan yeridan biroz qoldirilib, pay va go'shti suyagidan

tozalanadi. Suyakning uzunligi 3—4 sm dan qilib qanot suyagi bilan birga qalinlashgan tomonidan chopib tashlanadi. Katta lahm bo‘lagi sovuq suvga botirilib, ich tomoni yuqoriga qilib taxtakachga qo‘yiladi va tashqi pardalaridan tozalanadi.

Parranda lahm kotleti. Biroz urib tayyorlangan katta lahm bo‘lagi 2—3 yeridan paylari kesilib, ich tomoniga kichik lahm bo‘lagi joylashtiriladi, katta lahm bo‘lagining chetlari buklanib kichik lahm berkitilgan holda oval shakli beriladi.

Urvoqqa belangan parranda kotleti. Bu kotlet ham lahm kotletiga o‘xshash pishirishga tayyor mahsulot holda tayyorlanib, lezonga botiriladi va urvoqqa belanadi.

Kiyevcha kotlet. Tozalangan yirik bo‘lakli lahm to‘qmoqchada yengilgina urib yassilanadi, paylari kesiladi, teshik yerlari bo‘lsa yumshatilgan lahm bo‘laklari bilan yamaladi. Yirik lahm bo‘lagining ich tomoni o‘rtasiga tuxum shaklida sovutilgan sariyog‘ quyilib, usti kichik lahm bo‘lagi bilan berkitiladi, atroflari yirik lahm go‘shiti bilan o‘ralgan holda uzunchoq tuxum shakli beriladi. Lezonga botirilib, oq urvoqqa belanadi, so‘ng yana bir bor lezonga botirilib oq urvoqqa belangan holda ichidagi sariyog‘ erimasligi uchun sovitkichda saqlanadi.

Parranda yoki ilvasin lahm go‘shtidan quyuq sut sardagi yoki jigar qiymasi tiqib kotletlar tayyorlanadi. Bunda yirik lahm bo‘lagi suyagidan tozalanib, go‘sh t yassilanib ichkari tomonidan kesilib, to‘qmoqchada biroz uriladi, paylari kesib tashlanadi. Lahm o‘rtasiga qiyma qo‘yilib, usti kichik lahm bilan berkitiladi, uning ostidan tozalangan suyakning ingichka tomonini tashqariga chiqarib qo‘yiladi. Ilvasinlar uchun oyoq suyagi ishlatiladi. Yirik lahm go‘shiti bilan kichik lahm o‘ralib, nok shakli beriladi, lezonga botirilib, oq urvoqqa belanadi.

Qiyma tayyorlashda quyuq sut sardagiga oq qo‘ziqorin yoki shampinon mayda chopilib, biroz tuz qo‘shib aralashtiriladi, sardak tashqariga oqib ketmasligi uchun aralashmaga biroz tuxum qo‘shi-ladi.

Kotlet massasi tayyorlash uchun tovuq, kurka, qirg‘ovul, chil, kaklik, qur lahm go‘sh t lari ishlatiladi. Parrandaning biqin va son go‘sh t i, ilvasinlarda to‘sh go‘sh t lari suyaklardan, terisidan ajratiladi, so‘ng go‘sh t qiymalovchi mashinadan ich yog‘i bilan aralashtirilgan holda o‘tkaziladi. Oq bo‘lka non qobig‘idan tozalanib, sutga bo‘ktiriladi, suyuqligi siqilgandan so‘ng parranda qiymasi bilan aralashtirib, tuz qo‘shilgan holda yana bir bor qiymalovchi mashinadan o‘tkaziladi, quyuq-suyuqligiga qarab sut qo‘shiladi, yaxshilab aralashtirilib, urib pishiriladi. Ilvasindan tayyorlangan kotlet massasiga yanchilgan murch qo‘shish ham mumkin.

Parranda ich yog‘i o‘rniga sariyog‘ yoki margarin qo‘shib tayyorlash ham mumkin. Kotlet massasidan kotlet, yumaloq kotlet, zrazi, frikadelka va boshqa pishirishga tayyor mahsulotlar tayyorlanadi.

Kotlet va yumaloq kotlet tayyorlash uchun parranda go‘sh tidan tayyorlangan qiyma porsiyaga bo‘linib, oq urvoqqa belanadi va kotlet hamda yumaloq kotlet

shakli beriladi. Agar yumaloq kotletni bug‘lab pishirish mo‘ljallansa, urvoqqa belanmaydi.

Pojarsk kotleti uchun parranda go‘sh tidan tayyorlangan qiyma porsiyaga 3—4 dona hisobida bo‘linib, biroz yassilangan tuxum shakli beriladi, qobiqsiz mayda kubik yoki somoncha shaklida kesilgan oq bo‘lka non urvog‘iga belanadi.

Qiyma go‘sh t uzmasi. Terisi va suyagidan tozalangan tovuq yoki ilvasin go‘sh ti go‘sh t qiymalagichning mayda ko‘zli panjzasidan 2—3 marta o‘tkazilib, sut yoki qaymoqda bo‘ktiriladi. Suyuqligi siqilgan qobiqsiz oq bo‘lka non yoki qatlama xamir mahsuloti bilan aralashtirilib, tuz qo‘shilgan holda yana bir bor go‘sh t qiymalagichdan o‘tkaziladi. Yog‘och o‘qlov yordamida ezilib, so‘ng elakdan o‘tkaziladi va biroz sovitiladi. Ko‘pirtiruvchi mashinada aralashtirilgan tuxum oqi qo‘shiladi, ko‘pirtirish paytida sut yoki qaymoq qo‘shilgan holda yana bir bor ko‘pirtiriladi va g‘ovak mahsulot darajasiga kelguncha aralash tiriladi. Tayyor bo‘lgan qiyma go‘sh t uzmasiga tuz qo‘shib aralashtiriladi. Mahsulot tayyor bo‘lganini bilish uchun undan bir bo‘lak uzib olib suvga solinadi. Agar u suv ustida suzib yursa qiyma go‘sh t uzmasi tayyor hisoblanadi. Tayyor qiyma go‘sh t uzmasi mayin, g‘ovak xususiyatga ega bo‘ladi. U ko‘p miqdorda tayyorlanganda maxsus ezuvchi va ko‘pirtiruvchi mashinalardan foydalanish maqsadga muvofiqdir.

Parranda va ilvasin go‘sh tidan tayyorlangan qiyma go‘sh t uzmasidan ikkita qoshiq yordamida bo‘lingan holda yoki konditer qopchasidan chiqarib har xil shakldagi uzma oshlar tayyorlanadi va yog‘langan formalarga solinib, bug‘da pishiriladi.

4.4. PARRANDA VA ILVASIN KALLA-POCHALARIGA ISHLOV BERISH

Parranda boshi, bo‘yni, qanotlari, oyoqlari, yuragi, oshqozoni, terisi va pishirishga tayyor mahsulot tayyorlashda chiqadigan go‘sh t bo‘lakchalari o‘ziga xos ozuqalik ahamiyatiga ega bo‘ladi. Ilvasin-larning bo‘yin qismigina ishlatiladi. Qolgan kalla-pochalari taxir bo‘ladi. Parranda kalla-pochalari ishlovdan o‘tkazilib, taom tayyorlash uchun ishlatiladi.

Boshi qaynoq suvga botirilib, tuk va patlari yulinadi, toji kesiladi, ko‘zi o‘yiladi, tumshug‘i chopilib, yuviladi va qaynatma quruq sho‘rva hamda ilvira tayorlashda ishlatiladi.

Toji ustidagi pardasi shilinib, yuviladi va ilvira kabi sovuq taomlarni tayyorlashda ishlatiladi.

Bo'yni qaynoq suvga botirilib, patlari yulinadi, biroz un yoki kepakda ishqalanib, tuklari gorizontal holga keltiriladi, tutunsiz olovda kuydiriladi va pat qoldiqlaridan tozalanib, yuviladi. Qaynatma quruq sho'rva, ragu, ilvira tayyorlashda ishlatiladi.

Oyoqlar qaynoq suvga botirilib yoki kuydirilib terisi shilib tashlanadi, tirnoqlari olinib, yuviladi, qaynatma quruq sho'rva va ilvira tayyorlashda ishlatiladi.

Qanotlar kuydiriladi, qoldiqlaridan tozalanadi va yuviladi. Ilvira, ragu va qaynatma sho'rva tayyorlashda ishlatiladi.

Oshqozon go'shti qalin yeridan kesib ichi ag'dariladi, tozalanib, ichki pardasi shilib olinadi va yaxshilab yuviladi. Qaynatma sho'rva, ragu tayyorlashda ishlatiladi.

Jigarning o't qopchig'i asta-sekin kesib olib tashlanadi va yaxshilab yuviladi. Pyure, suyuq oshi, pashtetlar tayyorlash uchun ishlatiladi.

Yurak ko'ndalangiga kesilib, quyuqlashgan qoni tozalanib, yuviladi.

4.5. SIFATIGA QO'YILADIGAN TALABLAR. PARRANDA VA ILVASIN GO'SHTIDAN TAYYORLANGAN PISHIRISHGA TAYYOR MAHSULOTLARNI SAQLASH MUDDATLARI

Parranda go'shti usti toza, pati va pat qoldiqlaridan holi, shilimshiq moddalarsiz bo'lishi, usti quruq, yog'i och sarg'ish rangda, tumshug'i yaltiroq bo'lishi lozim. Terisi biroz kuygan 2—3 joyida 2 sm dan oshmagan kesik izlari bo'lishi mumkin. Parranda rangi va hidi o'ziga xos bo'lib, tashqi hid va rangdan holi bo'lishi kerak. Go'sht to'qimalari zich va egiluvchan bo'lishi, tanasida quyuqlashib qolgan qon qoldiqlari, o't suyuqligi bilan zararlangan qismlari bo'lmasligi kerak.

Sof parranda go'shtidan tayyorlangan kotlet — teri va ustki pardalari tozalangan, to'qimalari 2—3 yeridan kesilgan, yelka suyagi go'shtidan tozalangan joyi 3—4 sm qilib chopilgan. Suyakning og'irligi 5 grammdan oshmasligi lozim. Pishirishga tayyor mahsulotda kichik file yoki 1—3 bo'lakcha uzun boshqa file go'shti bo'lishi mumkin. Oval shaklida, rangi oq pushtidan pushtigacha, hidi yangi so'yilgan tovuq go'shtiga xos, go'sht to'qimalari zich, egiluvchan.

Urvoqqa belangan parranda kotleti xuddi sof parranda go'shtidan tayyorlangan kotletga o'xshashi lozim. Buning usti bir xil qalinlikda urvoq bilan qoplangan bo'lishi, quruq va ko'chgan yerlari bo'lmasligi kerak.

Qiy mali kotlet o'tkirlangan oval shaklga ega bo'lib, yuzi bir xil qalinlikda urvoqqa belangan, usti yorilmagan, cheti sinmagan yumshoq, sifatli go'sht hidiga ega bo'lishi lozim.

Tayyorlangan pishirishga tayyor mahsulotlar 6°C gacha sovutilib, harorati 0° dan 4°C gacha bo'lgan sharoitda saqlanadi. Ishlovdan o'tgan butun parranda go'shti yog'och yoki metall qutilarda bir qator qo'yilib, 36 soat urvoqqa belangan kotlet 24 soat kalla-pocha mahsulotlari va suyagi 18 soat qiyma mahsulotlari 12 soat davomida saqlanishi mumkin.

Sof go'shtdan tayyorlangan yoki urvoqqa belangan kotletlar, qiyma mahsulotlari (kotlet, yumaloq kotlet) burchak ostida yon tomoni bilan bir qator teriladi. «Kiyev»cha, qiyma tiqib tayyorlangan kotletlar ham bir qator teriladi, lekin ular yon tomoni bilan qo'yilmaydi. Kotletlar patnisga qalinligi 5—7 sm qalinlikda terilib, sovutilgan holda saqlanadi.

Tekshirish uchun savol va topshiriqlar

1. Qishlok xo'jaligi parrandalari va patli ilvasinlar qanday ko'rinishda va holatda keltiriladi?
2. Parrandaga ishlov berish rejasi tuzilsin.
3. Nima sababdan ishlovdan o'tgan parranda va ilvasin bog'lanadi?
4. Parranda va ilvasinlar qanday usullarda bog'lanadi?
5. Parranda lahm go'sht bo'lagi qanday ajratiladi?
6. Parranda lahm go'sht bo'lagi qanday tozalanadi?
7. Parranda lahm go'sht bo'lagidan qanday pishirishga tayyor mahsulotlar tayyorlanadi?
8. Parranda go'shtidan kotlet massasi qanday tayyorlanadi?
9. Qiyma go'sht uzmasi qanday tayyorlanadi?
10. Parrandaning chiqitlaridan qanday foydalaniladi? Ular qanday ishlovdan o'tadi?

Ikkinchi bo‘lim

PAZANDACHILIKDA ISSIQ ISHLOV BERISH, TAOM TAYYORLASH VA TARQATISH

V b o b

PAZANDACHILIKDA ISSIQ ISHLOV BERISH USULLARI

Taom tayyorlashda mahsulotlarga pazandachilik issiq ishlovlari beriladi. Natijada ular yumshoq holga keladi va kishi organizmida oson hazm bo‘ladi. Bundan tashqari, mahsulotlar yoqimli hid, maza, ta‘mga ega bo‘ladilarki, bu iste‘moldan avval va iste‘moldan so‘ng so‘lak, oshqozon shirasi ajralishini uyg‘otib, taom hazm bo‘lish jarayonini tezlashtiradi. Issiq ishlov ta‘sirida taom zararsizlantiriladi, mahsulotda uchraydigan kasal tarqatuvchi va tug‘diruvchi mikroorganizmlar o‘ladi.

Mahsulotlarga issiq ishlov ta‘sir kuchining ahamiyati shundaki, ular iste‘molga tayyor taom holiga keltiriladi. Lekin ba‘zi o‘zgarishlarning ro‘y berishi (mahsulot vaznining, suyuqlik miqdorining, ozuqalik qiymatining kamayishi) ahamiyatsiz. Agar issiq ishlov berish qoidasiga rioya qilinmasa, tayyorlangan taom noxush hidli maza va tashqi ko‘rinishga ega bo‘lib, yaxshi hazm bo‘lmaydi. Taomning rangi yoqimsiz bo‘lib, tarkibidagi darmondorilar, ziravorlarning sifati buzilib, eruvchi ozuqa moddalar yo‘qoladi.

Oshpazning vazifasi mahsulotga issiq ishlov berish jarayonida uning tarkibidagi fizik-kimyoviy o‘zgarishni to‘g‘ri aniqlay bilishi, issiq ishlov sharoiti va vaqtdan to‘g‘ri foydalanib, taom tayyorlash uslubiga qat‘iy rioya qilish va yuqori sifatli taom tayyorlashdan iborat.

Mahsulotlarga issiq ishlov berishning asosiy, kombinatsiya va yordamchi usullari mavjud.

5.1. ASOSIY USULLAR

Qaynatish — bu qaynayotgan suyuqlikda (suvda, sutda, sharbatda, qaynatma quruq sho‘rvada, sabzavot yoki yorma qaynatilgan suvda) mahsulotga issiq ishlov berish yoki bug‘ yordamida issiq ishlovdan o‘tish jarayonidan iborat. Issiqlikni

uzatuvchi manba vazifasini suv va bug' bajaradi. Mahsulotning pishish vaqti issiqlik ta'sir kuchiga va mahsulot xususiyatiga bog'liq. Qaynash darajasi qancha yuqori bo'lsa, mahsulot shunchalik tez pishadi.

Mahsulotni ko'p miqdorli suyuqlikda (asosiy usulda), yuqori bosim ostida, pasaytirilgan issiqlik darajasida, bug' yordamida, oz miqdordagi suyuqlikda qaynatib pishirish mumkin.

Asosiy usulda qaynatish. Mahsulot idishga solinib, yuzasini qoplaguncha suyuqlik quyiladi. Bu usul qaynatma sho'rva, suyuq oshlarni tayyorlash va boshqalar uchun ishlatiladi. Qaynatib pishirishning ikki usuli bor. Birinchisida baland issiqlik ta'sirida suyuqlik qaynash darajasiga yetkazilgach, issiqlik past darajaga tushirilib, idish qopqoq bilan berkitilgan holda qaynatib tayyorlanadi. Ikkinchisida suyuqlik qaynash darajasiga yetkaziladi va issiqlik energiyasini berish to'xtatilib, mahsulot suyuqlik tarkibidagi to'plangan issiqlik hisobiga iste'molga tayyor holiga keltiriladi.

Mahsulotni pishirishda suyuqlikni qattiq qaynatish maqsadga muvofiq emas, chunki bunda suyuqlik bug'lanib, kamayadi, mahsulot tarkibidagi yog'ning qattiq emulsiyalanishi sodir bo'lib, qaynatma sifatining buzilishiga olib keladi va pishirilayotgan mahsulot shaklini buzadi. Past darajada qaynatish natijasida mahsulot tarkibidagi suyuqlikda eruvchi moddalar ma'lum darajada mahsulotdan suyuqlikka o'tadi. Qopqog'i yopilib qaynatilganda issiqlik darajasi 101–102°C ga yetib, mahsulotning pishishi tezlashadi.

Ba'zi bir taomlarni tayyorlashda issiqlik darajasi mahsulotlarga ishlov berish jarayonida 90°C dan oshmasligi kerak bo'ladi. Buning uchun suv hammomi usuli qo'llaniladi. Bunda maxsus apparat yoki isitguvchi ashyo ustiga idishda suv quyilib, zarur darajagacha isitiladi, boshqa idish ichiga mahsulot solinib, shu suvga qo'yiladi.

Yuqori bosim (avtoklavda) yoki past bosim (vakuum-apparat) yordamida qaynatish. Yuqori bosim ostida qaynatish natijasida qiyin pishuvchi mahsulotlarning tayyor bo'lish jarayoni tezlashadi (masalan, suyaklarni qaynatish). Lekin shuni unutmaslik kerakki, agar taom yuqori darajada (115–130°C da) qattiq qaynatilsa, mahsulot tez tayyor holga kelishi bilan birga uning sifati va ozuqalik qiymati ma'lum darajada pasayadi. Taom tayyorlanayotgan mahsulotni past bosimli vakuum apparatlarda qaynatish darajasi 100°C dan past bo'lishi uning sifati va ozuqalik qiymatini oshiradi.

Bug'da qaynatish. Mahsulot mahsus bug'da pishiruvchi shkaf idishiga yoki maxsus teshikli patnisga terilib, suvli idishga yoki bug' shkafiga shunday joylashtiriladiki suv mahsulotga tegmasligi kerak. Idish qopqog'i yaxshilab berkitib mahsulot pishirila boshlaydi. Suv qaynashi natijasida hosil bo'lgan bug' mahsulotga tegishi natijasida suvga aylanib, o'z issiqligini mahsulotga beradi va suvga aylanadi. Bug'da pishirilgan mahsulot o'z shaklini saqlashi bilan birga, ozuqalik qiymatini kamroq yo'qotadi. Shu sababli parhez taomlarda bu usul ko'proq ishlatiladi.

Oz suyuqlikda qaynatish deb taomni mahsulotga nisbatan kam bo'lgan suyuqlikda (suvda, sutda, qaynatma sho'rvada, mahsulot qaynatilgan suyuqlikda) yoki o'z selida qaynatib pishirishga aytiladi. Bu usul, asosan, suyuqlik miqdori ko'p bo'lgan mahsulotlarni pishirishda qo'llaniladi. Mahsulot miqdoriga nisbatan suyuqlik 1/3 miqdorda quyilib, idish qopqog'i yopiq holda pishiriladi. Mahsulotning pastki qismi suvda pishsa, qolgan yarmi idish ichidagi bug' ta'sirida maromiga yetadi. Ba'zi bir mahsulot issiqlik ta'sirida ajralgan o'z suyuqligida qaynatib pishirilishi mumkin.

Bunda mahsulot tarkibidagi suvda eruvchi moddalar ko'proq saqlanib qoladi. Mahsulotni 90—95°C darajada qizigan yog'da ham tayyorlash mumkin. Bu usul, asosan, garnir va sovuq taom tayyorlashda qo'llaniladi.

Oz suyuqlikda qaynatilgan mahsulotlar o'z ta'mi, tashqi ko'rinishiga ko'ra SVCH (yuqori chastotali tok) apparatlarida tayyorlangan taomlar sifatiga o'xshash bo'ladi.

Bunda issiqlik uzatuvchi manba bo'lmaydi. Mahsulot ichida elektr energiyasini issiqlik energiyasiga aylanishi hisobiga tayyor holga keladi.

Qovurish jarayoni o'z ichiga yog' yordamida yoki yog'siz issiqlik ta'sirida mahsulot yuzida maxsus qobiq hosil bo'lishini oladi. Bunda yuqori darajadagi issiqlik ta'sirida mahsulot tarkibidagi organik moddalarda o'zgarishlar hosil qilib, yangi moddalar paydo bo'lishiga olib keladi. Mahsulotni qovurish jarayonida uning tarkibidagi suyuqlik ma'lum miqdorda bug' ko'rinishida yo'qolib, ozuqalik salmog'i pishirilgan mahsulotga nisbatan ko'proq saqlanadi.

Qovurishda yog' muhim rol o'ynaydi. Bu mahsulotga bir xil issiqlik ta'sir etish sharoitini yaratadi, kuyishdan asraydi, mazasini yaxshilash bilan birga uning kaloriyasini oshiradi.

Qovurish usullariga kam miqdordagi yog'da (asosiy usulda) qovurish shkaflarida qizdirilgan ko'p miqdordagi yog'da (frityurda), ochiq olovda infraqizil nur yordamida (Iq — issiqlik manbai) qovurishlar kiradi.

Asosiy usulda qovurish. Mahsulot miqdoriga nisbatan 5—10% yog'da 140—150°C issiq ishlov berilib, mahsulotda ikki yoqlama qovurilgan qobiq hosil qilinadi. Bu usulda plita ustidagi idishda yoki maxsus elektr tovaga yog' solinib, 150—190°C gacha qizdiriladi, so'ng tayyorlangan mahsulot solinadi. Mahsulotda bir hil qobiq hosil qilish uchun uni aylantirib yoki aralashtirib turish kerak. Xom mahsulotlarni qovurishdan tashqari qo'shimcha issiq ishlov berib pishirishga tayyor yoki iste'molga tayyor holga keltirish mumkin. Bunda haroratni oshirish yoki pasaytirish mahsulot turiga qarab amalga oshiriladi. Usti ochiq idishlarda qovurish jarayonida isituvchi vositalardagi issiqlik yog'ga o'tib uzatilishi natijasida mahsulotga yetkaziladi. Qovurish uchun eng qulay va samarabop idish qalinligi 5 mm li cho'yandan ishlangan tova bo'lib, unda butun yuza bo'yicha bir xil issiqlik hosil

qilinadi. Bunday tovalar va qozonlarda qovuriladigan mahsulotlar kuyishdan va isituvchi vosita yuziga yopishib qolishdan saqlanadi.

Suyuq xamirdan tayyor mahsulot tayyorlashda (blinchik xamirini qovurish jarayonida) aylanuvchi tova yuzasiga yog' surtilishi shart emas, chunki yog'lanish xamir tarkibidagi yog'ning ajralishi hisobiga bajariladi.

Mahsulotni qovurish shkaflarida qovurish. Mahsulotlarni iste'molga tayyor holga keltirish uchun ular yuza chuqurlikdagi temir tova, cho'yan tova, qandolatchilik patnisiga yog' surtib 150—270°C haroratli qovurish shkafiga qo'yilib qovuriladi. Bunda mahsulot ost tomonidan issiqlik o'tkazuvchi manbalar tepa qismidan esa shkaf yuzidagi issiqlikning infraqizil radiatsiyasi va issiq havo oqimi hisobidan qovuriladi. Bu usulda qovurishda qovurilgan qobiq asosiy usuldagiga nisbatan sekin hosil bo'ladi, shu sababli mahsulot bir xil me'yorda qizdiriladi. To'qroq rangdagi qobiqni hosil qilish, taomning pishishi uchun qovurish jarayonida mahsulot vaqt-vaqti bilan aylantirilib, ustiga o'z yog'idan quyiladi, tuxum, qaymoq surtiladi. *Un mahsulotlarini qovurish yopish deyiladi.*

Ko'p yog'da (frityurda) qovurish. Yog' 160—180°C darajagacha qizdirilib, mahsulot to'la ko'miladigan holda qovuriladi. Bunda mahsulotniig hamma yuzasida bir xil qovurilgan qobiq hosil bo'ladi. Qovurish jarayonida mahsulot yog' yuzida yoki yog' ichida tayyor holga keladi. Yog' ichida tayyor holga keltirilgan mahsulot bosh-qasiga nisbatan ko'p va tezroq yetiladi. Bu usulda qovurish uchun yog' miqdori qovuriladigan mahsulotga nisbatan 4—6 marta ko'p olinishi lozim. Mahsulot chuqur temir tova, qozon, elektr tovada 1—5 minut davomida qovuriladi. Qovurish jarayonida mahsulot ichki qismidagi harorat 100°C gacha yetmasligi natijasida, mahsulot xom va ichidagi mikroorganizmlar to'la zararsizlanmagan bo'lishi mumkin. Bunday hollarda mahsulot qovurish shkaflarida tayyor holga yetkazilishi kerak. Ba'zan mahsulot yog'ga 1/2 yoki 1/3 miqdorda botirilgan holda (yarim frityurada) qovurib, iste'molga tayyor holga keltiriladi yoki qovurishdan oldin qaynatib, pishirib olinadi.

Ko'p yog'da qovurish usuli ko'pincha kartoshka, baliq, shuningdek, un mahsulotlarini (gumma, ponchik) iste'molga tayyor holga keltirish uchun qo'llaniladi. Bunda muntazam ishlovchi yoki vaqt-vaqti bilan ishlovchi apparatlardan foydalaniladi.

Ochiq olovda qovurish. Mahsulot metall sixga tiqiladi yoki yog'langan metall setkaga joylanadi. Six yoki reshotkani tutunsiz alanga ustida qovurib iste'molga tayyor holga keltiriladi. Issiqlik manbayi hisobida ko'mir, elektr spiral yoki maxsus elektr asboblardan (elektrgrill) foydalaniladi. Mahsulot bir xil qobiqda tayyor holga kelishi uchun sixni aylantirib reshlyotka ichidagi mahsulotning esa ikki tomonini navbat bilan o'girib turiladi. Qovurish nur issiqligi yordamida olib boriladi. Pista ko'mir, kvars lampalari, alangasiz gaz gorelkalari issiqlik manbak vazifasini bajaradi.

Infraqizil nur yordamida qovurish. Infraqizil nur ishlab chiqaruvchi element ta'siri ostida mahsulot elektr grillarda tutun chiqmagan holda qovurilib, iste'molga tayyor holga keltiriladi. Infraqizil nur mahsulot ichiga tez va chuqur ta'sir etishi natijasida, qovurish vaqti qisqaradi, yuzidagi qobiq tezroq hosil bo'ladi, yumshoqlik darajasi va iste'molga tayyor mahsulot sifat darajasi yuqori bo'ladi.

5.2. ISSIQ ISHLOV BERISHNING KOMBINATSIYALANGAN USULI

Bu usulga dimlash, yopish va avval pishirib, so'ng qovurish jarayonlari kiradi.

Dimlash. Mahsulot avval yuzaki qovurilib, so'ng oz miqdordagi suyuqlik yordamida ziravorlar qo'shib, usti berkitilgan holda dimlanib, iste'molga tayyor holga keltiriladi. Suyuqlik o'rni qaynatma yoki sardak ishlatiladi.

Yopish. Qovurish shkafida issiq ishlov berish yo'li bilan mahsulot iste'molga tayyor holatga keltiriladi va yuzida qovurilgan qobiq hosil qilinadi. Yopish usuli bilan suzma, tuxum, baliq, go'sht kabi xom mahsulotlar va avval issiq ishlovdan o'tgan bo'tqa, makaron, go'sht ham iste'molga tayyorlanishi mumkin. Mahsulotlarni yopib taom tayyorlashda sardak, tuxum, sut qo'shiladi. Yopish jarayonida mahsulot ag'darilmaydi. Yopilgan taom maxsus tayyorlangan idish — porsiyali tova, temir likobchada tarqatiladi.

5.3. YORDAMCHI ISSIQ ISHLOV BERISH USULI

Yordamchi issiq ishlov berish usullariga tutunsiz olovda kuydirish, qaynoq suv quyib part qilish, jazlash, tayyor termostatik holatni saqlab turishlar kiradi.

Tutunsiz olovda kuydirish. Ishlov berilayotgan mahsulotning (kalla-pocha, parranda va ilvasin) ustidagi yungi, tuki, pati tutunsiz olovda kuydiriladi. Bunda gaz gorelkasidan foydalaniladi.

Qaynoq suv quyib part qilish. Mahsulot qaynoq suv yoki bug'da 1—5 minut davomida ushlanib, part qilinadi. Mahsulot qaynoq suv yoki issiq bug' ta'sirida part qilinish jarayonida unga sovuq suv purkab turiladi. Bu usul mahsulotga keyingi mexanik ishlov berishni osonlashtiradi (masalan, tikanakli baliqlar ichi tozalanishdan oldin shunday ishlovdan o'tkaziladi), mahsulotning achish holatini to'xtatadi, ya'ni tozalanagan mahsulot yuzida qorayish holatini kamaytiradi (kartoshka, olma va hokazo), taxir va achchiqni kesadi (oq o'zakli karam, yormalar va hokazo), mahsulotning yopishib qolish holatinn kamaytiradi va qaynatma rangining tiniqligini ta'minlaydi.

Jazlash. Mahsulotni yog' yordamida yoki yog'siz 120°C darajagacha issiqlik yordamida qovurilishiga jazlash deyiladi. Jazlash uchun to'g'ralgan piyoz, sabzi, tomat, un, qo'ziqorin, ko'kat ildizlari ishlatiladi. Bunda mahsulot vazn og'irligiga nisbatan 15—20% yog' olinib, mahsulot yuzida qobiq hosil bo'lmagan holda qovuriladi. Qovurish jarayonida mahsulot tarkibidagi efir moyi, bo'yovchi moddalari, darmondorilar ma'lum darajada yog'ga o'tib, tayyorlanyotgan taomga rang beradi, mazasini hushxo'r qilib, anvoyi hidli qiladi, shuningdek, mahsulot shaklini saqlab qolishiga yordamlashadi. Uni yog' bilan yoki yog'siz 120—130°C darajada qovuriladi, qovurish jarayonidagi issiqlik darajasiga qarab u har xil rang va mazaga ega bo'ladi.

Jazlangan sabzavotlar, tomat va un suyuq oshlar, sardaklar va boshqa pazandachilik mahsulotlari tayyorlashda ishlatiladi.

Termostatik holatni saqlash deb taomni tarqatishda yoki iste'molga eltib berishda saqlanadigan issiqlik miqdoriga aytiladi.

Issiq ishlov berish muddati mahsulot turiga qarab o'zgarishi mumkin. Vaqt birligining hisobi tashqi muhitdagi harorat 100°C darajaga yetgan vaqtdan hisoblanadi. Bunda qaynatib pishirish suyuqlik qaynagan qovurish — mahsulotni qizigan yog'ga solingan vaqtdan boshlanadi. Taomning iste'molga tayyor bo'lganligini uning rangi, hidining o'zgarishini orgoneoleptik tekshirish orqali aniqlanadi. Iste'molga tayyor mahsulotning qalin qismi ichidagi harorat 80°C dan kam bo'lmasligi lozim.

5.4. ISSIQ ISHLOV BERISHNING MAHSULOT SIFATIGA TA'SIRI VA O'ZGARISHI

Issiq ishlov ta'sirida mahsulotning mazasi, rangi, hidi, vazn og'irligi, ozuqalik qimmat va hazm bo'lish qobiliyati mahsulot tarkibidagi oqsil, yog', uglevod, darmondorilar, mineral, maza beruvchi, xushxo'r qiluvchi moddalarning o'zgarishi oqibatida o'zgaradi.

Oqsillarning o'zgarishi. Oqsillar 70°C dan yuqori darajada koagulyatsiyaga uchraydi, ya'ni quyuqlasha boshlaydi. Oqsillar erish va tarkibidagi suyuqlikni ushlab turish qobiliyatini yo'qotadi, shu sababli issiq ishlov berishdan so'ng go'sht va baliq vazni kamayib, hajmi kichrayadi.

Mahsulot tarkibida erigan holda joylashgan oqsillar issiq ishlov ta'sirida pag'a-pag'a ko'rinishda to'planib qaynatma ustida ko'pik hosil qiladi.

Ilvira ko'rinishidagi mahsulotga joylashgan oqsillar issiq ishlov ta'sirida zichlashib biroz suyuqlik ajralib chiqadi. Bunga go'sht yoki baliqqa issiq ishlov

berib, so'ngra ishonch hosil qilish mumkin. Faqat tuxumgina issiq ishlov ta'sirida suyuqlik ishlab chiqarmaydi. Pag'a-pag'a oqsillar zichligini oshirish haroratga bog'liq issiq ishlov vaqtida mahsulotning harorati yuqori bo'lsa, oqsilning zichlashishi yuqori, suyuqlik ajralish miqdori ko'p bo'ladi. Uzoq vaqt davomida issiq ishlov berish oqsil tarkibining buzilishi va hazm bo'lish jarayonining qiyinlashishiga olib keladi. Shu sababli tarkibida ko'p miqdorda oqsili bo'lgan mahsulotlarni uzoq vaqt davomida qaynatib pishirish mumkin emas.

Yog'larning o'zgarishi. Go'sht mahsulotlariga issiqlik ta'sir etishi natijasida uning tarkibidagi yog'ning bir qismi eriydi. Qaynash jarayonida erigan yog' suv yuzasiga chiqib, mayda parchalarga bo'linadi, ya'ni *emulgatsiyalanadi*. Suv miqdori qanchalik ko'p bo'lib, qanchalik qattiq qaynasa, sharchalar soni shunchalik ko'p bo'ladi. Qaynatma sho'rva tarkibidagi kislota va tuzlar ta'sirida emulgatsiyalangan yog' osongina glitsirin va yog' kislotalariga ajralib qaynatma sho'rvaning rangini xira noxush hidli, bemaza qilib qo'yadi. Shu sababli qaynatma sho'rva tayyorlashda asta-sekin qaynatilishi va yuziga suzib chiqqan ko'pik va yog'dagi aralashmalar vaqt-vaqti bilan suzib olinishi lozim.

Qovurish jarayonida yog' tarkibida katta o'zgarishlar ro'y beradi, Mahsulotni qovurishdan avval yog'ni qattiq qizdirish lozim. Bu jarayon *yog'ni dog'lash* deb ataladi. Yog' yaxshi dog' bo'lganda undan buralib-buralib tutun chiqa boshlaydi va bu paytda unga 2 osh qoshiqda sho'r namokop quyib yuborish bilan undagi noxush hid yo'qotiladi. Shundan so'ng mahsulotlar qovuriladi. Yaxshilab dog'lanmagan yog'da tayyorlangan taom iste'moldan keyin jig'ildonni qaynatadi. Shuning uchun taom tayyorlashdan oldin yog'ni yaxshilab dog'lash shart.

Mahsulotlarni asosiy usulda qovurishda, tarkibida ma'lum miqdorda suvi bo'lgan yog'da (margarin) hamda mahsulotlarga (xom kartoshka, go'sht, baliq va hokazo) issiq ishlov berish jarayonida sachrash evaziga yog' miqdori kamayadi. Bunga 100°C darajadan yuqori qizigan yog'ga mahsulot solinganda uning tarkibidagi suyuqlik ajralishi sabab bo'ladi.

Ko'p yog'da qovurish jarayonida yog'ga uzoq vaqt yuqori bosimli issiqlik ta'siri ko'rsatilishi va yog'ning ifloslantirgan mahsulot qoldiqlari yog'ning o'zgarishiga olib keladi. Bu hollarni ma'lum darajada kamaytirish uchun frityurnitsalardan foydalanish maqsadga muvofiqdir. Frityurnitsaning past qismida sovuq zona deb atalmish qismi bo'lib, u yerdagi yog'ning harorat darajasi nisbatan past bo'lishi evaziga qovurilayotgan mahsulotdan ajralib chiqqan chiqit yoki mayda bo'lakchalar kuyishining oldi olinadi.

Yog' buzilishining oldini olish uchun qovuriladigan mahsulotni unga belamaslik, qo'lga, asbob-anjomlarga o'simlik yog'i surtilishi va ishlatilayotgan ko'p miqdordagi yog' vaqti-vaqti bilan suzib turilishi kerak.

Uglevodlarning o'zgarishi. Kraxmalni oz miqdordagi suvda aralashtirib, 100°C gacha qizdirilganda kraxmalning kleysterga aylanish hodisasi ro'y beradi va cho'ziluvchan ilvira ko'rinishiga ega bo'ladi. Kraxmalning kleysterga aylanishi 55—60°C darajada boshlanib, harorat yuqorilashgan sari kleysterlanish tezlashadi.

Kartoshkaga issiq ishlov berishda kleysterga aylanishi tarkibidagi suyuqlik hisobidan amalga oshadi. Xamir mahsulotlarini yopganda kraxmal kleysterlanishi oqsilning zichlashishi natijasida ajratilgan suyuqlik hisobi amalga oshadi. Bu hodisa bo'ktirilgan dukkaklilarni pishirilganda ham uchraydi.

Quruq mahsulot tarkibidagi kraxmal (yorma, makaron va boshqalar) issiq ishlov jarayonida atrof-muhitdagi suyuqlikdan foydalanib kleysterlanadi va shuning evaziga o'z miqdorini ma'lum darajada oshiradi.

Xom kraxmal organizmda hazm bo'lmaydi. Shu sababli tarkibida kraxmali bo'lgan mahsulotlar issiq ishlovdan o'tgandan so'ng iste'mol qilinadi.

Kraxmal suvsiz 110°C va undan yuqori darajada qizdirilsa *dekstringa* aylanish hodisasini kuzatish mumkin. Bunda kraxmal suvda eriydigan ajralgan donador mahsulotga aylanadi. Yopiladigan mahsulot yuzida qobiq va sarg'ish-qo'ng'ir ranglarning hosil bo'lishi ham kraxmalning dekstringa aylanishidan darak beradi. Un, yormalarni qovurganda ham shu hodisani kuzatish mumkin.

Meva va poliz mahsuloti tarkibida uchraydigan qand (saxaroza), shuningdek, kompot va kisel pishirishda suvga qo'shiladigan shakar qaynatish natijasida tarkibidagi kislota yordamida inversiyalanadi, ya'ni glyukoza va fruktozaga ajraladi va saxarozaga nisbatan shirinroq mazaga ega bo'ladi. Qand 140—160°C va undan yuqori darajada suvsiz qizdirilsa, to'q qo'ng'ir yoki qora rangli mahsulotga aylanadi. Qandning bu usulda parchalanishi *karamellanish* deyiladi.

Protopektin o'sib boruvchi to'qimalarni mustahkamlaydi va mustahkam tayanchni vujudga keltiradi. Yuqori bosimli harorat bilan beriladigan issiq ishlovda protopektin *pektinga* aylanadi. Issiq suvda erib, mahsulotni yumshatadi. Pektin yaxshi hazm bo'ladi. Protopektinning pektinga aylanish tezligi mahsulotlar hususiyatiga bog'liq. Kartoshka va mevalarda protopektinning pektinga aylanishi tez lavlagi, yorma, dukkaklilarda sekin bo'ladi. Qaynatishda issiqlik darajasi yuqori bo'lsa, pektinning hosil bo'lishi tezlashadi. Nordon qaynatmada protopektinning pektinga aylanishi sekinla-shadi.

Shu sababli suyuq osh tayyorlashda kartoshkani tuzlangan karam yoki tarkibida nordon mahsuloti bo'lgan masalliqdan so'ng solib pishirmaslik, dukkakliklarni bo'ktirishda, ularning achishiga yo'l qo'ymaslik kerak.

Biriktiruvchi to'qima mahsulotdagi moddalarni ushlab turuvchi devor hisoblanadi, issiq ishlov ta'sirida u biroz o'zgarib bo'kib g'ovak holga keladi va ozuqali sharbatlarning kirishi uchun qulaylashadi.

Darmondorilarning o'zgarishi. Yog'da eruvchi A, D, E, K darmondorilari issiq ishlov berilganda yaxshi saqlanadi. Jazlangan sabzining darmondorilik qiymati yo'qolmaydi, aksincha tarkibidagi karotin yog'da erib, osongina A darmondorisiga aylanadi. Karotin moddasining bunday chidamliligi, garchand kislorod ta'sirida darmondorilar qisman buzilsada, jazlangan sabzavotlarni yog'da uzoq muddatda saqlanishiga yordam beradi.

Suvda eruvchi B guruhidagi darmondorilar nordon sharoitda turg'un ishqoriy va neytral sharoitda esa issiq ishlov ta'sirida 20—30% gacha parchalanadi. PP darmondorilari issiq ishlovda juda chidamli bo'ladi. Suvda eruvchan bo'lgani uchun, ular issiq ishlovda ma'lum darajada qaynatmaga o'tadi.

Havodagi kislorod bilan oksidlanuvchi C darmondorisi issiq ishlov ta'sirida tez parchalanadi. Bundan tashqari, C darmondorisining parchalanishiga mahsulotga issiq ishlov berish jarayonida idish qopqog'ini yopmasdan pishirish, unga uzoq vaqt davomida issiq ishlov berish, taomni issiq holda marmitda ko'p saqlash, mahsulot yuzining kislorod bilan tutash yuzini ko'paytirish kabilar ham sabab bo'lishi mumkin.

Nordon sharoit sabzavot va meva tarkibidagi C darmondorisini saqlashga yordam beradi. Ko'p yog'da qovurilgan kartoshkada oz yog'da qovurilgan kartoshkaga nisbatan C darmondorisi kam parchalanadi, qaynatib pishirilganda ular tarkibidagi C darmondorisi ma'lum miqdorda qaynatmaga o'tadi.

Mineral moddalar. Issiq ishlov ta'sirida mineral moddalarda o'zgarish bo'lmaydi, ularning bir qismi qaynatmaga o'tadi. Shu sababli sabzavot qaynatilgan suyuqlik suyuq osh va sardak tayyorlashga ishlatilishi lozim.

Rang beruvchi moddalarning o'zgarishi. Bo'yovchi moddalar issiqlik ta'sirida ma'lum darajada o'zgaradi. Pishirish natijasida ko'p bargli sabzavotlar tarkibidagi *xlorofill* o'z tarkibidagi ishqor ta'sirida parchalanib, sarg'ish-qo'ng'ir rangga kiradi. Olcha, olxo'ri, qoraqat tarkibidagi *ontotsian* issiq ishlovga ancha bardoshli hisoblanadi. Lavlagiga to'q qizg'ish rang beruvchi *pigment* nordon sharoitda pishirganda o'z rangini yaxshi saqlab qoladi va pishirilgan suyuqlikning quyuk-suyuqligi oshadi. Go'shtning tiniq qizg'ish rangi issiq ishlov ta'sirida kulrangga o'tadi. Bu hodisa go'sht tarkibidagi rang beruvchi modda *mioglobinning* o'zgarishiga bog'liqdir. Sabzi, tomat va boshqa mahsulotlar tarkibidagi *karotin* issiq ishlovda o'z rangini yaxshi saqlab qolishini hisobga olib, ularni taomlarga rang berish va bezash uchun ishlatiladi. Oq rangdagi sabzavotlar sarg'ish rangga o'tishi yangi rang beruvchi *flavon* moddasining hosil bo'lishi bilan bog'liq.

Ko'p mahsulotlarning mazasi va xushxo'rliigi ularning ekstraktiv moddalarga boyligiga bog'liq. Ular mahsulot tarkibida kam miqdorda (0,001—0,5%) bo'lsa-da, kishi organizmida ishtaha qo'zg'atuvchi manba sifatida ta'sir qilib, taom hazm

bo'lish jarayonini yaxshilaydi. Go'sht, baliq mahsulotlaridagi ekstraktiv moddalar suvda eruvchan bo'lib bu mahsulotlarning o'ta pishirilgani og'ir hazm bo'ladi.

Tekshirish uchun savol va topshiriqlar

1. Mahsulotlarga issiq ishlov berishning ahamiyati nimada?
2. Oqsil, yog', uglevodlarning ozuqalik qimmatiga issiq ishlov berish qanday ta'sir qiladi?
3. Qaynatib pishirishning qanday turlari bor?
4. Qovurishning qaysi turlarini bilasiz?
5. Qaynatish bilan oz suyuqlikda qaynatishning farqi nimada?
6. Jazlash qanday ahamiyatga ega?
7. Nima sababdan go'sht va baliqning hajmi issiq ishlov ta'sirida kichrayadi?
8. Qaynatma sho'rva, kartoshka va boshqa mahsulotlarni qaynatganda chiqadigan ko'pik nimadan tashkil topgan?
9. Pishirib sovutilgan kartoshkadan nima uchun pyure tayyorlanmaydi?
10. Nima sababdan lavlagi va dukkaklilar tuzsiz suvda pishiriladi?
11. Nima sababdan suyuq taom tayyorlashda sabzavotlar bir yo'la solinmay, navbatma-navbat solinadi?
12. Mahsulotda S darmondorisining saqlanishiga qanday omillar ta'sir qiladi?
13. Nima sababdan lavlagini dimlashda sirka solinadi?
14. «Inversiya» nima va u taomning sifati va hazm bo'lishiga qanday ta'sir qiladi?
15. Sabzini ishlatishdan avval nima uchun uni yog'da jazlashni tavsiya etadilar?
16. Ekstraktiv modda va uning ovqatlanishdagi ahamiyati nimada?
17. Nima sababdan ko'k sabzavotlar issiq ishlovda o'z rangini o'zgartiradi?

VI b o b

SUYUQ TAOMLAR

Suyuq taomlar tushki ovqatlanishning asosiy qismi hisoblanadi. Ular ikki qismdan, *suyuq* va *quyuq* garnir qismidan tashkil topadi. Qaynatma quruq sho‘rva, sut, yorma yoki sabzavot meva qaynatilgan suv, kvas va boshqalar suyuq qism hisoblanadi. Tushki taomning suyuq qismida ekstraktiv va mineral moddalar, organik birikmalar bo‘lib, ular taomni mazali va xushxo‘r qiladi, ishtahani ochib so‘lak bezlaridan suyuqlik ishlab chiqarilishiga sabab bo‘ladi. Taomning quyuq qismi sifatida har xil mahsulotlar: sabzavotlar, qo‘ziqorin, yorma, dukkakli va makaron mahsulotlari, baliq, go‘sht, parranda va boshqalar ishlatiladi. Taomning quyuq qismida oqsil, yog‘, uglevod, mineral moddalar, darmondorilar bo‘ladi. Suyuq taomning ozuqalik ahamiyati uncha yuqori bo‘lmay, 1 litr qaynatma quruq sho‘rva 15—20 kaloriyaga egadir. Biroq taomning quyuq qismi bo‘lganligi sababli, suyuq taomlarning ko‘pi yuqori darajali ozuqalik ahamiyatiga ega.

Suyuq taom turlari har xil bo‘ladi. Tarqatishdagi harorat darajasiga qarab, sovuq va issiq taom, issiqlarining harorati 75°C dan kam bo‘lmasligi, sovuqlarining harorati 14°C dan yuqori bo‘lmasligi kerak.

Tayyorlanish usuliga qarab gazak, pyure tiniq va boshqa ko‘rinishdagi turlarda bo‘ladi.

Tarkibidagi suyuqligiga qarab: qaynatma quruq sho‘rva sabzavot yoki yorma qaynatmasida, sutda, non kvasida, sut mahsulotida tayyorlangan bo‘ladi.

Issiq suyuq taomlar suyuq taom tayyorlash sexida sovuqlari esa sovuq taom tayyorlash sexida tayyorlanadi. Suyuq taomlar statsionar yoki plita ustiga qo‘yiladigan qozonlarda, kastyulkada, suyuq taomga mo‘ljallangan tovoqchalarda tayyorlanadi. Undan tashqari, suyuq taom tayyorlashda tovalar, soteyniklar, temir tovalar, chovli, g‘alvir, kapgir, cho‘mich, muhrlangan taxtakachlar, turli pichoqlardan foydalaniladi. Pazandaning ish joyida stol tarozilari, taxtakachlar, pichoqlar; ziravorlar solingan idishlar va ishlovdan o‘tgan mahsulotlar (sho‘r bodring, jazlangan sabzavot, ko‘kat va hokazolar) bo‘lishi lozim.

6.1. QAYNATMA QURUQ SHO‘RVA TAYYORLASH

Qaynatma quruq sho‘rva — suyak, go‘sht, parranda, baliq, qo‘ziqorinlarni suvda qaynatish natijasida hosil bo‘lgan qaynatmadir. Qaynatish natijasida

mahsulotlar tarkibidagi oqsil, yog‘, mineral moddalar va ziravorlardagi xushxo‘rlik kabi ekstraktiv moddalar qaynatmaga o‘tadi. Qaynatma quruq sho‘rvaning xushxo‘rligi undagi suv va mahsulotga, uning qay darajada maydalanganiga, qancha vaqt qaynatilganiga bog‘liq.

Suvda eruvchi moddalarning ko‘p yoki ozligiga qarab, qaynatmalar oddiy va konsentrlangan holda tayyorlanadi. Oddiy qaynatma quruq sho‘rva tayyorlash uchun 1 kg mahsulotga 4—5 litr, konsentrlangan qaynatma sho‘rva uchun esa 1,25 litr suv olinadi. Konsentrlangan qaynatma quruq sho‘rva tayyorlashda 1 kg mahsulotdan 1 litr suyuqlik olinishi lozim. Bunday qaynatma sho‘rva tayyorlashni tavsiya qilinishining boisi, yoqilg‘ining tejalishi, qaynatish vaqtining kamayishi, hajmi kichikroq idishda tayyorlanishi, saqlash uchun kichikroq hajmdagi idish ishlatilishidan iborat. Konsentrlangan qaynatmadan oddiy qaynatma tayyorlash uchun 1 litr konsentrlangan qaynatmani 3—4 litr qaynoq suvga aralashtiriladi.

Mahsulotlardan to‘g‘ri foydalanish, ularni me‘yorida ishlatishga e‘tibor berish va tayyorlanish uslubiga rioya qilish orqali yuqori sifatli qaynatma quruq sho‘rva tayyorlash mumkin.

Qaynatma quruq sho‘rva tayyorlashda mol, parranda go‘sh tidan tayyorlangan qaynatma-kubiklaridan foydalanish ham mumkin. Buning uchun suyuq taom tuz qo‘shilmagan holda pishiriladi. Qaynatma kubiklari esa oldindan issiq suvda eritib qo‘yiladi va taom tayyor bo‘lishidan 15—20 minut oldin unga qo‘shib aralashtiriladi va iste‘mol qilinadi. 1 porsiya suyuq taomga (500 g) 2 kubik (8 g) hisobida qaynatma-kubik ishlatilishi mumkin.

Suyak qaynatmasi. Bunday qaynatma tayyorlash uchun mol, qo‘y, cho‘chqalarning avval ishlovdan o‘tgan ilik, tos, to‘sh, umurtqa, bilak suyaklari ishlatiladi.

Ozuqabop suyaklar avval maydalab chopiladi, so‘ng qaynatiladi. Bunda uning barcha oziq moddasi qaynatmaga chiqadi.

Yosh mol suyaklari va cho‘chka suyaklari qaynatishdan avval biroz yuzaki qovurib olinadi. Bunday qilinganda tayyorlanayotgan qaynatmaning tashqi ko‘rinishi tabiatli, mazasi xushxo‘r bo‘ladi.

Tayyorlangan suyak qozonga solinib, sovuq suv quyib, qaynab chiqqunga qadar olov baland qilib qo‘yiladi. Qaynatma qaynagach, olov pasaytirilib vaqti-vaqti bilan yuzidagi ko‘pigi olib turiladi. Qaynash jarayonida qaynatma yuzidagi ko‘pikni olib turishdan maqsad qaynatmaning tashqi ko‘rinishidagi tiniqligini ta‘minlashdir. Ko‘pigi olinmay qaynatilgan quruq sho‘rvada ko‘pik parchalanib, uning ko‘rinishini xiralashtirib qo‘yadi.

Mol suyagidan tayyorlangan qaynatma 3,5—4 soat, cho‘chqa va qo‘y suyagidan tayyorlangan qaynatma 2—3 soat qaynatilishi kerak. Uzoq vaqt davomida qaynatilsa,

qaynatmaning mazasi va xushxo'rligi o'zgaradi. Taom tayyor bo'lishiga 30—40 minut qolganda me'yorini mo'ljallab yog'siz jazlangan ko'kat ildizi, sabzi, piyoz va taom xushxo'rligini oshiruvchi kashnich, ukrop, selderey, sarimsoqpiyoz solinadi. Qaynatma maromiga yetib pishgach, elakdan o'tkazib suziladi.

Go'shtli suyak qaynatmasi. Bunday qaynatma tayyorlash uchun 1,5—2 kilogramm vazndagi to'sh, qo'l, qo'l osti, qovurg'a go'shti ishlatiladi.

Ishlovdan o'tib tayyorlangan suyak sovuq suvga solinib, 2—3 soat ko'pik va yog'lari suzib turilgan holda past olovda qaynatiladi. So'ngra go'sht bo'laklari solinib, olov ko'tarilib, tezda qaynash darajasiga yetkaziladi, ustidagi ko'piklari olinib past olovda 1,5—2 soat qaynatiladi. Taom tayyor bo'lishidan 30—40 minut avval me'yorini mo'ljallab yog'siz jazlangan ko'kat ildizi, sabzi, piyoz va taom xushxo'rligini oshiruvchi ko'katlar solinadi. Sho'rva pishib yetilgach go'shti olinib, qaynatma elakdan o'tkazib suziladi.

Bunday qaynatmani yana boshqa usulda ham tayyorlash mumkin. Buning uchun tayyorlangan suyak va go'sht mahsulotlari qozonga solinib, ustidan sovuq suv quyiladi, olovni baland ko'tarib qaynatiladi. Qaynagach, olov pasaytirilib, vaqti-vaqti bilan ustidagi ko'pik olib turiladi. g'ozondagi mahsulot 1,5—2 soat qaynatilib, go'shti olinadi. Suyak esa yana qaynatiladi. Taom tayyor bo'lishdan 30—40 minut avval yog'siz jazlangan ko'kat ildizi, sabzi, piyoz va taom xushxo'rligini oshiruvchi ko'katlar solinadi. Tayyor qaynatma elakdan o'tkazib suziladi.

Parranda go'shtidan tayyorlangan qaynatma quruq sho'rva. Parranda go'shtidan qaynatma quruq sho'rva tayyorlash uchun butun parranda go'shti, parranda kalla—pochalaridan, yurak, oshqozon, bo'yin umurtqasi, bosh, qanot, bo'yin go'shti va suyaklaridan foydalaniladi. Butun parrandaning oyoq qanotlari, bo'yin ko'rinishi ixchamlashtirib pishirishga tayyorlanadi, suyaklari chopilib yuviladi. Tayyorlangan mahsulot ustiga sovuq suv quyilib qaynatiladi, qaynab chiqqach, olov pasaytirilib, vaqti-vaqti bilan ustidagi ko'pik va suzib chiqqan yog'i olib turiladi. Qozondagi masalliq 20—30 minut qaynagandan so'ng yog'siz jazlangan ko'kat ildizi, piyoz solinadi. Parrandaning turi va yoshiga qarab qaynash jarayoni 1 soatdan 2 soatgacha davom etadi.

Taom tayyor bo'lgach, uni elakda suzib olinadi. Agar qaynatma tayyorlashda butun parranda go'shti, uning kalla-pochalari, suyaklari birga ishlatilsa, dastlab suyak va kalla-pochalar qaynatib pishiriladi, butun parranda go'shti esa uning pishib yetilish vaqti hisobga olinib, keyin solinadi.

Baliqdan tayyorlanadigan qaynatma quruq sho'rva. Bunday sho'rvani tayyorlashda ishlovdan o'tgan baliq va boshi, suzgich qanotlari, dumi, terisi, suyagi kabi ozuqali chiqitlari ishlatiladi. Okun oilasiga mansub okun, sudak, yershch

va boshqa baliqlardan yaxshi qaynatma tayyorlanadi. Zog'ora baliq, sazan, lesh, vobla baliqlaridan qaynatma tayyorlash tavsiya etilmaydi. Chunki bu baliqlardan tayyorlangan qaynatmaning mazasi taxir bo'ladi. Osiyotr oilasiga mansub baliqlarning yirik suyaklari va boshi bo'laklarga bo'linib, ko'zi va oyqulog'i olib tashlanadi va qaynatmada mahsulot sifatida ishlatiladi.

Ishlovdan o'tib tayyorlangan baliq, baliq chiqitlari qozonga solinib, ustidan sovuq suv (1 kg mahsulotga 3—3,5 litr suv) quyiladi va olovni balandlatib qaynatiladi. Qozondagi masalliq qaynab chiqqach, ustidagi ko'pigi olib tashlanadi. Xom ko'kat ildizi, to'g'ralgan piyoz solib past olovda 50—60 minut qaynatiladi. Qaynatma iste'molga tayyor holga kelgach, tindiriladi va elakdan o'tkazib, suzib olinadi.

Osiyotr oilasiga mansub baliq boshidan qaynatma tayyorlashda baliq boshi qozonga solinib, bir soat qaynatilgandan so'ng qozondan go'shti ajratib olinadi, kemirchak suyagi esa yumshoq holga kelguncha 1—1,5 soat davomida qaynatiladi.

Tayyor qaynatma elakdan o'tkazib suziladi. Ajratib olingan baliq go'shti va yumshagan kemirchak suyagi bo'laklarga bo'linib, taom tarqatishda qo'shib boriladi.

Qo'ziqorin pishirilgan suv. Buning uchun yangi yoki quritilgan qo'ziqorinlar ishlatiladi. Quritilgan qo'ziqorin saralanadi, tozalab yuviladi, biroz sovuq suvda bo'ktirilib (10—15 minut) qotib qolgan tashqi mahsulotlari ivitiladi. Yuviq tashqi mahsulotlardan holi qilingandan so'ng, 1 kg qo'ziqoringa 7 litr sovuq suv solinib, 3—4 soat davomida bo'ktiriladi. Qo'ziqorin suzilib, chayib tashlanib, o'zi bo'ktirilgan suvida 1,5—2 soat davomida pishiriladi. Tayyor qo'ziqorin suzib olinib, qum qoldiqlari qolgan bo'lsa, suvda yuviq tashlanadi, qaynatma esa biroz tindirilib, yuzidan suzib, elakdan o'tkaziladi. Qum qoldiqlari bo'lishi ehtimoli bo'lgani uchun elakdan o'tkazilayotgan qaynatmadan biroz qoldiriladi. Tayyor qo'ziqorin mayda to'g'ralgan holda yoki qiymalovchi mashinadan o'tkazilgan holda qaynab turgan suyuq taom tayyor bo'lishidan 5—10 minut avval solib ishlatiladi.

6.2. XUSHXO'R SUYUQ TAOMLAR

Qaynatma quruq sho'rvada, qo'ziqorin qaynatilgan qaynatmada, suvda sabzavot, kartoshka, makaron, yorma, dukkakli mahsulotlar iste'molga tayyor holga keltirilib, to'g'ralgan sabzavot va turli ko'katlar solinib ta'mi xushxo'r qilinadi.

Xushxo'r suyuq taom tayyorlashda mahsulotlar ma'lum ketma-ketlikda qaynab turgan suyuqlikka solib, pishiriladi. Shu sababli tayyorlangan suyuq taomda unga solingan mahsulot va ko'katlarning hidi barq urib ishtahani ochadi. Xushxo'r suyuq taomlar ularga ishlatiladigan mahsulotlarga qarab shi, borshch, rassolniklar, makaron va un, kartoshkali, yormali suyuq taomlar, solyanka va boshqalarga bo'linadi.

Xushxo'r suyuq taomlar ko'p tarqalgan taomlardan hisoblanib, ularni tayyorlash ular uchun zarur bo'lgan mahsulotlarning mavjudligiga bog'liq.

Ishlovdan o'tgan sabzavot mahsulotlari taom turiga qarab to'rt burchakli, uzun, pallacha, somoncha, kubik shaklida kesiladi. Suyuq taomlar uchun sabzavotlar homligicha yoki avval issiq ishlov berilgan holda ishlatiladi. Sho'r karam va lavlagi dimlanadi, sabzi, sholg'om, piyoz, pomidor, tomatlar jazlanib ishlatiladi.

Sabzavotlar yonlari tik tovada, kastyulkada jazlanadi. Sabzavotlarni jazlash uchun mahsulotning 10—15% miqdorida margarin, sariyog' yoki paxta yog'i qizdirilib dog'lanadi, so'ng 3—4 santimetr qalinlikda to'g'ralgan sabzavot solinib, 110—120°C darajada qizdirilib qovuriladi. Jazlangan sabzavot bilan tayyorlangan suyuq taomlar o'ziga xos xushxo'r maza, hid va tashqi ko'rinishga ega bo'ladi.

Tomat pyuresi avval biroz qaynatma yoki suvda aralashtirilib, so'ng yog'da 15—20 minut davomida jazlanadi. Agar sabzavot qo'shib jazlanishi kerak bo'lsa, sabzavot yumshoq holga kelguncha jazlangandan so'ng, tomat solinishi va jazlashda davom ettirilishi lozim.

Oliy yoki birinchi navdagi un yog' yordamida yoki yog'siz jazlanadi. Unni yog'siz qovurish uchun uni elab tunuka tova yoki tovaga 2—2,5 sm qalinlikda yoyilib, duxovka yoki plita ustida vaqti-vaqti bilan aralashtirilgan holda 120—130°C da qovuriladi. Qovurish jarayonida un och sarg'ish rangga kelgunga qadar vaqti-vaqti bilan aralashtirib turiladi. Qovurilgan un sovutilib, sovuq qaynatma yoki mahsulot qaynatilgan suvda yaxshilab aralashtirilib, elakdan o'tkazib suziladi.

Tuzlangan sho'r bodring ishlovdan o'tkazilib kesiladi va o'z suvida biroz qaynatiladi.

Yormalar saralanib, bir necha bor suvi almashtirilib yuviladi. Arpa yormasi suvda yuvilgandan so'ng yarim pishirilgan holga kelguncha pishirilib, suyuqligi to'kiladi va yana yuviladi, chunki yopishqoq qoramtir rangli yorma qaynatilgan suv suyuq, taomning tashqi ko'rinishini o'zgartirishi mumkin. Makaron mahsulotlari saralanib, maydalanadi.

Suyuq taomlarni tayyorlashda quyidagi qoidalarga rioya qilish lozim:

1. Mahsulot qaynatilayotgan suv yoki qaynatma qaynash darajasiga yetkazilishi kerak.

2. Ishlovdan o'tkazilib tayyorlangan mahsulotlar faqat qaynab turgan suyuqlikka ketma-ketlikka rioya qilgan holda solinishi lozim. Bunda mahsulotlarning tez yoki sekin pishib yetilish xususiyatlari, bir xil vaqtda, bir xil yumshoqlikda tayyor bo'lishi hisobga olinishi kerak. Kartoshka kislotali sharoitda yomon pishishi hisobga olinib, tarkibida sho'r karam, sho'r bodring, shovul yoki sirkali mahsuloti bo'lgan suyuq taomlarni tayyorlashda dastlab kartoshka solinishi va pishish darajasiga yetish arafasida yuqorida zikr etilgan mahsulotlar solinishi lozim.

3. Jazlangan sabzavotlar suyuq taom tayyor bo'lishidan 10—15 minut avval solinadi.

4. Kartoshka, yorma, makaron, un mahsulotlari suyuq va xushxo'r suyuq taomlarga iste'molga tayyor bo'lishidan 5—10 minut avval qovurilib tayyorlangan un yoki qirg'ichdan o'tkazilgan kartoshka bilan qo'shiladi. Qovurilgan un suyuq taomni bir xil quyulqikdagi turg'unligini, tarkibidagi C darmondorisi saqlanishini ta'minlaydi.

5. Suyuq taomlar past olovda qaynatiladi. Agar olov baland bo'lsa, mahsulot ezilib, shakli o'zgaradi va suyuq taomning xushxo'rliги yo'qoladi.

6. Ziravorlar (lavr yaprog'i, murch, zira) va tuz suyuq taomga u tayyor bo'lishidan 5—7 minut avval solinadi. Ortiqcha ishlatilgan ziravor suyuq taom sifatiga ta'sir etib, uning ta'mini yomonlashtiradi. Bir porsiya taom uchun 0,05 g donador murch, 0,02 g lavr yaprog'i, 3—5 g tuz ishlatiladi.

7. Tayyor bo'lgan suyuq taom tarqatishdan 10—15 minut avval olov o'chirilib tindiriladi. Bu vaqt davomida taom tarkibidagi yog' yuziga suzib chiqadi va tiniqlashadi, mazasi xushxo'r bo'ladi.

8. Issiq suyuq taomlar isitilgan chuqur likobcha yoki kosada tarqatiladi. Avval kosaga issiq go'sht, parranda yoki baliq bo'lagi, to'g'ralgan qo'ziqorin (qo'ziqorin bir yo'la qozonga solinishi ham mumkin) solinadi, so'ng suyuq taom suzilib, ustiga ukrop, petrushka, piyoz kabi ko'katlar solinadi. Ko'kat suyuq taomni xushxo'r qiladi, darmondori bilan boyitadi, tashqi chiroyini ochadi. Bir porsiya suyuq taomga 2—3 g ko'kat solinadi. Suyuq taomga smetana ko'shiladigan bo'lsa, alohida sardak idishida yoki suyuq oshning bir chetiga qo'shilgan holda beriladi. Iste'molchi talabiga ko'ra bir porsiya suyuq osh 500, 400, 300, 250 g hisobida tarqatilishi mumkin.

5-jadval

| Mahsulot nomi | Pishish vaqti (minut) | Mahsulot nomi | Pishish vaqti (minut) |
|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| Guruch | 30 | Yangi oqo'zakli karam | 20—30 |
| Arpa yormasi | 40—50 | Gulkaram | 20—25 |
| Ivitilgan loviya | 60—70 | Jazlangan sabzavotlar | 12—15 |
| Bo'lingan no'xat | 30—50 | Dimlangan lavlagi | 10—12 |
| Makaronlar | 30—40 | To'g'ralgan kartoshka | 12—15 |
| Ugra | 20—25 | Ko'k no'xat | 8—10 |
| Vermishel | 12—15 | Ko'k loviya | 8—10 |
| Dimlangan sho'r karam | 25—30 | Ismaloq | 5—7 |

Borshlar

Borsh deb tarkibida qizilcha bo'lgan suyuq taom turiga aytiladi. Borsh ukrain milliy taomi bo'lib, go'sht, suyak, qo'ziqorin ba'zida parranda qaynatmalaridan va go'shtsiz tayyorlanishi mumkin.

Tarkibidagi mahsuloti, tayyorlanish usuli, mazasiga qarab borshlar turlicha bo'ladi. Qizilchadan tashqari borshch tayyorlashda sabzi, petrushka, selderey, tomat yoki pomidor, piyoz, sirka, shakar, ko'pincha oq o'zakli karam ishlatiladi va turlariga qarab kartoshka, loviya, garmdori va boshqa mahsulotlar qo'shiladi. Qizilcha flotcha va sibircha borsh uchun tilim-tilim, qolganlariga somoncha shaklida kesib solinadi. Qizilchani dimlab, jazlab, pishirib va yopib borsh tayyorlashda foydalanish mumkin.

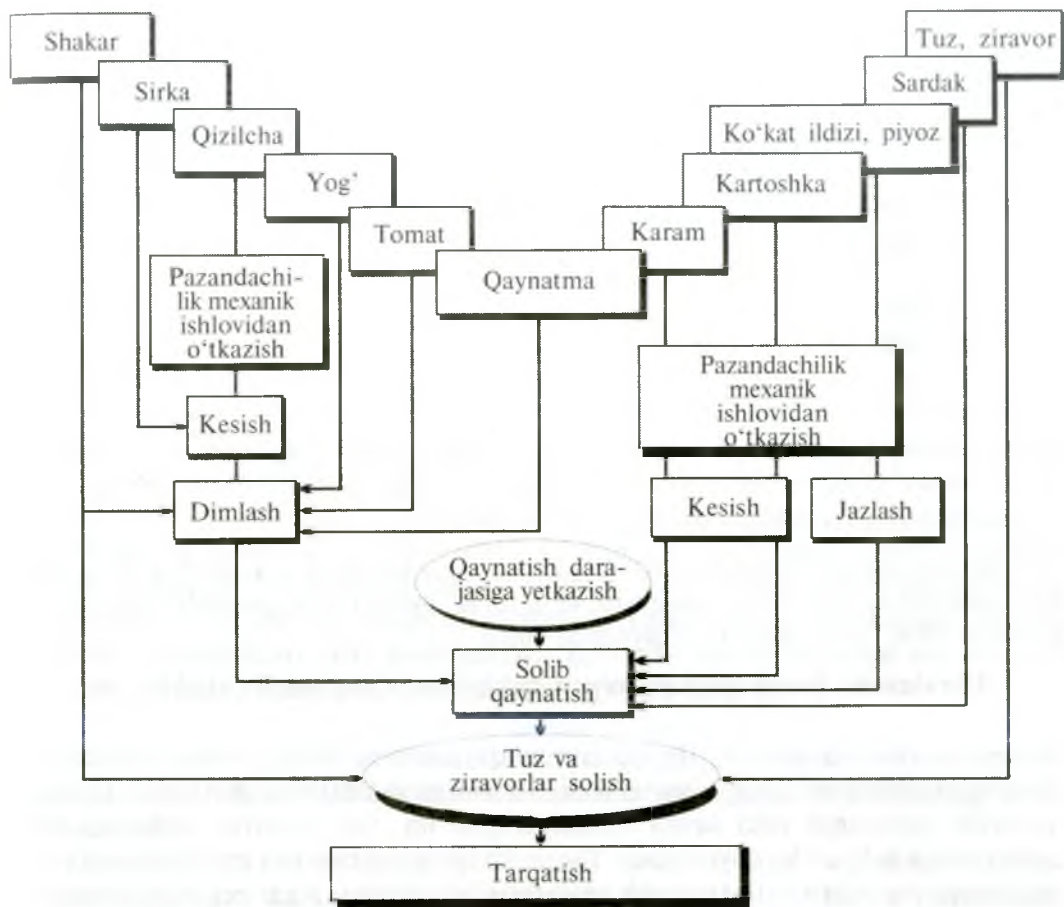
Dimlash uchun to'g'ralgan qizilcha qozonga miqdoriga nisbatan 15—20% suv yoki qaynatma bilan birga solinib, yog', tomat pyure, sirka, shakar qo'shib, vaqti-vaqti bilan aralashtirilgan, usti berk holda 1—1,5 soat davomida dimlanadi. Qizilchaga sirka qo'shilmay dimlansa, u tez yumshoq holga keladi, ammo o'z rangini tez yo'qotadi. Shu sababli qizilchani dimlash jarayonida masalliq tayyor bo'lishidan 10 minut avval sirka va tomat pyuresini ko'shish maqsadga muvofiqdir. Agar to'q qizil rangdagi qizilcha bo'lsa, sirka qo'shilmay dimlash mumkin. Ba'zida qizilcha jazlangan sabzavot, karam bilan ham dimlanadi.

Jazlash uchun to'g'ralgan qizilcha, sabzi, piyoz qizdirilgan yog'da yumshoq holga kelguncha vaqti-vaqti bilan aralastirib jazlanadi va sirka, tomat pyuresi, shakar qo'shib, 10—15 minut davomida issiq ishlov beriladi. Bu usulning ahamiyati shuki, vaqt tejaladi, bo'yovchi ranglar saqlanadi, mahsulotning xushxo'rliigi oshadi. Bu usulda jazlashda yog' miqdori ko'proq sarf bo'ladi.

Qizilchani qaynatish uchun tozalanib sirka qo'shilgan yoki tozalanmay yaxshilab yuvilgan holda sirkasiz suvda pishirish mumkin. Po'sti bilan pishirilgan qizilcha po'sti tozalanib, somoncha yoki tilim-tilim shaklda kesilib, jazlangan sabzavot tomat pyuresi bilan birga borshga solinadi.

Borsh tayyorlashda tarkibida qizilcha, sabzi, piyoz, petrushka, yog', un, shakar, sirka, zira bo'lgan «borsh ziravorlari»dan ham foydalanish mumkin. Ziravorlar 1 porsiyaga 75 gramm hisobida borshch tayyor bo'lishidan 10—12 minut avval solinadi.

Borsh tayyorlashda ishlatiladigan yangi karam somoncha shaklida, flotcha va sibircha borsh uchun esa to'rtburchak shaklida kesiladi. Sho'r karam esa avval dimlanadi. Kartoshka to'g'ri to'rt burchakli uzun shaklda, flotcha va sibircha borsh uchun esa katta kubik shaklida kesiladi. Sabzi, piyoz-somoncha shaklida, flotcha, sibircha borsh uchun esa tilim-tilim shaklida tug'ralib jazlanadi. Borshch tayyoriashda qaysi mahsulotni qozonga qachon va qanday ketma-ketlikda solinishi, tayyor holga



11-rasm. Borsh tayyorlash chizmasi.

keltirilishi 11-rasmda ko'rsatilgan. Borshlar to'q qizil rangga, nordon shirin mazaga ega bo'lishi kerak. Agar rangi yetarli darajada qizil rangga ega bo'lmagan bo'lsa, tarqatishdan avval qizilcha qaynatilgan suv (qizilcha sharbati) bilan aralashtirib rang beriladi.

Borshlarni tarqatishda vatrushka, pirojki, krupyanik, ponchiklarni qo'shimcha tarzda iste'molga tarqatish mumkin.

Borsh. Qaynab turgan qaynatmaga somoncha shaklida to'g'ralgan karam solinib 8—10 minut qaynatilgach, jazlangan sabzavotlar, so'ng dimlangan qizilcha solinib qaynatish davom ettiriladi. Tayyor bo'lishdan avval tuz, shakar, ziravor solinadi va iste'molga tayyor holga keltiriladi.

Agar borsh tayyorlash uchun tuzlangan karam ishlatilsa, uni dimlangan qizilcha bilan birga borsh tayyorlanayotganda solinadi. Borshga qovurilgan unni qaynatmada yoki suvda aralashtirib solish mumkin.

«**Moskva**»cha borsh. Go'sht qaynatmasida mol go'shti suyaklari qaynatilib suziladi va yuqoridagi usulda borsh tayyorlanadi. Pishirilgan mol go'shti, sosiska borshga solinadigan go'sht mahsulotlaridir. Taom iste'mol uchun tarqatilayotganda chuqur likobchaga tayyorlangan go'sht mahsulotidan bir bo'lakdan solinib, ustidan borsh quyilib, uning ustiga qaymoq, oshko'k solib, alohida kichik likobchada esa suzmali vatrushka beriladi.

Kartoshka va karamli borsh. Qaynab turgan qaynatmaga to'g'ralgan karam solinadi. Qaynab chiqqach, to'rtburchakli uzun kesilgan kartoshka, jazlangan sabzavot solinib 10—15 minut qaynatiladi. So'ng dimlangan yoki qaynatilgai qizilcha solinib, taom tayyor holga kelguncha qaynatiladi. Iste'molga tayyor bo'lishidan 5—10 minut avval ta'bga ko'ra tuz, ziravor, shakar solinadi. Qovurilib suv yoki qaynatmada aralashtirilgan un ham solish mumkin.

Qizilcha 200 g, yangi karam 200 g yoki tuzlangan karam 86 g, kartoshka 107 g, sabzi 50 g, petrushka (ildizi) 13 g, boshpiyoz 48 g, tomat pyuresi 30 g, pazandachilik yog'i 20 g, shakar 10%, 3% li sirka 16 g, qaynatma 800 g.

«**Ukrain**»cha borsh qaynab turgan qaynatmaga somoncha shaklida kesilgan karam solib qaynash darajasiga yetkaziladi, pallacha yoki to'rtburchakli uzun kesilgan kartoshka solinib, 10—15 minut qaynatiladi, so'ng jazlangan sabzavot, dimlangan qizilcha solinadi va qaynatiladi. Somoncha shaklida kesilgan shirin qalampir, qovurilib qaynatma yoki suvda aralashtirilgan un, tuz, ziravor, shakar qo'shib tayyor holga kelguncha qaynatiladi. Tarqatishdan avval borshga cho'chqa yog'ining sarimsoqpiyoz bilan ezilgani solib aralashtirilishi lozim. Agar borshch tuzlangan karamdan tayyorlanadigan bo'lsa, uni kartoshka pishishga yaqinlashgandan so'ng solish lozim.

Tarqatishda chuqur likobchaga go'sht solinib, borsh suziladi, ustidan qaymoq, oshko'k sepilib, pompushka esa alohida likobchada beriladi.

Flotcha borsh. Suyak qaynatmasida molning to'sh yoki boshqa bo'lak go'shti qaynatiladi. Karam to'rtburchak, qolgan sabzavotlar tilim-tilim, kartoshka esa kubik shaklida kesiladi. Bu borsh kartoshka va karamli borshga o'xshash tayyorlanadi.

Tarqatishda chuqur likobchaga 1—2 bo'lak pishirib kesilgan, dudlangan cho'chqa go'shti, ustidan flotcha borshch suzilib, qaymoq va oshko'k qo'shiladi, alohida holda pompushka yoki grechixa bo'tqasi berilishi mumkin.

«**Sibir**»cha borsh. Bu borshga solinadigan loviya alohida pishiriladi. Go'sht frikadelkasi yonlari tik tovaga yoki tunuka tovaga bir qator terilib idishning 1/3 hajmi miqdorida qaynoq qaynatma quyilib, usti berkitilgan holda pishiriladi.

Qaynab turgan qaynatmaga shashka shaklida kesilgan karam solinadi, qaynash darajasiga yetkazilib, kubik shaklda kesilgan kartoshka solingach, 10—15 minut qaynatiladi. So'ngra jazlangan sabzavot, dimlangan qizilcha solinib qaynatiladi, pishirilgan loviya, tuz ziravor, shakar solinib, iste'molga tayyor holga kelguncha pishiriladi. Tarqatishdan avval mayda chopilib, tuz bilan ezilgan sarimsoq piyoz aralashtiriladi.

Tarqatishda chuqur likobchaga frikadelka, sibircha borsh suzilib, ustiga qaymoq va ko'kat solib beriladi.

Shilar

Shi rus milliy taomi hisoblanadi. Shi oq o'zakli yangi yoki tuzlangan karam, savoy karami, shovul, ismaloq, ba'zan yosh qichitqi o'tdan tayyorlanadi. Suyuq qismi uchun baliq, suyak qaynatmasi, qo'ziqorin, sabzavot yoki yorma qaynatilgan suvlar ishlatiladi. Baliq qaynatmasida tuzlangan karam solib shi tayyorlanadi.

Yangi oq o'zakli karam yoki savoy karami somoncha yoki shashka shaklida kesiladi, tuzlangan karam avval dimlanadi. Ba'zi taxir mazaga ega bo'lgan karamlar ishlatishdan avval qaynoq suvga solib olinadi. Tarqatishda yangi karam shilariga pirojkilar, vatrushkalar yoki kulebyaklar, tuzlangan karam shilariga esa donador grechixa bo'tqasi, krupyanik, vatrushkalar qo'shib beriladi.

Yangi karam shisi. Karam somoncha yoki shashka. ko'kat ildizlari pallacha, somoncha yoki to'rt burchakli uzun (karam shakliga qarab), piyoz somoncha yoki pallacha shaklida kesiladi. Sholg'om va karam taxir mazaga ega bo'lsa, qaynoq suvga solib olinadi.

Qaynab turgan qaynatmaga yoki suvga karam solinib, qaynash darajasiga yetkazib jazlangan ko'kat ildizi va piyoz solingach, 15—20 minut qaynatiladi. Jazlangan tomat pyuresi yoki pallacha shaklidagi yangi pomidor qovurilib, suv yoki qaynatmada aralashtirilgan un, tuz, ziravor solib qaynatib tayyor holga keltiriladi. Tarqatishda chuqur likobchaga pishirilgan go'sht, yangi karam shisi suzilib, ustidan qaymoq va ko'kat solinadi. Alohida kichik likobchada suzmali vatrushka pirojki beriladi.

Oq o'zakli karam 400 g yoki savoy karami 410 g, sholg'om 40 g, sabzi 50 g, ko'kat ildizi 13 g, boshpiyoz 48 g, tomat pyuresi 20 g, pazandachilik yog'i 20 g, qaynatma yoki suv 750 g.

Kartoshkali yangi karam shisi. Qaynab turgan qaynatmaga shashka shaklida kesilgan karam solinib, qaynash darajasiga yetkaziladi. Kubik yoki pallacha shaklida kesilgan kartoshka solinib, qaynatiladi. So'ng jazlangan ko'kat ildizi, piyoz solinib, iste'molga tayyor holga kelguncha qaynatiladi. Taom tayyor bo'lishidan 5—10

minut oldin pallacha shaklida kesilgan yangi pomidor yoki jazlangan tomat pyuresi, tuz, ziravor solinadi. Agar ertagi karam ishlatiladigan bo'lsa, uni qozonga kartoshkadan so'ng solinadi. Tarqatishda chuqur likobchaga pishirilgan go'sht, yangi karam shisi suzilib, ustidan qaymoq va ko'kat solib beriladi.

Tuzlangan karamdan tayyorlangan shi. Tuzlangan karam dimlanadi. Buning uchun qozonga karam miqdorining 20—30% i hisobida qaynatma solinadi. Unga tomat pyuresi, yog' qo'shib qaynatiladi va 1,5—2 soat davomida dimlanadi.

Ko'kat ildizlari, piyoz somoncha yoki mayda kubik shaklida to'g'ralib, jazlanadi va karam dimlanishi oxiriga 10—15 minut qolganda solinadi.

Qaynab turgan qaynatmaga jazlangan ko'kat ildizi, piyoz qo'shib dimlangan tuzlangan karam aralashmasi solinib, 25—30 minut qaynatiladi, qovurilib qaynatmada aralastirilgan un, tuz, ziravor solinib, iste'molga tayyor holga keltiriladi. Agar tuzlangan karamdan tayyorlangan shi kartoshka bilan tayyorlanadigan bo'lsa, uni kubik yoki uzun to'rtburchak shaklida kesib, qaynatmaga dimlangan karamdan oldin solinadi. Shi qaynatmasining 1000 gramiga 6 gramm shakar qo'shib tayyorlash ham mumkin. Shilarning xushxo'rligini oshirish uchun tuz bilan ezilgan sarimsoq piyoz ham qo'shiladi.

Taomni tarqatishda chuqur likobchaga pishirib to'g'ralgan go'sht, shi sho'rvasi quyilib, ustidan qaymoq, ko'kat solinadi. Alohida kichik likobchada donador grechixa bo'tqasi, gumma yoki tvorogli vatrushka beriladi.

Uralcha shi. Tuzlangan karam chopilib dimlanadi. Yorma (guruch, arpa, suli, so'k) saralanib, yuviladi va pishishga tayyor holgacha qaynatib olinadi. Ko'kat ildizi, piyoz mayda kubik shaklida kesilib jazlanadi. Qaynab turgan qaynatmaga tayyorlangan yorma solinib, qaynash darajasiga yetkaziladi, dimlangan karamni solib 15—20 minut qaynatiladi va jazlangan sabzavotlar solinadi. Taom tayyor bo'lishdan avval tuz, ziravor solinadi. Tarqatishdan avval tuz bilan ezilgan sarimsoqpiyoz ham qo'shish mumkin. Taom xuddi tuzlangan karamdan tayyorlangan shini tarqatilgandek tarqatiladi.

Sutkali shi. Sutkali shi uchun mol go'shtining to'shi, dudlangan cho'chqa go'shti kallasi ishlatiladi. Tuzlangan karam mayda chopilib, qozonga solinadi, dudlangan cho'chqa go'shti suyagi, yog', tomat pyuresi, qozondagi masalliq miqdoriga nisbatan 15—20% qaynatma quyilib, 3—4 soat dimlanadi. Dimlash natijasida sho'r karam yumshoq holga kelib, shirin mazaga va to'qroq qizg'ish rangga ega bo'ladi. Dimlash oxiriga bir soat yetmasdan avval mayda kubik shaklida to'g'ralib jazlangan ko'kat ildizi va piyoz qo'shiladi. Karamni 2 soat dimlab, so'ng sovutib muzlash darajasiga yetkazib saqlash ham mumkin. Sutkali shi xuddi tuzlangan karamdan tayyorlangan shiga o'xshab tayyorlanadi. Iste'molga tayyor shiga tuz bilan ezilgan sarimsoqpiyoz qo'shiladi. Xo'randalarga tarqatishda chuqur likobchaga go'sht, sutkali shi suzilib, ustidan qaymoq, ko'kat (petrushka, ukrop

yoki ko'k piyoz) solinadi, alohida likobchaga donador grechixa bo'tqasi, krupyanik, suzmali vatrushka qo'shib beriladi. Sutkali shi sopol ko'zachada tarqatilsa, uning xushxo'rligi oshadi. Buning uchun sopol ko'zachaga go'sht, sutkali shi suzilib, tuz bilan ezilgan sarimsoqpiyoz qo'shiladi. Ko'zacha Og'zi yupqa oddiy xamir bilan berkitilib, ustidan tuxum surtilib, xamir sarg'ish rangga kirguncha duxovkada ushlanadi. Xamir sarg'ish rangga kirgach sopol ko'zachadagi shi stolga likobcha ustiga qo'yiladi. Alohida idishdagi qaymoq shini tarqatishda taomga qo'shib beriladi.

Ko'k shi. Bu shi suvda yoki qaynatmada tayyorlanadi. Kartoshka yirik kubik, petrushka ildizi, piyoz mayda kubik shaklida to'g'raladi. Ishlovdan o'tgan shovul o'z selida qaynatib, ismaloq qaynab turgan suvga botirib olinib, sovugach, ezuvchi mashinadan o'tkaziladi yoki maydalab chopiladi.

Qaynab turgan qaynatmaga kartoshka, so'ng jazlangan sabzavot, to'g'ralgan piyoz, petrushka, maydalangan shovul va ismaloq solinib qaynatiladi. Taom tayyor bo'lishdan 5—10 minut avval qovurilib, qaynatmada aralashtirilgan un, tuz, ziravor solinadi va qaynatiladi. Ko'k shini kartoshka solmay faqat ismaloqning o'zidan tayyorlash ham mumkin. Agar shi faqat ismaloqning o'zidan tayyorlansa, biroz limon sharbati yoki kislotasi qo'shib, xushxo'rligi oshiriladi.

Tarqatishda chuqur likobchaga pishirilib pallacha shaklida kesilgan tuxum, go'sht, ko'k shi suziladi, ustidan qaymoq va ko'kat solinadi.

Shovul 132 g, ismaloq 270 g, kartoshka 200 g, piyoz 48 g, un 20 g, oshxona margarini 24 g, tuxum 1/2 dona, qaynatma yoki suv 800 g.

Rassolniklar

Tuzlangan bodring, bodring tuzlangan sho'r suv, ko'kat ildizlari rassolnik tayyorlashda asosiy mahsulot hisoblanadi. Rassolniklarni vegetarian usulda, suyak, suyak va go'sht, baliq qaynatmalarida, qo'ziqorin qaynatilgan suvda, parranda chiqitlari bilan buyrak qaynatilgan qaynatmada tayyorlanishi mumkin. Tuzlangan bodring somoncha shaklida kesilib yonlari tik tova yoki kastyulkada 1/3 hajmida suv yoki qaynatma quyilib, 15 minut qaynatib olinadi. Kartoshka to'rt burchakli uzun yoki pallacha shaklida, ko'kat ildizlari, piyoz somoncha shaklida to'g'raladi. Rassolnikka o'tkir sezilarli-darajada maza berish uchun tuzlangan bodring suvi suzilib, qaynatilib, mazasiga ko'ra qo'shiladi.

Rassolnik. Qaynab turgan qaynatmaga kartoshka to'g'ralgan holda solinib, qaynatiladi, jazlangan petrushka, selderey ildizi, piyoz solinib, 5—10 minut, so'ng tuzlangan bodring solinib yana qaynatiladi. Taom tayyor bo'lishidan avval tayyorlangan shovul, ismaloq barglari solinadi. Tuz, ziravor, bodring tuzlangan sho'r suv qo'shib qaynatiladi va tayyor holga keltiriladi. Agar rassolnik tayyorlashda

shovul va ismaloq qo'shilmasa unda tuzlangan bodring, sabzavotlar ko'proq solinishi lozim. Tarqatishda chuqur likobchaga bir bo'lak go'sht, tovuq yoki baliq solinib rassolnik suziladi, ustidan qaymoq, ko'kat solinadi. Alohida likobchada vatrushka, baliqli rassolnik uchun rastegay berilishi mumkin.

Kartoshka 320 g, petrushka (ildizi)80 g, selderey (ildizi) 15 g, boshpiyoz 48 g, tuzlangan bodring 67 g, shovul 57 g yoki ismaloq 54 g, oshxona margarini 20 g, qaynatma yoki suv 750 g.

Leningradcha rassolnik. Qaynab turgan qaynatmaga tayyorlangan yorma (guruch, arpa, suli) solinib, qaynash tuzlangan bodring, jazlangan piyoz, tomat pyuresi, olivka yoki zaytun mevasidan iborat bo'ladi. Ular konsentrlangan go'sht yoki baliq qaynatmasida, shuningdek, yangi yoki quritilgan qo'ziqorin bilan tayyorlanadi.

Tuzlangan bodring tilim-tilim yoki romb shaklida kesilib, o'z suvida biroz qaynatiladi. Boshpiyoz mayda to'g'ralib, jazlanadi. Tomat pyuresi alohida yoki jazlanayotgan piyozga oxirida qo'shib biroz jazlanadi. Zaytun mevasi danagidan tozalanadi va yuviladi. Limon po'sti tozalanib doira shaklida kesiladi. Go'sht mahsuloti (go'sht, cho'chqa go'shtining dudlangan son qismi, buyrak, yurak, parranda va boshqalar) pishirilib, tilim-tilim shaklida kesiladi. Baliq suyaksiz terili filega ajratilib porsiyasiga 3—4 bo'lakdan kesiladi. Ko'pincha solyankalar talabga qarab porsiyalangan holda tayyorlanadi, ba'zida uni ko'proq miqdorda ham tayyorlash mumkin. Go'sht va qo'ziqorin solib tayyorlangan solyankalarga qaymoq qo'shiladi, baliq solib tayyorlanganlariga esa qaymoq qo'shilmaydi.

Aralashma go'shtli solyanka. Go'sht va suyak solib qaynatilayotgan qaynatmaga jazlangan piyoz, tuzlangan bodring, jazlangan tomat pyuresi, bodring, tuzlangan sho'r suv, tuz, ziravor solinib 5—10 minut qaynatiladi, 3—4 xil go'sht mahsuloti (mol go'shti, cho'chqa go'shtining dudlangan son qismi, buyrak, sosiska) tilim-tilim shaklida to'g'ralib, qaynatmada pishiriladi. Tarqatishda chuqur likobchaga aralashma go'sht mahsuloti, zaytun mevasidan solib, solyanka suziladi, ustidan limon parragi qo'yilib, ustiga qaymoq, ko'kat solinadi.

Agar solyanka buyurtma asosida tayyorlansa, qozonga to'g'ralgan aralash go'sht mahsuloti, jazlangan piyoz, tuzlangan bodring, tomat pyuresi, kovul solinib, ustidan qaynatma quyiladi va donador murch, lavr yaprog'i, tuz solinib 5—10 minut qaynatiladi. Taom tayyor bo'lish oldidan qaymoq solinadi. Taomni tarqatishda likobchaga zaytun mevasi, limon parragi solib beriladi.

Mol go'shti 110 g, cho'chqa go'shtining dudlangan son qismi 53 g, sosiska yoki sardelka 41 g, mol buyragi 73 g, bosh piyoz 107 g, tuzlangan bodring 100 g, kovul 40 g, zaytun mevasi 40 g, tomat pyuresi 40 g, sariyog' 20 g, qaynatma 800 g, limon 13 g, qaymoq 50 g.

Uy solyankasi. Suyakli go'sht qaynatmasi tayyorlanadi. Kartoshka tilim-tilim yoki kubik shaklida to'g'ralib, qaynab turgan qaynatmaga solib pishiriladi. So'ng jazlangan piyoz, tuzlangan bodring, tomat pyuresi, tuz, ziravor solinib tayyor holga kelguncha qaynatiladi.

Tarqatishda chuqur likobchiga go'slit aralashmasi, xonaki solyanka sho'rvasi suzilib, ustidan qaymoq va maydalangan ko'kat solinadi.

Baliq solyankasi. Osyotr oilasiga mansub baliqlar terili yoki terisiz holda porsiyalarga taqsimlanadi, quyuqlashgan qon va oqsillarni tozalash uchun qaynoq suvga solib part qilinadi, yuvib tozalanadi. Qolgan turdagi baliqlarni terisi bilan suyaksiz file qilib kesiladi. Baliq boshi va chiqitlaridan baliq qaynatmasi tayyorlanadi. Porsiyaga mo'ljallangan qozonga 3—4 bo'lak baliq xomligicha, ustidan jazlangan piyoz, tomat pyuresi, tuzlangan bodring, baliq qaynatmasi solinib, taom tayyor bo'lgunga qadar qaynatiladi. Tarqatishda likobchiga zaytun mevasi, limon parragi solinib, baliq solyankasidan suziladi. Zaytun mevasi, limon parragi, ko'kat alohida likobchada berilishi ham mumkin.

Agar baliq solyankasi ko'p miqdorda tayyorlansa, baliq oldindan alohida pishirib olinadi. Qaynab turgan qaynatmaga jazlangan piyoz, tomat pyuresi, tuzlangan bodring, kovul, ziravor, tuz solinib, 7—10 minut qaynatiladi. Tarqatishda chuqur likobchiga pishirilgan baliq, zaytun mevasi solinib, baliq solyankasi suziladi, ustidan limon parragi, ko'kat solinadi.

Kartoshka, sabzavot, yormali, dukkakli va makaron mahsulotlari solib tayyorlangan suyuq taomlar

Kartoshka va sabzavotlardan yormali, dukkakli, makaron mahsulotlari solib turli suyuq taomlar tayyorlash mumkin. Bu suyuq taomlar suyak, suyakli go'sht qaynatmalarida, qo'ziqorin yoki sabzavot qaynatilgan suvda tayyorlanadi. Agar taom sabzavot qaynatilgan suvda tayyorlanayotgan bo'lsa, uni tarqatishda chuqur likobchiga solinib, taom tayyor bo'lish oldidan qaynoq sut qo'shish mumkin. Kartoshka va sabzavotlar to'rt burchakli uzun, pallacha, tilim-tilim, somoncha, kubik shaklida kesiladi. To'g'ralgan sabzavot mahsuloti turiga qarab bir xil shaklda va suyuq osh turiga mos bo'lishi muhim.

Dehqoncha suyuq osh. Bu taom suyak yoki suyakli go'sht qaynatmasida tayyorlanadi. Sabzi, petrushka ildizi va piyoz parrak qilib to'g'raladi, oq o'zakli karam — shashka, kartoshka kubik shaklida keshladi. Ko'kat ildizi va piyoz jazlanadi. Qaynab turgan qaynatmaga karam solinib, qaynash darajasiga ko'tariladi, kartoshka, jazlangan sabzavotlar solinib 10—15 minut qaynatilib, pallacha shaklida kesilgan yangi pomidor yoki jazlangan tomat pyuresi, tuz, ziravor solinadi va taom tayyor

holga kelguncha qaynatiladi. Dehqoncha suyuq taomni yorma (arpa, suli, so‘k) bilan tayyorlash ham mumkin. Bunda unga solinadigan kartoshka miqdori kamaytiriladi, yorma mahsulotlar qaynatmaga birinchi navbatda solinib, yarim tayyor holgacha pishirilgandan so‘ng qolgan mahsulotlar solinadi. Tarqatishda dehqoncha suyuq taom chuqur likobchaga suziladi, qaymoq va ko‘kat solinib, iste‘molga tortiladi.

Sabzavotlardan tayyorlanadigan suyuq taom. Karam-shashka, kartoshka — kubik yoki pallacha, sabzi va petrushka ildizi — pallacha yoki to‘rt burchakli uzun, piyoz va pomidor — pallacha shaklida to‘g‘raladi. Ko‘kat ildizi va piyoz jazlanadi. Qaynab turgan qaynatmaga karam solib qaynash darajasiga yetkazib, kartoshka, jazlangan sabzavot solinadi va 10—15 minut qaynatiladi. Pomidor hom holda yuzaki jazlanib, konservalangan ko‘k no‘xat yoki loviya, me‘yordagi tuz va ziravor solinib, taom tayyor holga kelguncha qaynatiladi. Suyuq taomga pishirilgan oq qo‘ziqorin ham qo‘shish mumkin.

Bu suyuq taom tarkibiga kiradigan sabzavotlar turli xil bo‘lib, yil fasliga qarab ishlatiladi. Bahorda salat, shovul, ismaloq, karam ko‘chatlari, sarsabil; yozda gulkaram, qovoqcha, sholg‘om, ko‘k no‘xat yoki loviya; kuzda qovoq, bryussel karami; qishda yangi muzlatilgan yoki konservalangan sabzavotlar ishlatiladi. Qovoqcha, qovoq-kubik, po‘choqli ko‘k no‘xat va loviya-romb, gulkaram gulchalari ajratilgan holda ishlatiladi.

Tarqatishda taom likobchaga suzilib, ko‘kat solinadi.

Oq o‘zakli karam 100 g, kartoshka 267 g, sabzi 30 g, petrushka (ildizi) 27 g, bosh piyoz 24 g, konservalangan ko‘k no‘xat 46 g, pomidor 91 g, yog‘ 20 g, qaynatma 760 g.

Kartoshkali sho‘rva. Kartoshka kubik, pallacha yoki to‘rtburchakli uzun, sabzi, petrushka ildizi kubik yoki to‘rt burchakli uzun bosh piyoz-pallacha shaklida kesiladi. Ko‘kat ildizi va piyoz jazlanadi. Qaynab turgan qaynatma yoki suvga kartoshka, jazlangan sabzavotlar va piyoz solinib, sho‘rva tayyor bo‘lgunga qadar qaynatiladi. Pishib yetilishidan 5—10 minut avval tuz, ziravor solinadi. Yangi pomidor yoki jazlangan tomat pyuresi qo‘shilishi ham mumkin.

Tarqatishda chuqur likobchaga go‘sht yoki baliq bo‘lagi, sho‘rva suzilib, yuziga ko‘kat solinadi. Agar sho‘rva qo‘ziqorin qaynatmasida tayyorlansa, pishirilgan qo‘ziqorin tilim-tilim yoki somon shaklida kesilib, yuzaki jazlanadi va sho‘rvaga jazlangan sabzavotlar bilan birga solinadi.

Kartoshka va yormali sho‘rva. Kartoshka katta kubik, sabzi, petrushka, boshpiyoz — mayda kubik shaklida to‘g‘raladi. Ko‘kat ildizi va piyoz jazlanadi. Yorma (mannadan tashqari) saralanib, yuvilib, issiq suvda ivitiladi, arpa yormasi yarim tayyor holgacha qaynatib olinadi, manna yormasi elanadi.

Qaynab turgan qaynatmaga tayyorlangan yorma solinib, 10 minut qaynatiladi, so'ng kartoshka, jazlangan sabzavot solib yana qaynatiladi. Sho'rva tayyor bo'lishidan 5—10 minut avval tuz, ziravor solinadi. Manna yormasini esa sho'rva tayyor bo'lishidan 10 minut avval oz-ozdan naycha usulida solib pishiriladi. Sho'rva likobchaga suzilib, ustiga ko'kat solinadi.

Kartoshka 427 g, yorma (arpa, suli, guruch yoki so'k) 40 g yoki manna 30 g, sabzi 50 g, petrushka (ildizi) 13 g, bosh piyoz 48 g, yog' 10 g, qaynatma 750 g.

«**Dala sho'rvasi**». Cho'chqa yog'i kubik shaklida kesilib qovuriladi, undan chiqqan yog'da mayda kubik shaklida to'g'ralgan piyoz jazlanadi. Kartoshka ham kubik shaklida to'g'raladi. Qaynab turgan qaynatma yoki suvga cho'chqa yog'i va erigan yog'da jazlangan piyoz, ishlovdan o'tgan so'k yormasi solinib, 10—15 minut qaynatiladi. So'ng kartoshka solinadi, tuz, ziravor qo'shib taom tayyor holga kelguncha past olovda qaynatiladi.

Tarqatishda chiuqur likobchaga sho'rva suzilib, ustidan ko'kat solib beriladi.

Dukkakli mahsulotlar solingan kartoshkali sho'rva. No'xat, loviya, yasmiq saralanib, yuviladi, o'z vazniga nisbatan 2—3 barobar ko'p sovuq suvda 2—3 soat ivitiladi. So'ngra ivitilgan suvida tuz qo'shilmay, past olovda, usti berkitilgan holda yumshaguncha qaynatiladi. Kartoshka yirik kubik shaklida to'g'raladi. Qaynab turgan qaynatmaga pishirilgan dukkakli mahsulot solinib, qaynatiladi. Sho'rva qaynab chiqqach, kartoshka, jazlangan sabzavotlar solinadi. Taom tayyor bo'lishdan avval tuz, ziravor qo'shib maromiga yetkazib pishiriladi. Tarqatishda chuqur likobchaga go'sht bo'lagi solinib sho'rva suziladi, ustidan ko'kat solib beriladi.

Kartoshkali makaron mahsulotlari solingan sho'rva. Makaron saralanib, uzunligi 3—4 sm qilib bo'linadi. Ugrali, vermishel, makaronli sho'rva uchun kartoshka to'rt burchakli uzun yoki pallacha shaklida to'g'raladi. Sho'rvaga har xil shakldagi makaron solinadi. Sabzi, petrushka ildizi makaronli sho'rva uchun to'rt burchakli uzun ugrali yoki vermishelli sho'rva uchun somoncha, har xil shakldagi makaron mahsuloti uchun parrak-parrak piyoz halqa shaklida to'g'raladi. Sho'rva tovuk, kalla-pocha mahsuloti, parranda, mol go'shti, go'sht konservasi, qo'ziqorin mahsulotlari bilan tayyorlanadi.

Qaynab turgan qaynatmaga makaron yoki ugra solinib, 10—15 minut qaynatiladi, so'ng kartoshka, jazlangan sabzavot, tuz, ziravor, jazlangan tomat pyuresi solinib, taom tayyor bo'lgunga qadar pishiriladi. Sho'rvani tomat pyuresi qo'shmay tayyorlasa ham bo'ladi. Agar sho'rva vermishel, har xil shakldagi mayda makaron mahsulotlari solib tayyorlanadigan bo'lsa, ular taom tayyor bo'lishidan 10—15 minut avval, ya'ni jazlangan sabzavotlardan so'ng qozonga solinib, tayyor holga keltiriladi. Tarqatishda chuqur likobchaga go'sht, tovuq bo'lagi yoki kalla-pocha solinib, ustidan sho'rva suzilib, ko'kat solib beriladi.

Yorma, dukkakli va makaron mahsulotlaridan tayyorlanadigan sho'rvalar.

Bu guruhdagi sho'rvalar uchun so'k, arpa, guruch, manna, suli kabi yormalar, no'xat, loviya, yasmiq kabi dukkaklilar, rojki, ugra, vermishel, har xil shakldagi mayda makaron mahsulotlari ishlatiladi. Bu sho'rvalar suyak, suyakli go'sht, parranda go'shti qaynatmasida, qo'ziqorin pishirilgan suvlarda tayyorlanadi.

Yormali sho'rva. Qaynab turgan qaynatmaga tayyorlangan yorma solingach, mayda kubik shaklida to'g'ralgan jazlangan sabzavot solinadi. Qaynatib, taom tayyor bo'lishi oldidan tuz, ziravor qo'shiladi. Jazlangan tomat pyuresi yoki pallacha qilib to'g'ralgan yangi pomidor ham solish mumkin.

Tarqatishda chuqur likobchaga go'sht yoki parranda go'shti bo'lagidan solinib, sho'rva suziladi, ustidan ko'kat solinadi.

Xarcho. Bu suyuq taom gruzin milliy taomi hisoblanadi. U bir necha xil usulda tayyorlanishi mumkin. Quyidagisi eng ko'p yoyilgani. Mol yoki qo'y go'shtining to'sh qismi (suyagi bilan) 25—30 g hisobida kubik chopiladi. Qozonga solinib, ustidan sovuq suv quyiladi, tez qaynashi uchun olov ko'tariladi. Suv yuziga chiqqan ko'piklari olib turiladi. Qaynab chiqqach, go'shti yumshab pishguncha past olovda qaynatib, suyuqligi suzib olinadi. Tomat jazlanadi, bosh piyoz mayda to'g'ralib tayyorlangandan so'ng jazlanadi. Qalampir (shirin) maydalab to'g'raladi. Elakda suzilgan qaynatmaga go'sht bo'laklari solinadi, sho'rva qaynagach, saralab yuvilgan guruch solinib, jazlangan piyoz qo'shib qaynatib, taom tayyor bo'lishdan avval jazlangan tomat pyuresi, tkemal sardagi, sunel xmeli, ko'kat, chopib ezilgan sarimsoqpiyoz qo'shiladi.

Tarqatishda likobchaga xarcho suzilib, ustidan petrushka yoki kashnich ko'kati qo'shib beriladi. Agar xarcho ko'p miqdorda tayyorlansa, go'sht qozonda taom tayyor bo'lgunga qadar pishirilib, tarqatishda likobchaga solib beriladi.

Dukkakli mahsulot solingan sho'rva. Go'sht mahsuloti va dudlangan to'sh go'shti suyagidan qaynatma tayyorlanadi. Dukkakli mahsulotlar saralanib, yuvib, sovuq suvda ivitilgandan so'ng shu suvda past olovda tuz solinmay, yumshaguncha pishiriladi. Ko'kat ildizi, piyoz mayda kubik shaklida to'g'ralib, jazlanadi. Qaynab turgan qaynatmaga tayyorlangan dukkakli mahsulot solinib qaynatiladi, taom tayyor bo'lishidan oldin jazlangan sabzavot, piyoz, tuz va ziravor solinadi. Tarqatishda likobchaga sho'rva suzib, ustidan ko'kat solinadi. Qotirilgan burda non alohida beriladi. Uni tayyorlash uchun suvi qochgan oq bo'lka non qobig'i tozalanib, mayda kubik shaklida to'g'raladi, duxovkaga qo'yib quritiladi. Dukkakli mahsulot solingan sho'rvaga tomat pyuresi qo'shib tayyorlash ham mumkin.

Loviya, tozalangan no'xat yoki yasmiq 141 g, sabzi 50 g, petrushka (ildizi) 13 g, yog' 20 g yoki dudlangan cho'chqa to'shi 80 g, qaynatma 800 g.

Makaron mahsulotli sho'rva. Ko'kat ildizlari makaron mahsuloti shakliga monand: somoncha, to'rt burchakli uzun yoki tilim-tilim shakllarda to'g'raladi.

Qaynab turgan qaynatmaga makaron solinib 10—15 minut qaynatiladi, to‘rt burchakli uzun qilib to‘g‘ralib jazlangan sabzavot, tomat pyuresi, tuz, ziravor solinib taom tayyor bo‘lgungacha pishiriladi. Bu sho‘rvani tomat qo‘shmay tayyorlash ham mumkin.

Agar sho‘rvaga vermishel yoki har xil shakldagi mayda makaron mahsulotlari solinadigan bo‘lsa, qaynab turgan qaynatmaga avval jazlangan sabzavotlar solinib, 5—8 minut qaynatib so‘ng vermishel yoki har xil shakldagi makaron mahsuloti solinib, maromiga yetkazib pishiriladi. Taom tayyor bo‘lishdan avval tuz va ziravorlar soli-nadi.

Tarqatishda chuqur likobchaga go‘sh t yoki parranda go‘sh tidan bir bo‘lak solib sho‘rva suziladi, ustidan ko‘kat solib beriladi.

Agar sho‘rva qo‘ziqorin qaynatilgan suvda tayyorlansa, pishirilgan qo‘ziqorin to‘g‘rab qovuriladi, jazlangan sabzavotlar bilan birga qozonga solinadi.

Uy ugra oshi parranda yoki parranda chiqiti qaynatmasida yoki qo‘ziqorin qaynatilgan suvda tayyorlanadi. Ko‘kat ildizlari, piyoz somoncha shaklida to‘g‘ralib, jazlanadi.

Ugra tayyorlash uchun elangan un o‘rtasi chuqurlashtiriladi. Alohida idishchaga tuxum chaqib solinadi, iliq tuzli suvdan qo‘shib aralash tiriladi va elakda suzib olinadi. Hosil bo‘lgan aralashmani o‘rtasi chuqurlashtirilgan un uyumiga quyib asta-sekin aralash tirib xamir qoriladi. Xamir ustiga biroz un sepilib, 20—25 minut tindiriladi. Tayyor xamir 1—1,5 millimetr qalinlikda yupqa yoyilib, biroz quritilib, kengligi 4—5 santimetrli lenta shaklida kesilib, ustma-ust qo‘yilib, somoncha shaklida to‘g‘raladi. Ishlatishdan avval ugra elanadi. Taomning rangi tiniq bo‘lishi uchun ugrani tuzli qaynab turgan suvga solib, 1—2 minut qaynatilgach, elakda suzib olinib, suvi silqitiladi.

Qaynab turgan qaynatmaga jazlangan ko‘kat ildizi, piyoz solinib qaynatiladi, so‘ng tayyorlangan ugra solinib pishiriladi. Taom tayyor bo‘lishdan avval tuz, ziravor solinadi. Agar ugra oshi tovuq qaynatmasida tayyorlansa ziravor solinmaydi.

Tarqatishda chuqur likobchaga parranda go‘sh tidan bir bo‘lak solib, ugra oshi suziladi, ustidan ko‘kat solib beriladi.

Bug‘doy uni 72 g, tuxum 1—2 dona, suv 14 g, tuz 2 g, yoyish uchun bug‘doy uni 4,8 g, sabzi 50 g, petrushka (ildizi) 13 g, bosh piyoz 24 g, yog‘ 20 g, qaynatma 900 g.

6.3. SUTLI SUYUQ TAOMLAR

Sutli suyuq taomlar sutda, sut bilan suv aralashmasida, shakarsiz quyuglashtirilgan yoki quritilgan sutda yorma, makaron mahsuloti va sabzavotlar

bilan tayyorlanadi. Makaron, yorma mahsulotlari, sabzavotlarning sutda pishishi qiyin. Shuning uchun ular avval yarim tayyor holgacha suvda pishirilib, so'ng qaynab turgan sutga solinib, iste'molga tayyor holga keltiriladi.

Sutli suyuq taomlar oz-ozdan tayyorlanadi. Chunki sutli taom uzoqroq muddat saqlansa, uning rangi, mazasi, hidi, xushxo'rliqi buziladi. Sariyog' yoki margarin qozonga yoki likobchaga taomni tarqatishdan avval solinadi.

Yormali sutli suyuq osh. Saralanib, yuvilgan yorma (guruch, arpa, so'k) qaynab turgan tuzli suvga solinadi. Mahsulot yarim tayyor holgacha pishgandan so'ng, qaynab turgan qozonga sut solinib, taom tayyor holga kelguncha qaynatiladi va oxirida shakar qo'shiladi. Agar sof sutda pishirish lozim bo'lsa, mahsulot suvda 5—7 minut qaynatilgandan keyin elakda suyuqligi suzilishi kerak, so'ng qaynab turgan sutga solinib iste'molga tayyor holga kelguncha qaynatilishi lozim.

Manna yoki suli yormasidan sutli suyuq osh tayyorlash uchun elakdan o'tkazilgan mahsulotni qaynab turgan sut yoki sut bilan suv aralashmasiga naycha usulida oz—ozdan solib to'xtovsiz aralastirib turiladi. Taom tayyor bo'lishidan avval ta'miga qarab tuz, shakar solinadi.

Tarqatishda likobchaga suzilib, ustidan sariyog' yoki margarin qo'shib beriladi.

Sut 700 g, suv 350 g, guruch 70 g yoki manna 60 g, suli, arpa 80 g, sariyog' 10 g, shakar 10 g.

Makaron mahsulotli sutli suyuq osh. Ishlovdan o'tgan makaron mahsuloti yarim tayyor holgacha tuzli suvda pishiriladi, suyuqligi to'kilib, qaynab turgan suv qo'shilgan sutga solinadi va iste'molga tayyor bo'lgunga qadar qaynatib pishiriladi. Taom tayyor bo'lishidan oldin unga shakar qo'shiladi. Agar taom sof sutda tayyorlanadigan bo'lsa, qaynab turgan tuzli suvda makaron 15—20 minut, ugra 10—12 minut, vermishel 5—7 minut qaynatilgach elakka solib suvi silqitiladi, so'ng qaynab turgan sutga solib me'yorida tuz va shakar qo'shib tayyor bo'lgunga qadar qaynatiladi. Mayda, har xil shakldagi («yulduzcha», har xil harf, «quloqcha», «baliqcha») makaron mahsulotlari qaynab turgan sut yoki suv va sut aralashmasiga solib qaynatiladi. Taom tayyor bo'lishidan avval tuz, shakar solinadi.

Tarqatishda chuqur likobchaga suyuq taom suzilib, ustiga sariyog' solib beriladi.

Sabzavot solingan sutli suyuq taom. Sabzi pallacha to'rt burchakli uzun yoki kubik shaklida to'g'ralib, sariyog' yoki margarinda yuzaki jazlanadi. Gulkaramning gulchalari ajratiladi, oq o'zakli karam shashka, kartoshka pallacha yoki kubik shaklida to'g'raladi. Ko'k loviya qo'zog'i bilan kvadrat yoki romb shaklida kesilib, tuzsiz suvda alohida pishirib olinadi. Qaynab turgan tuzli suvga jazlangan sabzi solinib, qaynatiladi, so'ng kartoshka, gulkaram yoki oq o'zakli karam solinib, yarim tayyor holga kelguncha pishiriladi. So'ng unga qaynab turgan sut solinib, maromiga

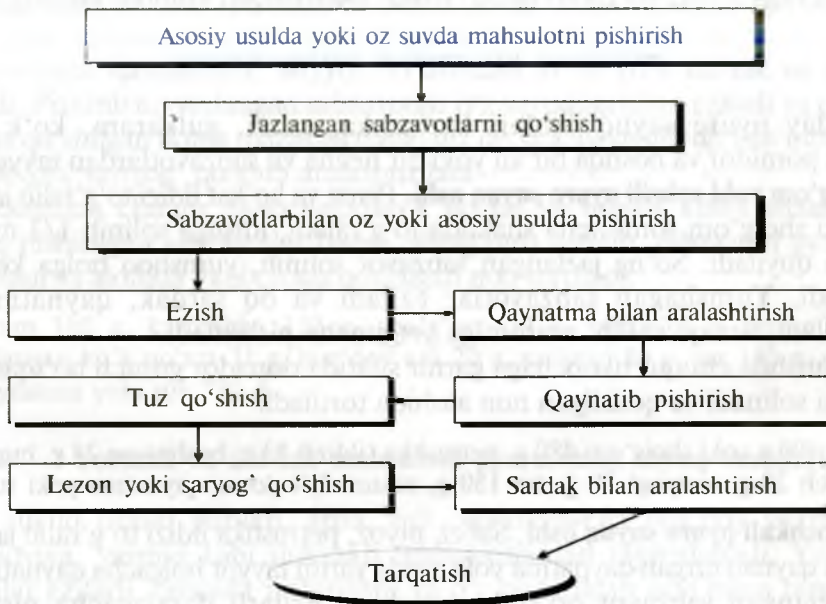
yetkazib pishiriladi. Taom tayyor bo'lishidan avval alohida pishirilib tayyorlangan loviya, tuz solinadi.

Sabzavot solingan sutli osh yil fasliga qarab har xil sabzavotlardan: ko'k no'xat, sholg'om, qovoq, ismaloq bargi, salat bargi va boshqalar qo'shib tayyorlanishi mumkin. Ba'zida bu suyuq oshlar qovurilib suv yoki sutda aralashtirilgan un qo'shib tayyorlanishi ham mumkin.

Tarqatishda chuqur likobchaga suyuq osh suzilib, ustiga bir bo'lak sariyog' qo'yib beriladi.

6.4. PYURESIMON SUYUQ TAOMLAR

Pyure suyuq oshlari yuqori ozuqali bo'lib, tez hazm bo'lish xislatiga ega bo'lgani uchun ko'pincha bolalar va parhez taomlarida qo'llanadi. Bu suyuq oshlar sabzavotlardan, yormalardan, dukkaklilardan, parranda va ilvasinlardan, jigar, baliqlardan tayyorlanadi. Boshqa suyuq oshlardan farqi, bu taom ezilgan holda, bir xil quyulikda, xushxo'r bo'ladi. Suyuq oshning asosini ezilgan mahsulot va oq sardak tashkil etadi. Bunday suyuq osh tayyorlash chizmasi 12-rasmda ko'rsatilgan.



12-rasm. Pyure suyuq oshini tayyorlash chizmasi.

Pyure suyuq oshini tayyorlash uchun ishlatiladigan mahsulotlar turli issiq ishlovlardan o'tkaziladi. Pishiriladi, dimlab yumshoq holga keltiriladi, so'ng ezuvchi mashina yoki elak yordamida ezib tayyorlanadi. Yomon eziladigan mahsulotlar, avval go'sht qiymalagichda maydalanib, so'ng ezuvchi mashina yordamida ezilishi kerak. Ezilgan mahsulotlarni suyuqlik, oq sardak bilan aralashtirishdan maqsad, mayda mahsulotlarning cho'kma hosil qilmay, bir xil quyuqlikdagi holatini saqlab qolishdan iborat.

Pyure suyuq oshlari vegetarian usulda, suyak parranda go'shti qaynatmasida, sabzavot yoki yorma qaynatilgan suvda, sutda tayyorlanadi. Oq sardak tayyorlash uchun un yog'siz yoki yog' bilan rangi o'zgartirmay jazlanadi, sovutilib, qaynatma yoki mahsulot qaynatilgan suvda aralashtiriladi. Ba'zida pyure suyuq oshlar un qo'shilmay tayyorlanishi mumkin. Bunda un o'rniga guruch yoki pishirib ezilgan arpa yormasi qo'shiladi. Pyure suyuq oshlarini mazali, xushxo'r qilib tayyorlash uchun ularga sariyog', qaynoq sut lezon qo'shiladi. Sariyog', sut lezon qo'shilgan suyuq oshni 70°C dan yuqori darajada isitish mumkin emas, chunki taomdagi oqsil moddasi 70°C dan yuqori darajada qumoq-qumoq bo'lib ajralib qolishi mumkin.

Taomni tarqatishda likobchaga pishirilgan mahsulotdan porsiyasiga 15—20 gramm hisobida solinadi. Alohida idishda mayda kubik shaklida kesilib, quritilgan oq bo'lka non, jo'xori yoki bug'doy, bodroqlori, gumma tortiladi.

Sabzavotli pyuresimon suyuq taomlar

Bunday pyure suyuq oshlari kartoshka, sabzi, gulkaram, ko'k no'xat, qovoqcha pomidor va boshqa bir xil yoki bir necha xil sabzavotlardan tayyorlanadi.

Sholg'om yoki sabzili pyure suyuq oshi. Piyoz va ko'kat ildizi to'g'ralib jazlanadi. Sabzi yoki sholg'om somoncha shaklida to'g'raladi, idishga solinib 1/3 miqdorda qaynatma quyiladi. So'ng jazlangan sabzavot solinib, yumshoq holga kelguncha qaynatiladi. Yumshagan sabzavotlar eziladi va oq sardak, qaynatma bilan aralashtiriladi, tuz qo'shib, maromiga yetguncha pishiriladi.

Tarqatishda chuqur likobchaga garnir sifatida donador guruch bo'tqasi, pyure suyuq oshi solinadi va qotirilgan non alohida tortiladi.

Sabzi 400 g yoki sholg'om 480 g, petrushka (ildizi) 13 g, boshpiyoz 24 g, bug'doy uni 20 g, guruch 20 g, sariyog' 20 g, sut 150 g, tuxum 1/4 dona, qaynatma yoki suv 700 g.

Kartoshkali pyure suyuq oshi. Sabzi, piyoz, petrushka ildizi to'g'ralib jazlanadi. Kartoshka qaynab turgan qaynatma yoki suvda yarim tayyor holgacha qaynatilgandan so'ng, jazlangan sabzavot qo'shib yumshoq, ezilarli darajagacha pishiriladi. Sabzavotlar suzib olinib eziladi va oq sardak, qaynatmada tuz qo'shib aralashtirgan

holda qaynatilib tayyor holga keltiriladi, taomga lezon yoki qaynoq sut bilan sariyog‘ qo‘shib aralashtiriladi.

Tarqatishda chuqur likobchaga garnir jazlangan piyoz, kartoshkali pyure suyuq oshi suziladi, alohida likobchada qotgan non tortiladi.

Ko‘k no‘xatli pyure suyuq oshi. Sabzi, piyoz to‘g‘ralib jazlanadi. Ko‘k no‘xat konservalangan suvida bir qaynagandan so‘ng, oz miqdordagisi garnir uchun suzib olinadi. Qolgan ko‘k no‘xat ustidan jazlangan sabzavot qo‘shilib, qaynatiladi, so‘ng pishirilgan suyuqligi bilan eziladi. Ezilgan mahsulotga oq sardak, tuz qo‘shib qaynatib tayyor holga keltiriladi. Iste‘molga tayyor bo‘lgan taomga lezon va sariyog‘ qo‘shiladi.

Tarqatishda chuqur likobchaga ko‘k no‘xat solinib, ko‘k no‘xatli pyure suyuq oshi suziladi, alohida likobchada qotgan non tortiladi. Bu suyuq oshni yana quritilgan ko‘k no‘xat yoki yangi ko‘k no‘xatlardan ham tayyorlash mumkin. Agar quritilgan ko‘k no‘xat bo‘lsa saralab yuvilgandan so‘ng sovuq suvda 1,5—2 soat bo‘ktirilishi va o‘z suvida tuz qo‘shilmay yumshoq holgacha qaynatilishi kerak.

Har xil sabzavotli aralashma pyure suyuq oshi. Bosh piyoz somoncha shaklida to‘g‘ralib, sariyog‘da yuzaki jazlanadi. Sabzi, sholg‘om to‘g‘raladi. Sholg‘omdagi taxir mazani yo‘qotish uchun uni suvda bir qaynatib olinadi. Oq o‘zakli karam to‘g‘ralib, qaynoq suvga botirib olinadi. Kartoshka bo‘laklarga bo‘linib, yumshoq holga kelguncha alohida qaynatiladi. Sabzi, sholg‘omni oz suvda qaynatib yarim tayyor holga keltirilib sariyog‘, karam, jazlangan piyoz qo‘shib, yumshoq holga kelguncha yana qaynatiladi. Tayyor bo‘lishidan avval ko‘k no‘xat va kartoshka qo‘shiladi. Pishirib tayyorlangan sabzavotlar o‘z suyuqligi bilan eziladi va oq sardak, qaynatma qo‘shilgan holda mazasiga qarab tuz qo‘shib qaynatiladi. Iste‘molga tayyor taomga lezon, sariyog‘ qo‘shib aralashtiriladi.

Tarqatishda chuqur likobchaga ko‘k no‘xat va mayda kubik shaklida kesib yumshoq pishirilgan sabzavotlar (sabzi, sholg‘om) solinib, sabzavotli pyure suyuq oshi suziladi va alohida likobchada qotirilgan non tortiladi.

Karam 100 g, kartoshka 120 g, sholg‘om 20 g, sabzi 75 g, boshpiyoz 48 g, konservalangan ko‘k no‘xat 31 g, bug‘doy uni 20 g, sariyog‘ 20 g, sut 150 g, tuxum 1/4 dona, qaynatma yoki suv 750 g.

Yormali va dukkak mahsulotli pyuresimon suyuq taomlari

Bu suyuq oshlar guruch, arpa, sulii, «poltava»cha bug‘doy yormalaridan, no‘xat, loviya, yasmiq kabi dukkakli mahsulotlardan tayyorlanadi. Yorma yoki dukkaklilar ezilarli darajada pishirilishi va o‘z pishirilgan suvi bilan birga ezilishi kerak. Ezilgan mahsulotning bir xil cho‘ziluvchan holati ko‘p miqdordagi kraxmal hisobiga amalga oshadi. Bu holat o‘z quyuq-suyuqligini mustahkam saqlash

xususiyatiga ega bo'lganligi sababli, oq sardakni qo'shish zaruriyatini tug'dirmasligi ham mumkin. Yormalarni ezilarli darajagacha pishirish ko'p vaqtni talab qilishi bilan birga, ularni ezishda hammasi bir xil ezilmay, ma'lum darajada ezilmaganlari ham qolishi mumkin. Pishirish jarayonini kuchaytirish uchun yormalarni biroz quritib, yanchilib, un holiga keltirib, o'z vazniga nisbatan ikki barobar ko'p suv yoki qaynatmada bir xil aralashtirib, qaynab turgan suv yoki qaynatmaga quyilib, to'xtovsiz aralashtirilgan holda qaynash darajasiga yetkaziladi va 20—25 minut qaynatib, tuz lezon qo'shib tayyor holga keltiriladi. Dukkak mahsulotli pyure suyuq oshlariga lezon qo'shilmay tayyorlanadi.

Tarqatishda ozgina ezilmagan yorma qo'shilsa ham bo'ladi.

Guruch yoki arpali pyure suyuq oshi. Sabzi, piyoz va petrushka ildizi to'g'ralib sariyog'da yuzaki jazlanadi. Tayyorlangan yorma qaynab turgan qaynatma yoki suvga (1 kg yormaga 5 l suyuqlik solinadi) solinib, sariyog' qo'shib, qopqog'i yopilgan holda, past olovda yarim tayyor holgacha pishirilgandan so'ng, jazlangan sabzavot qo'shiladi, yumshoq ezilarli darajaga kelguncha qaynatiladi va o'z suyuqligi bilan elak yoki ezuvchi mashinada eziladi. Ezilgan mahsulot, oq sardak o'z qaynatmasida aralashtirib qaynash darajasiga yetkaziladi, lezon, sariyog' qo'shib tayyor holga keltiriladi. Suyuq oshga oq sardak qo'shmay tayyorlash ham mumkin. Alohida qaynatmada yumshoq pishirilgan guruch yoki arpa yormasi tayyorlanadi. Tarqatishda chuqur likobchaga pishirilgan yorma, yormali pyure suyuq oshi suzilib, alohida likobchada qotirilgan non tortiladi.

Dukkak mahsulotli pyure suyuq oshi. Saralab tozalangan no'xat yoki loviya yuvilib, 2—3 soat ivitiladi, so'ng no'xat yoki loviya yuzasini 1—2 sm ko'mib turadigan qilib qaynatma yoki suv quyiladi va ular yumshaguncha tuz solmay pishiriladi. Qaynash natijasida suvi kamayib qolsa, zarur miqdorda qaynoq suv solib turiladi. So'ng jazlangan sabzi, petrushka, piyoz solinib taom tayyor bo'lgungacha pishiriladi. Pishgan mahsulot eziladi, oq sardak tuz solib qaynatiladi. Iste'molga tayyor bo'lgan taom sariyog', qaynoq sut yoki qaymoq qo'shib aralashtiriladi.

Tarqatishda chuqur likobchaga suyuq osh suzilib, alohida likobchada qotirilgan non beriladi. Bu suyuq osh dudlangan cho'chqa to'shi yoki biqin go'shtidan tayyorlanishi mumkin. Dudlangan cho'chqa go'shti mayda kubik shaklida to'g'ralib, oz suvda qaynatilib, suyuqligi suzilib, no'xat yumshoq holga kelgandan so'ng suyuqligi qo'shiladi, go'shti esa tarqatishda likobchaga solib beriladi.

Go'sht mahsulotli pyuresimon suyuq taomlar

Go'sht mahsulotli pyure suyuq oshlari parranda, quyon, mol yoki buzoq jigarlaridan tayyorlanadi. Parranda avval pishiriladi, jigar esa qovuriladi.

Parranda pyure suyuq taomi. Bog'langan parranda go'shti pishgunicha qaynatiladi. Pishirish jarayonida petrushka ildizi, sabzi, piyoz solinadi. Pishgach suyuqligidan suzilib, sovutiladi, go'shti suyagidan ajratiladi. Suyakdan ajratilgan lahm go'sht bo'laklarga bo'linib go'sht qiymalovchi yoki ezuvchi mashinadan o'tkazilib, qaynatma bilan aralashtiriladi. Tayyorlangan parranda go'shti yog'och o'qlov yordamida oz-ozdan sovuq qaynatma qo'shib eziladi va aralashtiriladi, so'ng elakdan suzib o'tkaziladi. Ezilgan mahsulotga oq sardak, tuz solib qaynatiladi. Iste'molga tayyor bo'lgan suyuq oshga lezon qo'shib aralashtiriladi.

Tarqatishda likobchaga somoncha shaklida kesilgan parrandaning pishirilgan file go'shti solinib, ustidan parranda pyure suyuq oshi suzilib, alohida likobchada qotirilgan non tortiladi.

Jigarli pyure suyuq oshi. Ishlovdan o'tgan jigar bo'lakka bo'linadi, sariyog'da yuzaki jazlanib, jazlangan sabzi, petrushka ildizi, piyoz qo'shilib, biroz qaynatma yordamida yumshoq holga kelguncha dimlanadi va mashina yoki elak yordamida eziladi. Ezilgan mahsulotga oq sardak, qaynatma, tuz qo'shib, qaynatiladi. biroz sovutilib lezon va sariyog' solinadi.

Tarqatishda suyuq osh likobchaga suziladi, alohida likobchada qotirilgan non tortiladi.

Mol jigari 120 g yoki qo'y, cho'chqa, buzoq, jigari 114 g yoki tovuq, kurka, o'rdak, g'oz jigari 100 g (chiqitqisiz), sabzi 50 g, petrushka (ildizi) 27 g, bosh piyoz 48 g, bug'doy uni 40 g, sariyog' 40 g, sut 150 g, tuxum 1/4 dona, qaynatma yoki suv 800 g.

6.5. TINIQ SUYUQ TAOMLAR

Tiniq suyuq oshlar ekstraktiv moddalarga boy bo'lib, ishtaha ochish xususiyati kuchli, kaloriyasi kam, alohida-alohida tayyorlangan tiniq qaynatma va garnirlardan iborat bo'ladi.

Suyuq osh asosi tiniq qaynatma bo'lib, ular suyak, tovuq yoki baliq, shuningdek, ilvasindan tayyorlanadi. Tiniq suyuq osh oddiy qaynatmalar tindirilib, tarkibi ekstraktiv moddalar bilan boyitilib tayyorlanadi. Bunda qaynatma tarkibidagi oqsil, yog' miqdori qisman yo'qolib, rangi tiniq ko'rinishga ega bo'ladi. Qaynatma yuzida suzib yuruvchi yog' bo'lmasligi kerak. Agar qaynatma garnirsiz alohida tortiladigan bo'lsa, uning yuzidagi yog'ni to'liq suzib olish lozim. Tiniq suyuq oshlar marmitlarda 2—3 soat davomida saqlanishi mumkin. Uzoq muddat saqlansa uning tiniqligi yo'qolib, xushxo'rligi, mazasi yomonlashadi.

Go'shtli tiniq qaynatma. Avval qovurg'a suyaklari qo'shilmagan holda suyak qaynatmasi tayyorlanadi. Buning uchun mol go'shti suyaklari (umurtqa

suyaklaridan tashqari) ishlatiladi. Umurtqa suyaklaridagi orqa miya nervlari qaynatma rangini xiralashtirib qo'yadi. Qaynatmaning kaloriyaliligini oshirish uchun suyak qaynatmasida qo'shimcha ravishda go'sht qaynatib pishiriladi. Bu go'sht issiq quyuq taom uchun ishlatiladi. Iste'molga tayyor qaynatmani elakda suzib olib tindiriladi.

Qaynatma tiniq bo'lishi uchun mahsulot tayyorlash. Buning uchun yog'siz mol go'shtining boldir, bo'yin qismi mayda bo'laklarga bo'linib, mayda ko'zli go'sht qiymalagichdan o'tkaziladi, sovuq suv quyilib (1 kg go'shtga 1,5—2 l suv), tuz qo'shib, 1—2 soat davomida sovutkichga qo'yiladi. Suvning bir qismi o'rnida ozuqalik qiymatga ega bo'lgan muz bo'laklari ishlatilishi ham mumkin. Bunda eruvchi oqsillar suvga o'tadi. Hosil qilingan mahsulot ko'pirtirilgan tuxum oqi bilan aralashtiriladi. Bu mahsulotni muzdan tushirilgan jigar yoki go'sht seli qo'shib tayyorlash ham mumkin.

Qaynatmani tiniqlashtirish. Elakda suzib olingan qaynatma 50—60°C gacha isitilib, yuqorida tayyorlangan go'sht mahsuloti qo'shiladi. Yog'siz jazlangan ko'kat ildizi, piyoz solinib, yaxshilab aralashtiriladi va sekin-asta qaynash darajasiga yetkaziladi. Yuziga suzib chiqqan ko'pik, yog'i suzilib, past olovda 1—1,5 soat davomida qaynatiladi. Bunda erigan oqsillar zichlashib, mayda go'sht bo'laklariga birlashib, qaynatma tarkibidagi emulgatsiyalangan yog', ko'piklarni o'ziga birlashtirib, qaynatma rangi tiniqlashadi va ekstraktiv moddalarga boy bo'ladi. Qaynatmadagi go'sht «otyajkasi» qozon tubiga tushganda taom iste'molga tayyor hisoblanadi. U biroq tindiriladi, yuziga chiqqan yog'i suzib olinadi.

Taomni tindirish uchun sabzi va tuxum oqi aralashmasidan foydalaniladi. Buning uchun sabzi tozalanib, qirg'ichda qirilib, ko'pirtirilgan tuxum oqi bilan aralashtiriladi. Tayyor qaynatma 70°C ga sovutilib, tayyorlangan aralashma solinib aralashtiriladi, yog'siz jazlangan ko'kat ildizi, sabzi, piyoz solinib, sekin-asta qaynash darajasiga yetkaziladi, yuzidagi ko'pigi, yog'i suzib olinib, 30 minut davomida past olovda qaynatiladi. So'ng 30 minut davomida tindirilib, yuzidan yog'i suzib olinadi va elakdan o'tkazib yana bir bor qaynatiladi.

Suyak (molniki, umurtqa suyaksiz) 375 g, mol go'shti (kotletniki) 149 g, tuxum oqi 1/3 dona, sabzi 13 g, petrushka (ildizi) yoki selderey (ildizi) 12 g, boshpiyoz 12 g, suv 1400 g.

Tovuq yoki kurka go'shtidan tayyorlanadigan tiniq qaynatma. Parranda suyagi maydalanib, qozonga solinadi, uning ustiga ikkinchi taom uchun mo'ljallangan bog'langan parranda go'shti solinib, suv quyiladi, qaynash darajasiga yetkazib ko'piklari olinadi va past olovda qaynatiladi. Vaqti-vaqti bilan yuzidagi yog'i suzib olinadi. Pishgan parranda go'shti qozondan olinib, parranda suyagi 1,5—2 soat davomida qaynatiladi. Qaynatma tayyor bo'lishiga 30 minut qolganda yog'siz jazlangan ko'kat ildizi va piyoz solinadi. Tayyor qaynatma elakdan o'tkazib suziladi. Agar

qaynatma xiraroq ko‘rinishda bo‘lsa «otyajka» yordamida tiniq holga keltiriladi. Parranda «otyajkasini» tayyorlash uchun mayda chopilgan parranda suyagi va maydalangan parranda chiqit go‘shtlari ustidan sovuq suv, tuz solib, aralashtirilib 1—2 soat sovuqda ushlanib, ko‘pirtirilgan tuxum oqi qo‘shib aralashtiriladi.

Baliqdan tayyorlanadigan tiniq qaynatma (uxa). Baliq qaynatmasi 50°C gacha sovutilgach, unga tiniqlashtiradigan mahsulotlar, xom petrushka yoki selderey ildizi qo‘shib aralashtiriladi, olovni qaynash darajasigacha ko‘tarib, ko‘piklari suzib olinadi, so‘ng olov pasaytirilib 20—30 minut qaynatiladi. Tayyor qaynatmadagi mahsulotlar cho‘kkuncha tindirilib, yuzidan suzib elakdan o‘tkaziladi. Baliq qaynatmasini tiniqlashtirish uchun xom tuxum oqi sovuq qaynatma yoki suv bilan aralashtiriladi, tuz va mayda to‘g‘ralgan piyoz qo‘shiladi.

Bunday aralashmani yana cho‘rtan baliq yoki sudak uvuldurug‘idan ham tayyorlash mumkin. Buning uchun baliq uvuldurug‘i ezilib, bir xil quyuqlikka kelguncha suv bilan, so‘ng mayda to‘g‘ralgan piyoz, tuz qo‘shib aralashtiriladi va hosil bo‘lgan mahsulot 4—5 barobar ko‘p miqdordagi sovuq suv bilan aralashtiriladi.

Tiniq suyuq oshlarni tarqatish va ular uchun garnir tayyorlash. Tiniq suyuq oshlar kosa, chuqur likopcha, suyuq taom uchun mo‘ljallangan idishlarga suzib tarqatiladi. Alohida kichik likopchaga esa garniri solib beriladi. Tarqatishda likopchaga avval garnir solinib, so‘ng qaynatma suziladi. Qaynatma porsiyasining sof og‘irligi 300 yoki 400 g hisobida bo‘ladi. Garnir sabzavotlardan, yormalardan, makaron, tuxum, go‘sh, baliq va boshqa mahsulotlardan tayyorlanadi.

Tuxumli tiniq qaynatma sho‘rva. Tuxum chala pishirilib, ehtiyotlik bilan po‘sti tozalanib, tarqatilguncha harorati 50—60°C li tiniq qaynatmada biroz saqlanadi. Tarqatishda likobcha yoki kosaga tuxum solinib, ustidan tiniq qaynatma suzib beriladi.

Qotirilgan pishloq va nonli tiniq qaynatma sho‘rva. Bug‘doy unidan yopilgan baton qobig‘i tozalanib, qalinligi 0,5—0,6 sm da tilim-tilim shaklda kesilib, tovaga teriladi, ustidan qirg‘ichda qirilgan pishloq sepilib, uning ustidan margarin yoki sariyog‘ sachratilib qovurish shkafida sarg‘ish qobiq hosil bo‘lguncha ushlanadi.

Tarqatishda tiniq qaynatma sho‘rva kosaga suzilib, alohida likobchaga 3—4 dona qotirilgan pishloqli non beriladi.

Qaynatma sho‘rva gumma bilan. Xamirturush solib oshirilgan yoki qatlama xamirdan go‘sh, yoki karam qiymali gumma tayyorlanadi. Tarqatishda qaynatma sho‘rva kosaga suziladi, alohida kichik likobchada gumma beriladi.

Chuchvarali tiniq qaynatma sho‘rva. Mol va qo‘y go‘sh, bo‘laklarga bo‘linib, go‘sh, qiymalagichdan 2—3 marta o‘tkaziladi, mayda to‘g‘ralgan piyoz, suv, tuz, murch va biroz shakar qo‘shib aralashtiriladi. Elangan un, xom tuxum, tuzli suv yordamida oddiy xamir qorilib, tindiriladi, qalinligi 1,5—2,0 mm qilib yoyiladi.

Xamir chetidan 3—4 sm qoldirib, og'irligi 7—8 gramm hisobida, oralig'i 3—4 sm qilib qiyma qo'yib chiqiladi. Qiyma atrofiga lezon yoki tuxum surtiladi. Yoyilgan xamir chetlari ko'tarilib qiymalar usti berkitiladi. Qiyma atrofi bosilib, xamiri yopishtiriladi va maxsus chuchvara kesuvchi uskuna yordamida yarim oy shaklida kesib olinadi. Ularning vazn oralig'i 12—13 gramm hisobida bo'ladi. Un sepilgan lotoklarga terilib, saqlash yoki muzlatish uchun sovutkichga qo'yiladi.

Qaynab turgan tuzli suvga chuchvara solinib, bir aralashtiriladi va qaynatib pishiriladi. Suv yuziga suzib chiqqan chuchvara pishgan hisoblanib, ular chovlida suzib olinadi. Tarqatishda chuqur likopchaga yoki kosaga chuchvara, ustidan qaymoq, tiniq qaynatma sho'rvasi suzib beriladi.

Yumaloq qiymali tiniq qaynatma sho'ruva. Qiyma va undan pishirishga tayyor mahsulot tayyorlash matnida bayon etilgan usulda qiyma tayyorlanadi. Yumaloqlangan (frikadelka) chuqur tovaga bir qator terilib, ustidan qaynatma quyilib, pishiriladi. Pishgan qiyma yuzida hosil bo'lgan oqsil donachalari qaynatmada yoki suvda chayilib, tiniq qaynatmaga solingan holda tarqaguncha marmitda saqlanadi. Tarqatishda likobcha yoki kosaga qiyma solinib, ustidan tiniq qaynatma sho'rvasi suzib beriladi.

Rastegey yoki kulebyak bilan tiniq baliq qaynatma sho'rvasi. Rastegey yoki kulebyak baliqli yoki baliq va guruch aralashtirilgan qiyma bilan tayyorlanadi.

Tarqatishda kosaga tiniq baliq qaynatma sho'rvasi (uxa) suzilib, alohida kichik likobchaga rastegey yoki kesilgan kulebyak, boshqa likobchada ko'kat va limon parragi beriladi.

6.6. SHIRIN SUYUQ TAOMLAR

Shirin suyuq oshlarni tayyorlashda yangi, konservalangan, quritilgan mevalar, oziq-ovqat sanoatida ishlab chiqarilgan meva sharbatlari, pyurelari, siroplari, ekstraktlari ishlatiladi. Suyuq oshlarning suyuqlik qismini meva qaynatilgan suv tashkil qiladi. Mayda mevalar butun, o'rtacha va yirik mevalar kesilgan, (kubik, tilim-tilim) yirikligicha quritilgan mevalar bir necha bo'lakka bo'lingan holda ishlatishga tayyorlanadi. Zaxalangan yoki ezilgan mevalar qirg'ichdan o'tkazilib, pyure ko'rinishida ishlatiladi. Apelsin va mandarinlar suyuq oshlarga xomligicha solinishi lozim.

Ma'lum darajadagi quyuq-suyuqlikni hosil qilish uchun suyuq oshlarga suyuqlikda aralashtirilgan kraxmal qo'shiladi, mazasi va xushxo'rligini oshirish uchun limon kislotasi yoki limon, apelsin sharbatlari, qalampirmunchoqlar qo'shilishi mumkin. Shirin taomlar sovuq holda, ba'zida issiq holda tarqatiladi.

Shirin taomlar kompotlardan ta'mining nordonligini va o'zining quyuqligi bilan farq qiladi. Shirin suyuq oshlar garnir hamda qaymoq qo'shib tarqatiladi. Garnir sifatida pishirilgan guruch, sago, mayda har xil shakldagi makaron mahsuloti, meva qiyomi, guruch yoki manna pudingi, zapekankalar, jo'xori, bug'doy bodroqlari yoki tayoqchalari beriladi. Qaymoq suyuq osh ustiga solinib yoki alohida sardak solinadigan kichik likopchaga quruq biskvit, keks, pechene mahsulotlari solinib beriladi. Shirin suyuq oshlar nonushta yoki kechki ovqatlanishda suyuq taom sifatida tortiladi.

Yangi uzilgan mevali shirin suyuq osh. Olma va nok saralanib yuviladi, terisi tozalanib, 2—4 ga bo'linib, urug'i olinib tashlanadi, tilim-tilim, pallacha yoki kubik shaklida kesiladi. Chiqitlari suvda qaynatib, suyuqligi suzib olinadi va sovutiladi. Bir qismi qoldirilib, qolganiga tayyorlangan meva, qalampirmunchoq, shakar solinib, 3—5 minut qaynatiladi. So'ngra sovuq suvda aralashtirilgan kraxmal solinib, aralashtirilgan holda qaynatiladi. Ta'mini ko'rib, zarur bo'lsa limon ishqori solinib tayyor holga keltiriladi. Tarqatishda chuqur likopchaga garnir, ustidan suyuq osh suzilib, qaymoq qo'shib beriladi. Qaymoqni alohida bersa ham bo'ladi.

Bu suyuq oshlarni tayyorlashda mahsulot yarmi yoki hammasi ezilgan holda tayyorlanadi. Pyure suyuq oshi uchun hamma mahsulot ezib tayyorlanadi. Buning uchun mahsulot pishiriladi, suyuqligi suzib olinib, bir qismi qoldiriladi. Unga ezilgan meva, shakar qo'shib qaynatiladi. Suyuqlikning bir qismi sovutilib kraxmal bilan aralashtiriladi va qaynab turgan mevali suyuqlikka solinib, aralashtirgan holda quyuqlashguncha qaynatiladi. Bu suyuq osh faqat bir turdagi mevadan emas, balki meva aralashmalaridan (olma, nok, olxo'ri) ham tayyorlanishi mumkin.

Quritilgan meva aralashmasidan tayyorlangan shirin suyuq osh. Quritilgan mevalar saralanib, meva turlariga qarab ajratiladi, yuviladi, yirik mevalar bo'laklarga bo'linadi. Qaynab turgan suvga avval olma, nok, 15—20 minutdan so'ng o'rik, olcha, olxo'ri va pishib tayyor bo'lishidan 5—7 minut avval kishmish solinib, shakar qo'shilgan holda yumshoq holga kelguncha pishiriladi. Suvda aralashtirilgan kraxmal qo'shib qaynatiladi. Agar nordonlik darajasi sezilarli darajada bo'lmasa, biroz limon ishqori solinadi.

Tarqatishda chuqur likobchaga garnir solinadi, mevali shirin suyuq osh suzilib, ustiga qaymoq solib beriladi.

6.7. SOVUQ SUYUQ TAOMLAR

Sovuq suyuq oshlar davriy taom hisoblanib, asosan, yoz faslida tayyorlanadi. Sovuq suyuq oshlarga okroshka, lavlagi sho'rva, sovuq borsh, sovuq ko'k sho'rva kiradi. Ular non kvasi, lavlagi sharbati, sabzavot sharbati, kefirdan tayyorlanadi.

Bu suyuq oshlar sovuq sexlarda tayyorlanib, ular uchun alohida tamg'alangan asbob-anjomlar, taxtakachlar ishlatiladi. Bunda mahsulotlarga ishlov berish jarayonida va saqlashda tibbiyot qoidalariga qat'iy rioya qilinadi. Iste'molga tayyor suyuq oshlar sovtgichda saqlanadi.

Tarqatishda suyuq oshlarga bir bo'lak muz qo'shib berish mumkin. Muzni alohida likobchada ham berish mumkin. Sovuq suyuq osh tayyorlashda umumiy ovqatlanish korxonalariga (OST 18—118—73) belgili kvas keltiriladi. Biroq kvasni qotirilgan javdar nonidan yoki oziq-ovqat korxonalarida ishlab chiqariladigan konsentratidan tayyorlash mumkin.

Non kvasini tayyorlash. Javdar noni mayda bo'laklarga kesilib, qovurish shkafida qizg'ish rangga kirguncha quritiladi. Suv qaynatilib, 8°C gacha sovutiladi, tayyorlangan javdar noni suvga solinib, 1,5—2 soat davomida bir necha bor aralashtirib turiladi. Bu vaqt ichida non mahsulotlari tarkibidagi «suslo» mahsuloti suyuqlikka o'tadi, hosil bo'lgan suyuqlik suzib olinadi.

23—25°C haroratga ega bo'lgan «non suslosiga» shakar, susloda eritilgan xamirturish qo'shib aralashtiriladi va 8—12 soat davomida issiqroq joyda achitiladi. Achitilish davomida kvasga kishmish, yalpiz qo'shish mumkin. Tayyor kvas suzib olinib, sovutilgan holda, sovtgichda yoki muzxonalarda saqlanadi.

Go'shtli okroshka non kvasi, chuchuk qatiq, kefir, qatiq zardobida tayyorlanadi. Okroshka tayyorlash jarayoni uch bosqich: mahsulotlarni tayyorlash, kvasga aralashtirish, tarqatishdan iborat.

1. Ko'k piyoz to'g'raladi, uning bir qismi tuz bilan ishqalab, sharbati chiqariladi. Yangi bodringning achchiq va dag'al po'chog'i artiladi, yirik urug'laridan tozalanadi. Yangi mayda bodringning po'chog'i artilmaydi. Ishlovdan o'tgan bodring mayda kubik yoki somoncha shaklida to'g'raladi. Tuxum qattiq pishirilib, tozalanib oqi va sarig'i ajratiladi. Tuxum oqi mayda kubik shaklida to'g'raladi. Non kvasi elakdan o'tkazib suziladi. Ukrop maydalab to'g'raladi. Tayyorlangan mahsulotlar tarqatilguncha muzxonalarda saqlanadi.

2. Pishirib ezilgan tuxum sarig'i, tayyorlangan gorchitsa, tuz, shakar, qaymoq, ko'k piyoz bilan aralashtirilib, kvas qo'shiladi va yaxshilab aralashtirilgan holda muzxonalariga qo'yiladi. Kvasga qo'shib tayyorlangan mahsulotlar okroshkaga xushxo'r maza beradi.

3. Tarqatishda likobchaga pishirib kesilgan go'sht, tuxum oqi, yangi bodring, piyoz solinib kvas suziladi, ustiga qaymoq va ukrop solib beriladi. Agar okroshka ko'p miqdorda tayyorlanadigan bo'lsa, go'sht va tuxum oqidan tashqari hamma mahsulotlar kvasga aralashtirib tayyorlanadi, tuxum oqi va go'sht esa okroshka tarqatilayotganda likobchaga solib beriladi.

Go'shtli okroshka pishirib sovutilgan, mayda kubik shaklida to'g'ralgan kartoshka bilan ham tayyorlanishi mumkin. Yangi bodring o'rniga tuzlangan bodring yoki rediska ishlatilishi ham mumkin.

Mol go'shti 219 g, non kvasi 700 g, ko'k piyoz 75 g, yangi bodring 150 g, qaymoq 10 g, tuxum 1 dona, shakar 10 g, tayyor gorchitsa 4 g, qaymoq 30 g.

Aralashma go'shtli okroshka. Xuddi go'sht okroshkasiga o'xshab tayyorlanib, lekin pishirilgan mol go'shtidan tashqari yana dudlangan cho'chqa soni yoki pishirilgan buzoq, qo'y, til va boshqa go'sht mahsulotlari ishlatiladi.

Sabzavotli okroshka. Kartoshka saralanadi, tozalab yuvilgach, po'sti bilan pishiriladi, sovutilib, po'sti tozalanadi. Sabzi po'chog'i arilib, pishiriladi, sovutiladi. Rediska bargi va ildizi kesilib, yuvib tozalanadi. Kartoshka, sabzi, rediska mayda kubik yoki somoncha shaklida to'g'raladi. Yuqoridagi sabzavotlardan tashqari okroshka uchun sholg'om, gulkaram ham ishlatilishi mumkin. Sabzavot okroshkasini tayyorlash xuddi go'shtli okroshkani tayyorlash usuliga o'xshash bajariladi.

Sovuq borshech. Qizil lavlagi tozalanib, somoncha shaklida to'g'raladi, sirka, qaynatma yordamida yumshoq holgacha dimlanadi. Tozalangan sabzi somoncha shaklida to'g'ralib alohida suvda yumshoq qilib pishiriladi va qizilcha qo'shib, ustidan qaynoq suv, tuz, shakar qo'shib qaynatiladi va sovutiladi. Ko'k piyoz maydalab, yangi bodring somoncha shaklida to'g'raladi. To'g'ralgan sabzavotlar borshechga solinadi.

Tarqatishda chuqur likobchaga pishirilgan tuxum solinib, borshech suziladi, ustiga ukrop va qaymoq solib beriladi. Borshech sabzi qo'shilmay go'sht yoki baliq bilan tayyorlanishi ham mumkin. Bunda tarqatishda likobchaga avval go'sht yoki baliq solinadi.

Qizilcha 250 g, ko'k piyoz 63 g, yangi bodring 125 g, tuxum 1 dona, shakar 10 g, 30% li sirka 16 g, suv 800 g, qaymoq 80 g.

Sovuq lavlagi sho'rva. Svekolnik qizil lavlagi somoncha yoki mayda kubik shaklida to'g'ralib, sirkali oz suvda yumshoq holgacha pishiriladi va sovutiladi. Ertagi yosh qizil lavlagining bargi ham alohida kesib olinib to'g'ralib, oz suvda pishirib, ishlatish mumkin. Sabzi somoncha yoki mayda kubik shaklida to'g'raladi, oz suvda yumshoq holgacha pishiriladi va sovutiladi. Ko'k piyoz maydalab to'g'raladi. Yangi bodring somoncha yoki mayda kubik shaklida kesiladi. Tayyorlangan sabzavotlar aralashtirilib, tuz, shakar qo'shib, ustidan suzilgan non kvasi quyiladi.

Tarqatishda likobchaga pishirilgan tuxum, ustidan lavlagi sho'rva suziladi, ukrop, qaymoq solib beriladi. Lavlagi sho'rva tayyorlashda non kvasining ma'lum miqdori qizilcha sharbati bilan aralashtirilishi mumkin.

6.8. SUYUQ TAOMLAR UCHUN PISHIRISHGA TAYYOR MAHSULOTLAR

Umumiy ovqatlanish korxonalarini zarur mahsulotlar bilan ta'minlash maqsadida oziq-ovqat sanoati va mahsulot tayyorlovchi fabrikalar suyuq oshlar uchun yuqori darajadagi pishirishga tayyor mahsulotlarni ishlab chiqarmoqda. Pishirishga tayyor bunday mahsulotlar maxsus sig'imga ega bo'lgan idishlarga 3—5 kilogrammli vaznda, 530x325x65 mm o'lchamli yog'och yoki zanglamaydigan qoplamali po'lat qutilarga ich tomonidan ozuqa mahsulotlarga ta'sir etmaydigan lak bilan qoplangan holda joylashtirib keltiriladi. Pishirishga tayyor bunday mahsulotlar muzxonalarda 6 sutka, uy haroratli sharoitda 24 soat davomida saqlanishi mumkin.

Tez muzlatilgan tayyor mahsulot 5, 10, 15 va 20 porsiya hisobida to'g'ri to'rtburchak shaklida, laklangan sellofanga o'ralib karton karobkaga solingan holda yoki alyumin zar qog'ozidan tayyorlangan idishlarga joylashtirilgan holda keltiriladi. Pishirishga tayyor bunday mahsulotlar — 15—12°C li muzxonalarda 10 sutka davomida saqlanishi mumkin.

Suyuq taomlarga mo'ljallangan tuzlangan va dimlangan karam sovutilgan holda keltiriladi. Sabzi ham to'g'ralgan karam shakliga mos qilib to'g'raladi. Sabzavotlar yuzi qotgan yog' bilan qoplangan bo'ladi. Mahsulot rangi sarg'ishdan to och qizg'ish ranggacha bo'lib, nordonroq, xushxo'r mazaga ega, dimlangan karamga xos ko'rinishda bo'ladi.

Dimlangan sho'r karam pishirishga tayyor mahsuloti vazni o'lchangan holda ishlab chiqariladi. 4—8°C li sharoitda 72 soat davomida saqlash mumkin. «Masalliqlar retsepti to'plami» hujjatidan foydalanib, pishirishga tayyor bu mahsulotlar shi, borshech taomlari uchun ishlatiladi.

Borshech uchun dimlangan qizil lavlagi. Dimlangan qizil lavlagi qaynoq holda hajmi 15 kg li idishga solib, qopqoqlanadi va tezlik bilan mahsulot ichidagi harorat 6—8°C ga yetguncha sovutiladi. Bu mahsulot 4—8°C li sharoitda 96 soat davomida saqlanadi. Dimlangan qizil lavlagini borshech tayyor bo'lishidan 8—10 minut avval qozonga solinadi.

Borshech dorivorisi — tez muzlatilgan yoki konservalangan holdagi jazlangan va dimlangan sabzavot aralashmasi (qizilcha, sabzi, ko'kat ildizi va piyoz) somoncha shaklida to'g'ralib, tomat pyuresi, shakar, ziravorlar qo'shib tayyorlanadi. Agar muzlatilgan borshech dorivorisini ishlatish lozim bo'lsa, chuqur tova yoki kastyulkaga bo'shatiladi, ustidan qaynatma quyilib, yuzidagi suyuqlikni 5—10 sm dan oshirmay, aralashtirilgan holda issiqlik ta'sirida butunlay muzi tushiriladi va borshech tayyor bo'lishidan 8—10 minut avval solib ishlatiladi.

Suyuq osh dorivorisi — tez muzlatilgan yoki konservalangan holdagi sabzavot aralashmasidir. Unda somoncha shaklida to‘g‘ralab jazlangan sabzi, boshpiyoz, ko‘kat ildizi bo‘ladi. Bu dorivor xushxo‘r taomlar va pyure suyuq oshlar uchun porsiyasiga 40 gramm hisobida ishlatiladi. Muzlatilgan holdagi pishirishga tayyor mahsulot chuqur tova yoki kistryulkaga joylashtirilib, ustidan qaynoq kaynatma solinib, yuzida 5—10 sm suyuqlik bo‘lgan holda, to‘liq muzdan tushguncha aralshirib isitiladi.

Rassolnik dorivorisi — tez muzlatilgan yoki konservalangan holdagi sabzavot aralashmasidir. Unda somoncha shaklida to‘g‘ralib, cho‘chqa yog‘ida jazlangan sabzi, piyoz, ko‘kat ildizi bo‘ladi va sho‘r bodring suvi qo‘shiladi. Agar leningradcha rassolnik uchun mo‘ljallangan bo‘lsa, dorivor arpa yormasi qo‘shib tayyorlanadi. 500 grammlı suyuq osh uchun 100 gramm hisobida dorivor solinadi. Dorivor taom tayyor bo‘lishidan 10—15 minut avval solinadi.

6.9. PISHIRISHGA TAYYOR MAHSULOT VA KONSENTRATDAN TAYYORLANGAN SUYUQ TAOMLAR

Bu turdagi suyuq oshlarni tayyorlash uchun tayyor konsentrat, sabzavot konservalari, sovutilgan va muzlatilgan pishirishga tayyor mahsulotlar ishlatiladi. Konsentrat va pishirishga tayyor mahsulotdan tayyorlangan suyuq oshlarning sifat darajasi yangi mahsulotdan tayyorlanganiga o‘xshash bo‘lishi kerak.

Pishirishga tayyor mahsulotdan tayyorlangan borsch. Qaynab turgan qaynatma yoki suvga karam solinib, qaynash darajasiga yetkaziladi. So‘ng kartoshka solib, taom tayyor bo‘lishidan 10—12 minut avval borsch dorivorisi solinadi. Tuz, ziravor taom tayyor bo‘lishidan oldin solinadi.

Tarqatishda chuqur likobchaga borsch, ustiga qaymoq va ko‘kat solib beriladi. Borsch dorivorisidan kartoshka va karam, loviya, har xil go‘sht mahsuloti qo‘shib turli borschchlarni tayyorlash mumkin.

Pishirishga tayyor mahsulotdan tayyorlangan shi. Dimlab pishirilgan sho‘r karam sovutilgach, qaynab turgan qaynatma yoki suvga solinib, qaynatilib, past olovda 10—15 minut davomida pishiriladi. Agar tez muzlatilgan dimlangan sho‘r karam bo‘lsa, uni chuqur tovaga solib, ustidan 5—10 sm ko‘madigan qilib qaynatma quyiladi. Isitib muzidan tushiriladi va shi tayyorlash uchun ishlatiladi.

Tarqatishda likobchaga shi suzilib, ustidan qaymoq, ko‘kat solib beriladi.

Konsentratdan tayyorlangan no‘xatli suyuq osh. No‘xatli suyuq osh uchun mo‘ljallangan konsentrat idishidan bo‘shatilib, qo‘lda uvalab idishga solinadi, ustidan oz-ozdan iliq qaynatma quyilib, yaxshilab aralashiriladi. So‘ng qolgan qaynatma

solinib, qaynash darajasiga yetkaziladi, past olovda qaynatilib, iste'molga tayyor holga keltiriladi. Tarqatishda likobchaga suzilib ustidan sariyog' yoki margarin, ko'kat solib, alohida idishda qotirilgan bug'doy noni beriladi.

Konservalangan dukkakli mahsulotli kartoshka suyuq oshi. Konservali banka yuvilib, artilib, qopqog'i ochiladi. Qaynab turgan qaynatma yoki suvga kubik shaklida to'g'ralgan kartoshka solinib, yarim tayyor holga kelguncha qaynatiladi, jazlangan sabzavot, banka ichidagi konserva solinib, tuz, ziravor qo'shib, iste'molga tayyor holga kelguncha pishiriladi.

6.10. SUYUQ TAOMLARNING SIFATIGA QO'YILADIGAN TALABLAR VA SAQLASH MUDDATLARI

Borshlar. Borshning barcha turida qizil lavlagi, karam, ko'kat ildizlari, o'z shaklini saqlashi lozim. Karam — somoncha yoki shashka qolgan sabzavotlar ham karam shakliga monand to'g'raladi. Mahsulot yumshoq pishgan, o'z shaklida, ezilib ketmagan bo'lishi kerak. Rangi to'q qizil, mazasi nordonroq shirin, xom qizil lavlagi mazasi bo'lmasligi lozim.

Shilar. Karam va ko'kat ildizlari to'g'ralgan shaklini saqlab qolishi, yuzida sarg'ish rangdagi yog'i, qaynatma och jigarrang yoki rangsiz bo'lishi, yangi karam shisining mazasi biroz shirinroq, tuzi me'yorida, xushta'm maza beradigan jazlangan sabzavot mazasida bo'lib, parlangan karam mazasi kelmasligi, tuzlangan karam shisining mazasi nordonroq-shirin, jazlangan sabzavot, tomat, xushxo'rligida, o'ta nordon bo'lmasligi, piyoz, ko'kat ildizlari yumshoq pishgan, karam biroz karsillovchi bo'lishi kerak.

Ko'k oshi. Ezilib tayyorlangan mahsulot (shovul, ismaloq) bir xil quyuqlikda uni dumaloqlanib qolmagan, yuzida yaltiroq yog'i suzib yurgan bo'lishi kerak. Quyuq-suyuqligi pyure ko'rinishida, ozroq cho'ziluvchan, kartoshkasi yumshoq pishgan, ozroq nordon, shovul va ismaloq to'g'ralgan piyoz xushxo'rligi sezilarli darajada, to'q yashil rangga ega bo'ladi.

Rassolniklar. Har bir rassolnikning sabzavotlari o'z shaklini saqlashi lozim. Yuzidagi yog'i sarg'ish, pushti yoki rangsiz holda bo'lishi mumkin. «Leningrad» rassolnigining yormasi yumshoq pishgan, mazasi sezilarli darajadagi sho'r bodring ta'miga ega, tuzi me'yorida qaynatma rangi biroz xira ko'rinishda yoki rangsiz holda, sabzavotlari yumshoq pishgan, sho'r bodring biroz karsillaydigan xususiyatini saqlagan bo'lishi kerak.

Go'sht aralashmali solyanka. Mahsulotlar tilim-tilim shaklda kesiladi, piyoz to'g'raladi. Go'sht, sho'r bodring, piyoz o'z shaklini saqlab qolgan, yuzida qizg'ish

rangda yog'i, po'sti tozalangan limon parragi, mazasi sezilarli sho'r, kovul, jazlangan piyozga xos xushxo'r bo'lishi kerak. Tomat pyuresi, qaymoq qo'shilganligi sabab qaynatma rangi xiraroq, go'sht mahsulotlari yumshoq pishgan, sho'r bodring biroz karsillab turishi lozim.

Sabzavot suyuq oshlari. Ko'kat ildizlari, karam, kartoshka, ko'k loviya o'z kesilgan shaklini saqlab qolishi, tuzi me'yorda, yangi sabzavot, ko'kat ta'sirida ta'mi xushxo'r, mahsulotlari yumshoq pishgan, yuzidagi yog'ining rangi to'q pushti rangli bo'ladi.

Yormali suyuq oshlar. Yormalar yaxshi bo'kkan, yumshoq pishgan, lekin ezilib ketmagan, ko'kat ildizi va piyozi o'z shaklida, yumshoq pishgan, yuzidagi yog'i yaltiroq ko'rinishda, taxir mazadan holi, tuzi me'yorda, jazlangan sabzavotga xos xushxo'rlikda, qaynatmasi tiniq bo'ladi.

Makaron mahsulotli suyuq oshlar. Makaron mahsulotlari, ko'kat ildizi va piyozi o'z shaklini saqlashi, ko'kat ildizi va qaynatmasi nordon bo'lmasligi, qaynatmasi tiniq, ba'zida biroz xiraroq bo'lishi ham mumkin. Tovuq yoki go'sht qaynatmasining rangi, sarg'ish yoki och sarg'ish, qo'ziqorin qaynatmasiniki och qo'ng'ir rangda, makaron mahsuloti, sabzavotlar esa yumshoq pishgan bo'ladi.

Pyure suyuq oshlari bir xil quyuq suyuqlikka ega, yaxshi aralashgan un, yaxshi ezilgan mahsulotlar aralashmasidan iborat bo'lib, usti qaymoq yoki parda tutmagan, tarkibi quyuq qaymoq ko'rinishida, biroz cho'ziluvchan, rangi tayyorlashda ishlatilgan mahsulotga xos, mazasi yoqimli, tuzi me'yorida bo'lishi kerak.

Tiniq suyuq oshlar qaynatmasi tiniqgo'sht qaynatmasining rangi jigarrang, sariq tovuq qaynatmasi — tillarang, sariq; baliq qaynatmasi — sarg'ish yoki ko'kimtir rangda bo'ladi. Mazasi tayyorlashda ishlatilgan mahsulotga xos xushxo'rlikda, tuzi me'yorida, yuzida suzib yuruvchi yog'i bo'lmasligi, garnir sifatida ishlatiladigan mahsulotlar yumshoq pishgan bo'lib, o'z shaklini saqlagan, o'z rangiga xos, ko'rinishi tabiiy bo'lishi kerak.

Sutli suyuq oshlar tarkibidagi mahsulotlar yumshoq pishgan bo'lib, o'z shaklini saqlab qolgan, rangi oq, mazasi shirin, tuzi oz sezilarli, kuygan sutning mazasi va ta'mi bo'lmasligi kerak.

Okroshkalar tarkibidagi go'sht va sabzavotlar mayda kubik yoki somoncha shaklida, ko'k piyoz mayda to'g'ralgan bo'lishi kerak. Tuxum sarig'i va qaymoq qo'shilganligi sababli rangi och qo'ng'ir-xira, mazasi nordonroq, yangi bodring, ukrop, ko'k piyozning xushxo'r ta'mi bo'lishi, pishirilgan mahsulotlar yumshoq, yangi bodring karsillab turishi lozim.

Lavlagi sho'rvada qizilcha va bodring mayda kubik yoki somoncha shaklda to'g'ralgan, tuzi me'yorida, ta'mi shirin-nordon, bodring, ukrop, qizil lavlagining

xushxoʻrligi sezilarli, toʻq qizil rangda, nordonroq, qaymoq aralashtirilgandan soʻng esa oqish pushti rangda boʻladi. Qizilcha yumshoq pishgan, bodring karsillab turadi.

Shirin suyuq oshlarning suyuq qismi bir xil, tarkibidagi kraxmal toʻliq erigan, yorma va makaron mahsulotlari, mevalar yumshoq pishgan, oʻz shaklida boʻlishi, ezilib ketmasligi kerak. Mazasi nordonroq shirin.

Suyuq oshlarning sifati ularni tarqatguncha saqlash sharoitlariga bogʻliqdir. Uzoq saqlash natijasida suyuq oshlarning taʼmi, tashqi koʻrinishi buziladi, darmondorilar miqdori maʼlum darajada parchalanishini hisobga olib, 2 soatdan oshmagan holda saqlanishi mumkin. Bugʻlanib kamayishi, mahsulotlar ezilib va kuyib ketish hollarining oldini olish uchun ular marmitlarda (suv hammomlarida) saqlanadi. Lezon aralashtirilgan suyuq oshlarni 60—65°C li sharoitda saqlanadi.

Suyuq oshlarga qoʻshib beriladigan goʻsht, baliq, parranda mahsulotlari qaynatmaga solinib, marmitlarda saqlanadi. Issiq suyuq oshlarni tarqatishda ishlatiladigan idishlar 40°C gacha isitiladi. Sovuq suyuq oshlar va unga ishlatiladigan mahsulotlar sovutkichda saqlanadi. Sovuq suyuq osh tarqatiladigan likobcha 12°C gacha sovutilishi kerak.

Amaliy mashgʻulot

Birinchi (suyuq) taomlarning tayyorlash texnologiyasini oʻrganish

Asosiy maqsad. Birinchi, yaʼni suyuq taomlarning sinflarga ajratilishi va ularni tayyorlash texnologiyasi bilan tanishish, malaka oʻrttirish.

Uslubiy koʻrsatma. Ayrim maʼlumotlar mazkur kitobning 111-bobida bayon etilgan, ularni oʻqib, bilib olish lozim. Tayyorlanishga tavsiya etilgan taomlarga sarflanadigan xom ashyo mahsulotlarining miqdori «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий» (М., Экономика, 1983) kitobi 175—280, 290—320-sonli taomlaridan «Fan sikli hayʼati» tavsiya etgan baʼzi birlari olinadi.

Taomlar issiqlik sexining shoʻrvalar boʻlimida tayyorlanishini eslatib oʻtamiz.

Texnologik karta, plakat, diafilm va slaydalardan foydalanish maqsadga muvofiqdir.

Mashgʻulot oʻtkazish uchun asbob-anjomlar.

Pichoq, taxtakach, yarim tayyor masalliqalar zaxirasi, tovalar, kastyulkalar, elektr qozonlari, elektr plitalar va boshqalar.

Topshiriq. Oʻquvchilar tayyorlangan suyuq taomlarni mazasi, koʻrinishi, sifati, tayyorlanish texnologiyasi bilan tanishadilar. Lozim topilgan ayrim maʼlumotlar ular daftaridan oʻrin olishi mumkin. Oʻqituvchi oʻtkazilgan mashgʻulotga yakun yasaydi.

Tekshirish uchun savol va topshiriqlar

1. Suyuq oshlarning ovqatlanishdagi ahamiyati nimadan iborat?
2. Suyuq oshlar qanday turkumlanadi (klassifikatsiyalanadi)?
3. Go'sht va baliq quruq qaynatmasi qanday tayyorlanadi?
4. Xushxo'r suyuq oshlarni tayyorlash qoidalari nimalardan iborat?
5. Qaysi suyuq oshlar xushxo'r suyuq oshlar turiga kiradi?
6. Borshch turlari ifodalangan jadval tuzib, ularni tayyorlash farqini ko'rsating.
7. Yangi karamdan shi tayyorlash jadvalini tuzing.
8. Rassolnik turlari va ularni tayyorlashdagi farqlar.
9. Yormali kartoshka suyuq oshi tayyorlashning jadvalini tuzing.
10. Xonaki ugrali suyuq osh qanday tayyorlanadi?
11. Yorma, sabzavot yoki makaron mahsuloti solingan sutli suyuq osh qanday tayyorlanadi?
12. Qaynatmani tindirish qanday olib boriladi?
13. Tiniq qaynatmalar qanday garnirlar bilan tarqatiladi?
14. Pyure suyuq oshlarini tayyorlashning farqi nimada?
15. Okroshkani tayyorlash qanday ketma-ketlikdan iborat?
16. Lavlagi sho'rva va sovuq borshchning o'zaro farqi nimada?
17. Yangi olma va nokdan, quritilgan mevalardan qanday qilib shirin suyuq osh tayyorlanadi?
18. Shirin suyuq oshlar uchun qanday garnirlar ishlatiladi?
19. Issiq va sovuq suyuq oshlarni tarqatish harorati qanday bo'lishi kerak?

VII b o b

SARDAKLAR

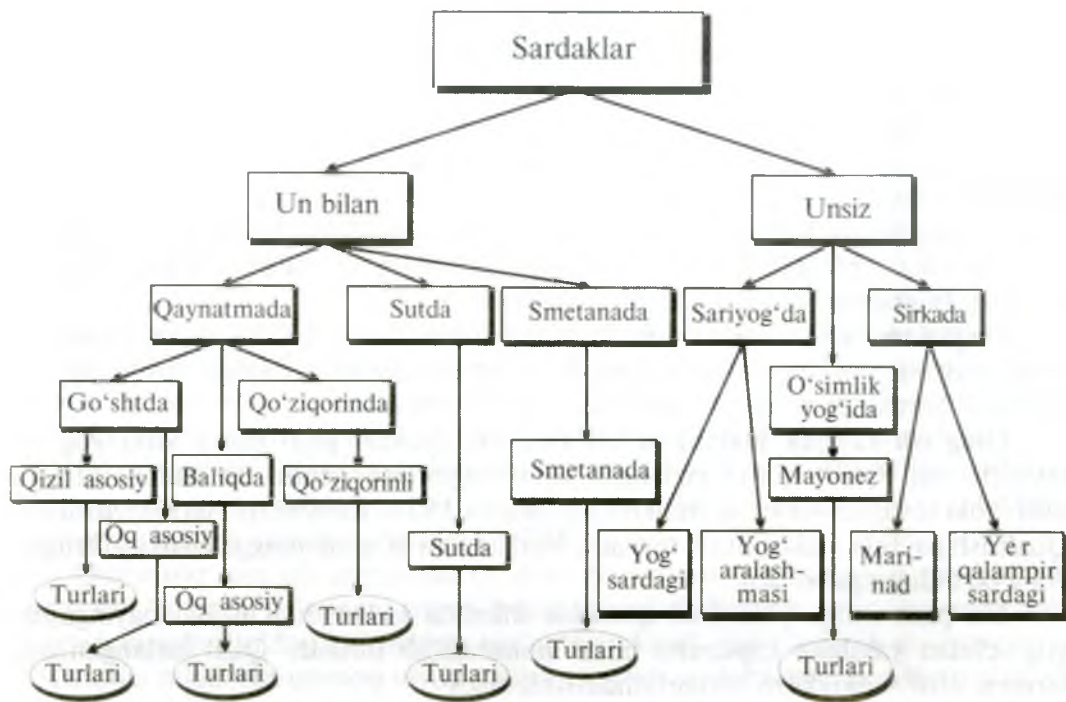
Taom tayyorlash yoki tarqatishda ishlatilib, qo‘shimcha maza va xushxo‘rlikni ta‘minlovchi mahsulotlardan tashkil topgan, o‘rtacha quyuqlikdagi qo‘shimcha taom birligiga *sardak* deyiladi. Sardaklar sovuq va issiq taomlarga qo‘shimcha holda beriladi. Sardaklar beriladigan taomlarga qo‘shimcha lazzatli maza va yoqimli hid berish bilan birga taomga yumshoqlik, ozuqalik qimmatini beradi. Chunki uning tarkibida sariyog‘, qaymoq, tuxum, un va boshqa mahsulotlar bo‘lib, tarkibidagi oqsil, yog‘, uglevodlar kishi tanasida yaxshi hazm bo‘ladi.

Sardaklar tarkibida ishtaxa ochuvchi xushbo‘y moddalar ko‘p. Ular taomlarning ishtaha bilan iste‘mol qilinishi va yengil hazm bo‘lishiga ijobiy ta‘sir qilib, taomlarning tashqi ko‘rinishiga chiroy beradi. Ba‘zi taomlarning bo‘g‘iq ranglari sardakning yorqin rangi ta‘sirida asosiy mahsulotning rangiga ochiqlik baxsh etadi. Shu sababdan taom uchun sardaklarni to‘g‘ri tanlash katta ahamiyatga ega.

Sardaklarni tayyorlash uchun har xil kattalikdagi idishlar, maxsus statsionlar qozonlar, plita ustiga qo‘yiladigan kastyulkalar, osti qalin tovalar (sardak kuymasligi uchun) ishlatiladi. Bundan tashqari, yana tova, yog‘och aralashtirgich, simli ko‘pirtirgich, elak, suzgich, sardak qoshiqlari va boshqa asbob-anjomlar ishlatiladi. Ba‘zi bir sardaklarni tayyorlash uchun uzoq vaqt davomida aralashtirish yoki ko‘pirtirish talab qilinishi sababli, sardak tayyorlanadigan xonalarda (issiq yoki sardak xonasi) ko‘pirtiruvchi mashinalar ham o‘rnatilishi mumkin. Sardaklarni taomlarga qo‘shilgan holda yoki alohida sardak idishlarga solinib, kichik likobchada taom suzilgan likobcha yoniga qo‘yiladi. Sardaklar bir porsiyaga 50, 75, 100 gramm hisobida (ba‘zida 25 gramm) beriladi.

Sardak turlari. Tarkibidagi haroratiga qarab sardaklar sovuq yoki issiq bo‘ladi. Issiq sardaklar issiq taomlarga, sovuqlari esa sovuq taomlarga, ba‘zan issiq taomlarga ham berilishi mumkin. Sardak oq va qizil rangda bo‘ladi. Tarkibidagi suyuqligiga qarab sardaklar go‘sht, baliq, qo‘ziqorin qaynatmasi sardagi, sutda, qaymoqda, yog‘da, o‘simlik yog‘ida, sirkada tayyorlangan sardaklar turkumiga bo‘linadi. Shirin sardaklar o‘ziga xos turdagi sardak hisoblanadi. Parhez taomlarida sardaklar suvda yoki sabzavot, yorma qaynatilgan suvda tayyorlanadi (13-rasm).

Hamma sardaklarni ikki guruhga: quyuqlashtiruvchi mahsulot qo‘shilgan va quyuqlashtiruvchi mahsulot qo‘shilmagan holdagilarga bo‘lish mumkin. Quyuqlashtiruvchi mahsulot sifatida kraxmal yoki jazlangan un ishlatiladi. Un qo‘shib tayyorlangan sardaklar issiq holda tarqatiladi.



13-rasm. Sardak turlari.

Sardaklar quyuq-suyuqligi bo'yicha quyuq, o'rtacha quyuqlikda, suyuq holdarda tayyorlanishi mumkin. Suyuqlari — taomga qo'shib berish uchun yoki taomlarni dimlash uchun; o'rtacha quyuqlikdagilari — taomlarni yopish, sabzavot tomlari, qiymalarni tayyorlash uchun; quyuqlari — qiyma sifatida taomlarga tiqilgan holda, ba'zi taomlarning yopishqoqlik darajasini oshirish uchun ishlatiladi.

Sardaklar tayyorlanish texnologiyasiga ko'ra asosiy va hosilali turlarga bo'linadi. Hosilali sardak asosiy sardakka har xil maza, hid, xushxo'rlik, lazzat beruvchi mahsulotlar qo'shish yo'li bilan tayyorlanadi

7.1. SARDAK UCHUN JAZLANGAN UN VA QAYNATMALARNI TAYYORLASH

Ko'pincha issiq sardaklar jazlangan un qo'shib tayyorlanadi, chunki un sardakni quyuqlashtiradi. Sardak bir xil quyuqlikda qumoq-qumoq holdan xoli

bo'lish uchun, tarkibidagi un 120—150°C gacha qizdirib jazlanadi. Buning oqibatida un tarkibida suvda eriydigan moddalar soni ko'payadi. Un tarkibidagi shakar — karamellashadi, kraxmal — dekstrinlanish hodisasiga uchraydi va oqsil ayniydi, o'ziga xos xushxo'r hid va mazaga ega bo'ladi.

Sutdan tayyorlangan sardaklarda quyuqlashtiruvchi bug'doy uni o'miga jo'xori kraxmali ishlatilishi mumkin. Jo'xori kraxmali o'z xossasi bo'yicha issiq suyuqlikda bo'kish xususiyati kamayib, sardagi ham o'ta yopishqoq bo'lmaydi, ozuqalik qimmatini yuqori bo'ladi. 1 litr suyuq sardak tayyorlash uchun 25—50 grammgacha un yoki 25 gramm jo'xori kraxmali ishlatiladi.

Un jazlamalari tayyorlanishiga ko'ra un jazlamalari yog'da va quruq jazlanadi, rangi qizg'ish yoki oq bo'ladi. Issiqlik ta'sir qilmasdan jazlashga sovuq jazlash deyiladi. Sardaklar uchun 1-navli bug'doy uni ishlatiladi.

Qizg'ish rangda jazlangan un ikki xil usulda: yog' bilan yoki yog'siz tayyorlanadi. Qizil, quruq jazlangan unni tayyorlash uchun un elanib, tunuka idish yoki tovaga 3—5 sm qalinlikda yoyiladi va 150°C darajali muhitda qizdiriladi. Qizdirish paytida aralashtirilib turiladi. Natijada un qizg'ish rangga kirib qizdirilgan yong'oq hidiga ega bo'ladi.

Un plita ustida yoki yoki qovurish shkafida jazlanadi. Un jazlanayotganda yog'ochdan yasalgan kapkircha bilan aralashtirilib turiladi. Qizil jazlangan un, asosan, qizil sardaklarni tayyorlashda ishlatiladi.

Unni yog'da qizg'ish rangda jazlash uchun margarin, sariyog' yoki ozuqalik ahamiyatiga ega bo'lgan yog'lar ishlatiladi. Buning uchun osti qalin idishda yog' qizdiriladi va elangan un solinib, yog'och kapkirda aralashtiriladi. Un qizg'ish rangga kirguncha jazlanadi. Yog'da jazlanib tayyor bo'lgan un sochilib turishi kerak. Yog'siz jazlangan unga nisbatan yog'da jazlangan un kamroq ishlatiladi.

Oq rangda jazlangan un ham yog' bilan va yog'siz tayyorlanadi. Osti qalin idishga sariyog' solib qizdiriladi, ustidan elangan un solinib, yog'och kapkirda muntazam aralashtirilib 120°C darajada och sarg'ish rangga kirguncha jazlanadi. Jazlangan un oson sochiluvchan holga kelishi kerak. Ba'zida oq rangda jazlangan un yog'siz tayyorlanadi. Bunda elangan un tovaga solinib, och sarg'ish ranggacha duxovkada yoki plita ustida, yog'och kapkir bilan aralashtirgan holda 24 soat davomida saqlanishi mumkin. Oq jazlangan un sut, qaymoq sardaklari, oq sardak va uning turlari uchun ishlatiladi.

Sovuq holda jazlash. Sardaklarni tez tayyorlash uchun elangan unga bir bo'lak bir xil quyuqlik hosil bo'lguncha aralashtirilib, yog'li qumoq hosil qilinadi. Bunday jazlash oz miqdorda porsiyalangan holda tayyorlanadi.

Qaynatmalar. Qaynatmalar sardaklarning suyuqlik asosi hisoblanadi. Go'sht, suyak qaynatmalari ikki xil usulda tayyorlanadi. Bunday qaynatmalardan biri oq qaynatma bo'lib, tayyorlanish usuli asosiy qaynatmalardan farqlanmaydi. Ular

faqat suyakning o'zida yoki go'sht qo'shilgan holda tayyorlanishi mumkin. Qaynatma 1 kg suyakka 1,5 litr miqdorda suv qo'shib tayyorlanadi. Bunday qaynatma oq sardaklar uchun ishlatiladi. Qizg'ish qaynatma tayyorlash uchun ozuqabop suyak jigarrangga kirguncha qovuriladi va undan qizil sardak tayyorlanadi. Baliq qaynatmalari baliq chiqitlaridan asosiy usulda (1 kg chiqitga 2,5 litr suv solinadi) pishirib tayyorlaniladi. Sardaklar uchun yana asosiy usulda yoki oz suv solib damlangan go'sht, parranda va baliq qaynatmalaridan ham foydalanish mumkin.

Qizg'ish qaynatma. Ishlovdan o'tgan suyak tovaga qo'yilib, 160—170°C darajali qovurish shkafiga 1—1,5 soat davomida tilla rangga kirguncha ushlanadi, so'ng qozonga solinib, ustidan sovuq suv quyiladi va 5—10 soat davomida past olovda qaynatiladi. Qaynash jarayonida vaqti-vaqti bilan ko'pigi va yog'i suzib olinadi. Qaynatma tayyor bo'lishidan avval yog'siz jazlangan ko'kat ildizi, sabzi, piyoz solinadi. Sabzavotlarni suyak bilan birga yoki alohida holda jazlash mumkin.

Qaynatma tarkibidagi ekstraktiv moddalarni ko'paytirib, xushxo'rligini oshirish uchun go'sht qovurilganda hosil bo'ladigan go'sht selini qaynatmaga qo'shsa bo'ladi. Tayyor qaynatma elakdan o'tkazib suziladi.

Quyuproq qizg'ish qaynatma (fyume) tayyorlash uchun tayyor qaynatmani 1/5 yoki 1/10 qismi qolguncha qaynatib bug'lantiriladi. Bunday qaynatma sovuganda qizg'ish rangda dirildoq ko'rinishga ega bo'lishi kerak. Agar qizg'ish qaynatma 5—10 barobar miqdorda qaynoq suvda eritilsa, qizg'ish sardak tayyorlanadigan qizg'ish qaynatma hosil bo'ladi.

Go'sht seli. Go'sht bo'lagi yoki parranda go'shti qozonda qovuriladi. Qovurish jarayonida vaqti-vaqti bilan biroz suv quyib turiladi. Go'sht qovurilib tayyor bo'lgandan keyin qozondan olinib, suyuqligidagi suvi bug'lanib tamom bo'lguncha qaynatiladi, yog'i quyib olinib, ostidagi cho'kmasiga biroz qaynatma qo'shib, bir qaynatib elakdan o'tkazib, suziladi. Go'sht seli qizil sardakka qo'shib ishlatiladi yoki qovurilgan go'sht ustiga qo'yib beriladi.

7.2. UNLI SARDAKLARNI TAYYORLASH.

GO'SHT QAYNATMASIDA QIZIL SARDAK TAYYORLASH

Unli sardaklar go'sht, baliq qaynatmasida, qo'ziqorin qaynatilgan suvda, sutda, qaymoqda tayyorlanadi. Ularga qizil asosiy sardak va uning hosilasi, oq asosiy sardak va uning hosilasi, qo'ziqorin sardagi, sut sardagi, qaymoq sardagi va ularning hosilasi kiradi. E'tiborli joyi shundaki, bu sardaklarning quyuqlashgan asosini jazlangan un hosil qiladi. Unli sardaklardan issiq holda foydalaniladi. Go'sht qaynatmasida tayyorlangan sardaklar ikki guruhga: qizil va oq sardaklarga bo'linadi. Qizil sardaklar aniq sezilarli o'tkir mazaga, asosiy sardak qizg'ish jazlangan un va

qizg'ish rangga, oq sardak esa chuchuk mazaga (tomat sardagidan tashqari) ega bo'ladi. Bu sardak tarkibi ekstraktiv moddalarga boy bo'lib, taomni ishtaha bilan iste'mol qilishga yordam beradi.

Qizil asosiy sardak. Qizg'ish qaynatmaga jazlangan un, jazlangan tomatli sabzavotlarni tayyorlab, qo'shib qaynatiladi va sardak tayyorlanadi. Sardakka mazali, xushxo'r qiluvchi ziravorlarni qo'shib, elakda suzib olinadi.

Qovurilgan suyaklardan qizg'ish qaynatma tayyorlanib, suziladi. Sabzi, ko'kat ildizi, piyoz mayda to'g'ralib, 5—10 minut yog'da jazlanadi, tomat pyure qo'shib, yana 10—15 minut jazlanadi. Qiz-g'ish rangda quruq jazlangan aralashma tayyorlanib 70—80°C gacha sovuyladi va aralashtirib turib umumiy qaynatmaning 1/4 qismi bilan aralashtiriladi va bir xil aralashma hosil qilinadi. Agar qizil sardak yog'da jazlangan undan tayyorlansa, uni qaynoq qaynatmada eritib, yog'och kapkirda aralashtirib, tegishli quyuqlikkacha yetkaziladi.

Qolgan qizg'ish qaynatmaning ko'p qismi qaynatiladi, jazlangan undan tayyorlangan aralashma, jazlangan sabzavot, tomat solinib past olovda 1 soat qaynatiladi. Qaynash natijasida un tarkibidagi kraxmal yopishqoqlashib sardakni quyushtiradi.

Sardak tayyor bo'lishidan 10—15 minut avval unga murch, tuz, lavr yaprog'i, shakar, yanchilgan murch solinadi. Xushxo'rlicini oshirish uchun sardaklarga biroz «Yujniy» sardagi yoki go'sht selini qo'shish ham mumkin. Tayyor sardak elakda suzilib, sabzavotlari ezib qo'shilgan holda yana bir bor qaynatiladi. Bunda sardak sterilizatsiyaga uchrab, uning saqlanish muddati uzayadi.

Qizil asosiy sardak iste'molga tarqatiladigan go'sht kotletlari, rulet, zrazilar, sosiskalar, kalla-pocha mahsulotlari, kartoshkali taomlarga ishlatiladi. Qizil sardak asosida uning hosilasi tayyorlanadi.

Qizg'ish qaynatma 1000 g, eritilgan hayvon yog'i yoki paxta yog'i 25 g, bug'doy uni 50 g, tomat pyuresi 159 g, sabzi 100 g, piyoz 35 g, petrushka (ildizi) 20 g, shakar 20 g.

Sardak pastasidan qizil asosiy sardak tayyorlash. Qizil sardak pastasi o'zining 25—30% vazni hisobidagi qizg'ish qaynatmada aralashtirilib, past olovda 20 minut davomida qaynatiladi. Sardak suzilib, ichidagi sabzavoti ezib qo'shiladi va yana bir bor qaynatiladi.

Piyozli sardak. Bosh piyoz somoncha shaklida to'g'ralib, rangi o'zgartirilmay jazlanib, tayyor holga keltirilgandan so'ng sirka, lavr yaprog'i, donador murch qo'shib 4—7 minut qaynatilib, suyuqligi bug'lantiriladi va ziravorlari ajratib olinib, qizil asosiy sardakka solinib, 10—15 minut qaynatiladi. Sardakka tuz, shakar, margarin qo'shib aralashtiriladi. Piyozli sardak go'sht kotletlari, bitochkilari, kartoshka kotleti, ruleti, zapekankalari va go'sht zapekankalariga qo'shib beriladi.

Qizil asosiy sardak 850 g, bosh piyoz 298 g, oshxona margarini 38 g, 9% li sirka 70 g, oshxona margarini 29 g.

Piyoz va gorchitsali qizil sardak. Qizil asosiy sardak tayyorlanadi. Bosh piyoz mayda chopilib jazlanadi, qizil sardakka qo'shib 10—15 minut qaynatiladi va tuz, tayyor oshxona gorchitsasi, «Yujniy» — sardagi, margarin qo'shib aralashtiriladi. Sardakka gorchitsa solingandan so'ng qaynatilmaydi, chunki gorchitsa qumoqlashib xushxo'rligini buzadi. Piyozli sardak achchiq bo'ladi. Uni qovurilgan go'sht kotleti, sosiska, sardelka, kolbasa dudlangan cho'chqa biqin go'shti, cho'chqa go'shtlariga qo'shib beriladi.

Piyoz va bodringli qizil sardak. Qizil asosiy sardak tayyorlaniladi. Boshpiyoz mayda chopilib, jazlanadi va sirka, lavr yaprog'i, donador murch qo'shib, obdan yaxshilab pishiriladi.

Marinadlangan mayda bodring (kornishon) mayda to'g'raladi. Agar tuzlangan bodring bo'lsa, po'sti, urug'idan tozalanib, siqib suyuqligi kamaytiriladi. Tayyor piyozli qizil sardakka to'g'ralgan bodring, tuz, shakar, «Yujniy» sardagi solinib, 10—15 minut qaynatiladi. So'ng lavr yaprog'i, murch ajratib tashlanadi. Saqlanishi lozim bo'lsa, margarin solinadi. Mayda to'g'ralgan bodring sardakka solinmay, taom ustiga sepib berilishi mumkin. Tayyor sardak o'ziga xos nordon-achchiq mazaga ega bo'ladi. U file, langet, kotlet, bitochki va boshqa go'sht taomlariga qo'shib beriladi.

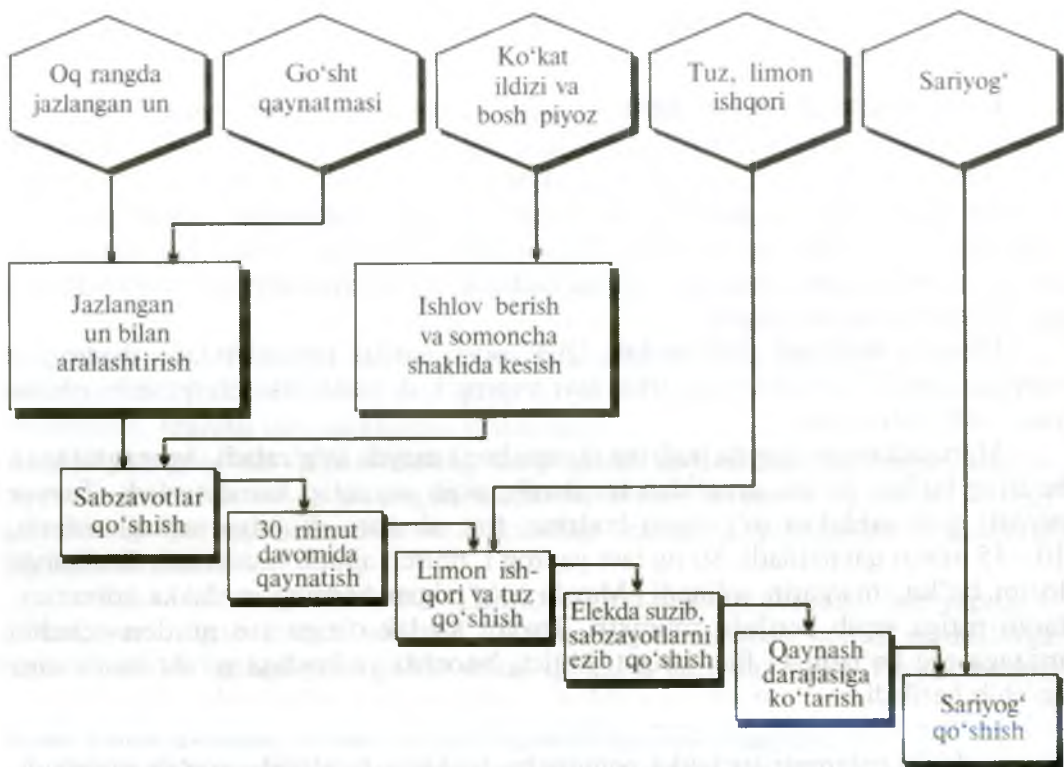
Ko'kat ildizi solingan qizil sardak. Sabzi, petrushka, selderey ildizi, bosh piyoz, shirin qalampir ingichka somoncha shaklida to'g'ralib, yog'da jazlanadi, so'ng qizil asosiy sardakka solinib, donador murch qo'shiladi va 10—15 minut qaynatiladi. Sardak tayyor bo'lishidan avval ko'k no'xat, romb shaklida to'g'ralgan ko'k loviya, vino (madera) qo'shib qaynatiladi. Bunday sardak dimlangan go'sht yoki tefteli tayyorlashda ishlatiladi. Sardakni vino qo'shmay tayyorlasa ham bo'ladi.

7.3. BALIQ VA GO'SHT QAYNATMASIDAN OQ SARDAKLAR TAYYORLASH

Go'sht qaynatmasida tayyorlangan oq sardak

Oq sardaklar go'sht va baliq qaynatmasida jazlangan oq un aralashtirib tayyorlanadi.

Oq asosiy sardak. Oq asosiy sardak (14-rasm) uchun qaynatma tayyorlanadi. Ko'kat ildizi, piyoz somoncha shaklida to'g'raladi. Osti qalin tovada margarin yoki sariyog' eritilib, elangan un solinib, och sarg'ish rangga kirguncha jazlanadi. Jazlangan un 80°C darajadagi go'sht qaynatmasiga solinib, bir xil quyuvlikdagi



14-rasm. Oq asosiy sardak tayyorlash chizmasi.

aralashma hosil bo'lguncha yog'och kapkirda aralashtirib turiladi. Hosil bo'lgan aralashmaga sabzavotlar solinib, vaqti-vaqti bilan ko'pigi suzilib, 30 minut davomida past olovda qaynatiladi. Tayyor bo'lgan sardakka tuz, limon sharbati qo'shiladi, elakda suzib olinadi va yana qaynatiladi. Suzib olingan sabzavotlar ezib sardakka solinadi.

Tayyor oq sardakka ozroq margarin solinadi va marmitda saqlanadi. Oq asosiy sardak pishirilgan go'sht, parranda go'shti iste'molga tortilayotganda qo'shib beriladi. Agar sardak go'shtlarni yopish va suyuq oshlarga ishlatiladigan bo'lsa, unga limon sharbati qo'shilmaydi.

Qaynatma 1100 g, oshxona margarini 50 g, bug'doy uni 50 g, piyoz 36 g, petrushka (ildizi) 27 g yoki selderey (ildizi) 29 g, limon sharbati 1 g, margarin 50 g.

Sardak pastasidan oq sardak tayyorlash. Oq sardak pastasi yarim tayyor mahsulotga issiq qaynatma oz-ozdan qo'shilib, 30 minut qaynatiladi va suzib olinadi.

Sardakni yana sabzavot yoki yorma qaynatilgan suvda ham tayyorlash mumkin. Yopilgan go'sht taomlari tarqatilayotganda qo'shib beriladi. Oq asosiy sardakdan quyidagi sardak turlari tayyorlanadi:

Bug' sardagi. Oq asosiy sardak go'sht, parranda go'shti qaynatmasida yoki ularning konsentrlangan qaynatmasida tayyorlanadi. Sardak konsentratini kuchaytirish uchun go'sht, tovuq pishirilgan qaynatma 30 minut davomida qaynatib bug'lantiriladi.

Tayyor bug' sardagiga limon ishqori yoki limon sharbati, tuz solinib qaynatiladi va oq sof vino qo'shiladi. Sardakka sariyog' yoki margarin qo'shib 75°C darajali marmitda saqlanadi. Sardakka yangi shampinon qo'ziqorin yoki qo'ziqorin qaynatilgan suvini qo'shib tayyorlash ham mumkin. Bu bilan sardak tarkibidagi ekstraktiv moddalar ko'payadi, sardak yanada xushxo'r bo'ladi. Bug' sardagi buzoq go'shtiga, bitochkilarga, oz suvda yoki asosiy usulda pishirilgan tovuq, jo'ja go'shti, tovuq kotletlariga qo'shib beriladi.

Oq asosiy sardak 950 g, vino(sof oq holdagi) 50 g, limon ishqori 1 g, oshxona margarinini yoki sariyog' 50 g.

Tuxumli oq sardak. Xom tuxum sarig'i, biroz sariyog', qaymoq yoki qaynatma qo'shib, idishi bilan 60—70°C li suvga (suv hammomiga) qo'yilib, quyuqroq holga kelguncha ushlab turiladi. Tayyorlangan aralashma 70°C oq asosiy sardakka aralastirilib, ezilgan muskat yong'og'i, tuz, limon ishqori qo'shib tayyor holga keltiriladi. Bu sardak oz suvda bug'lab pishirilgan buzoq go'shti, qo'y, tovuq, ilvasin go'shti taomlariga qo'shib beriladi.

Tomat sardagi. Tomat sardagi oq asosiy sardakdan tayyorlanadi. Ishlovdan o'tgan sabzavotlar somoncha shaklida to'g'raladi va 5—10 minut davomida jazlanib, tomat pyuresi qo'shilib yana 15 minut jazlanadi.

Osti qalin idishda oshxona margarinini eritilib, elangan bug'doy uni solinib, rangi o'zgarmagan holda jazlanadi, ustidan issiq qaynatma quyilib, yog'och kapgirda aralastirib bir xil quyuqlikka keltiriladi. Jazlangan un yog'da yoyilarli darajada bo'lishi kerak. Jazlangan oq un go'sht qaynatmasida aralastiriladi, jazlangan sabzavot va tomat solinib, 30 minut davomida qaynatiladi. Sardak tayyor bo'lishidan 10 minut avval lavr yaprog'i, yanchilgan murch, tuz, shakar, limon ishqori solinadi. Tayyor sardak elakda suzilib, sabzavotlari eziladi, bir qaynatilib, saqlanishi lozim bo'lsa, sariyog' yoki margarin solinadi. Tayyor sardakning 1 kilogrammiga 75 yoki 100 gramm oq sof vino qo'shib tayyorlash ham mumkin. Bunda limon kislotasining miqdori ma'lum darajada kamroq solinadi.

Tomat sardagi sosiskalarga, eskalop, langet, ko'p yog'da qovurilgan miya, qo'y go'shti, go'sht kotlet massasi chaxonbil, sabzavot issiq taomlariga qo'shib beriladi. Tomat sardagi asosida uning boshqa turlari ham tayyorlanadi.

Go'sht qaynatmasi 700 g, oshxona margarini 35 g, bug'doy uni 5 g, sabzi 63 g, bosh piyoz 36 g, petrushka (ildizi) 27 g, tomat pyuresi 35 g, oshxona margarini 20 gm, shakar 10 g.

Baliq qaynatmasida tayyorlangan oq sardak

Oq rangda jazlangan un, baliq qaynatmasi baliqli oq sardakning asosi hisoblanadi. Baliq qaynatmasini asosiy usulda yoki oz suvda pishirilgan baliqda yoki baliq chiqitlaridan tayyorlash mumkin. Qaynatma tayyorlash usuli xuddi suyuq oshlarga tayyorlangan baliq qaynatmalariga o'xshash, lekin yuqoriroq konsentratsiyaga ega bo'ladi.

Oq asosiy sardak. Unni yog'da rangini o'zgartirmay jazlab, issiq baliq qaynatmasida yog'och kagpir bilan aralashtirib bir xil quyuqlikka keltiriladi va somoncha shaklida kesilib, rangini o'zgartirmay jazlangan ko'kat ildizi, piyoz qo'shilgan holda 30 minut qaynatiladi. Qaynash jarayonida vaqti-vaqti bilan ko'piklari olib turiladi va tayyor bo'lish oldidan tuz solinadi. Sardak suzilib, sabzavotlari ezib solinib, yana bir bor qaynatiladi. Agar sardak yopilgan baliq taomi uchun ishlatiladigan bo'lsa, tayyorlash jarayonida piyoz va ko'kat ildizlari ishlatilmaydi. Qaynatib pishirilgan yoki dimlab pishirilgan baliq taomlari uchun sardak qo'shib berishdan oldin unga limon sharbati yoki margarin solib aralashtiriladi.

Biz quyida oq asosiy sardak turlari bilan tanishamiz.

Bug' sardagi. Tayyorlanish usuli xuddi go'sht qaynatmasidagi bug' sardagiga o'xshash bo'lib, uning suyuqligi baliq bug' qaynatmasidan tashkil topadi. Bu sardak dimlab pishirilgan baliq taomlariga qo'shib beriladi.

Tuzlama suvi qo'shilgan sardak. Oq asosiy sardak tayyorlanadi. Tuzlangan bodring suvi suzilib, qaynatiladi va oq asosiy sardak bilan aralashtirib 5—10 minut qaynatiladi, ta'miga ko'ra tuz, limon ishqori solinib, margarin yoki sariyog' bilan aralashtiriladi.

Sardakka maxsus tayyorlangan garnir qo'shib tayyorlash ham mumkin. Tuzlangan bodring po'chog'i va urug'idan tozalanib, somoncha yoki tilim-tilim shaklida to'g'raladi va o'z suvida biroz qaynatiladi. Osyotr balig'i kallasi pishirilib, kemirchak suyaklari ajratilib, maydalab, qo'ziqorin pishirilib, tilim-tilim shaklida kesiladi. Tuzlangan bodring, kemirchak suyaklar, qo'ziqorin aralashtirib, ustidan qaynatma quyiladi. Tayyorlangan garnir sardakka solinib, 70—75°C darajagacha qizdiriladi.

Sardakka oq sof vino va yanchilgan murch qo'shib tayyorlasa ham bo'ladi. Sardak dimlab pishirilgan baliq ustiga, garnir solingan taomlarga qo'shib beriladi.

Tomat sardagi. Bu sardak xuddi go'sht qaynatmasida tayyorlangan tomat sardagiga o'xshash usulda, lekin baliq qaynatmasida tayyorlanadi. Tarqatishda

qovurilgan, dimlab pishirilgan, yopilgan baliq taonlariga qo‘shib beriladi. Tomat sardagiga qo‘shimcha mahsulotlar qo‘shib uning boshqa turlari tayyorlanadi.

Sabzavotli tomat sardagi. Mayda kubik shaklida to‘g‘ralgan sabzi, petrushka ildizi, bosh piyoz jazlanib, tomat sardagiga aralashtiriladi, yanchilmagan donador murch qo‘shib 10—15 minut qaynatiladi. Tayyor bo‘lishi oldidan lavr yaprog‘i, limon ishqori, oq sof vino, sariyog‘ yoki margarin solinadi. Bu sardak qaynatib pishirilgan, suvda pishirilgan va qovurilgan baliq taomlariga qo‘shib beriladi.

7.4. QO‘ZIQORIN SARDAKLARI

Qo‘ziqorin sardaklari oq jazlangan un va oq qo‘ziqorin pishirilgan suvda tayyorlanadi. Qo‘ziqorin qaynatilgan suvning konsentratsiyasi suyuq oshlarga nisbatan kuchlirok bo‘ladi.

Qo‘ziqorin sardagi. Pishirilgan qo‘ziqorin va bosh piyoz somoncha shaklida to‘g‘raladi yoki mayda chopiladi. Piyoz jazlanadi va tayyor bo‘lishidan 5 minut avval qo‘ziqorin qo‘shiladi. Un yog‘ bilan rangi o‘zgartirilmagan holda jazlanadi, qo‘ziqorin qaynatilgan issiq suvda 10—15 minut qaynatiladi. Qaynash davomida aralashtirib turiladi. Tayyor bo‘lishidan avval tuz qo‘shiladi. So‘ng sardak elakda suzib olinadi, jazlanib tayyorlangan piyoz, qo‘ziqorin qo‘shilib yana 10 minut qaynatiladi. Ta‘mini yaxshilash uchun sariyog‘ yoki margarin qo‘shiladi. Sardak kartoshka kotleti, zrazisi, ruleti, kartoshka zapekankasi, guruch yoki go‘sht kotletlariga qo‘shib beriladi, boshqa turdagi qo‘ziqorin sardagini tayyorlash uchun ishlatiladi.

Qurilgan qo‘ziqorin 30 g, sup 920 g, qo‘ziqorin qaynatilgai suv 800 g, oshxona margarini 40 g, bug‘doy uni 40 g, bosh piyoz 298 g, oshxona margarini 25 g, sariyog‘ (oshxona margarini) 20 g.

Tomatli qo‘ziqorin sardagi. Tayyor qo‘ziqorin sardagiga jazlangan tomat pyuresi solinib qaynatiladi va margarin qo‘shiladi. Qo‘ziqorin sardagi bilan beriladigan taomlar bilan birga, kartoshka kroketiga ham qo‘shib beriladi.

7.5. SUT SARDAKLARI

Sut sardaklari issiq sardak turlariga kiradi. Ular och sarg‘ish rangda jazlangan un va sariyog‘ aralashmasida tayyorlanadi.

Sut yoki sut-suv aralashmasi qaynatiladi. Osti qalin idishda sariyog‘ eritilib, elangan un jazlangandan so‘ng, qaynoq sut bilan aralashtiriladi. Aralashtirish

bilan bir vaqtda aralashma past olovda 7—10 minut davomida qaynatiladi, ta'nga ko'ra tuz, shakar solinadi. Sardak elakda suzilib, sariyog' solib aralashtiriladi. Agar sariyog' solinmasa, aralashma yuzida yupqa qaymoq bog'lab qolishi mumkin. Sut sardaklari ishlatilishiga qarab turlicha quyuq-suyuqlikda tayyorlanadi (6-jadval). Uch turdagi sut sardaklari mavjud: *suyuq sardaklar* sabzavot, yorma va boshqa taomlarga quyib beriladi; *o'rta quyuqlikdagi sardaklar* — yopish uchun (sardakka xom tuxum sarig'i aralashtiriladi) sabzavot, go'sht, baliq taomlarining usti berkitiladi hamda asosiy usulda yoki dimlab pishirilgan sabzavotlarga aralashtirilgan holda ishlatiladi; *quyuq sardaklar* parranda va ilvasin go'shtidan tayyorlangan do'lmalarga solinadi, qiymali mahsulot tayyorlashda ishlatiladi, sabzi kotletiga, sirniklarga aralashtiriladi.

Sut sardagidan uning boshqa hosilali turlari ham tayyorlanadi.

Piyozli sut sardagi. Bosh piyoz mayda chopilib, sariyog'da rangi o'zgartirilmay jazlanadi va go'sht qaynatmasidan biroz solinib, usti berkitilib, yumshoq holga kelguncha dimlanadi. Qaynab turgan sut sardagiga tayyorlangan piyoz solinib, aralashtirib 5—10 minut qaynatiladi, tuz, yanchilgan qizil qalampir solinadi. Sardak elakda suzilib, piyozi ezib solinadi, yana bir bor qaynatib, sariyog' solinadi. Tayyor sardak piyoz ta'sirida xushxo'r bo'ladi. Bu sardak kotletlarga va qo'y go'shtidan qovurib tayyorlangan taomlarga qo'shib beriladi.

Sut 675 g, sariyog' 40 g, bug'doy uni 40 g, bosh piyoz 298 g, sariyog' 20 g.

Shirin sut sardagi. Suyuq sut sardagi tayyorlanib, shakar, vanilin qo'shiladi va 3—5 minut qaynatiladi. Shirin sut sardagi suzma va yormalardan tayyorlanadigan sirniklar, pudinglar, zapekankalarga qo'shib beriladi.

Sut 750 g, sariyog' 10 g, bug'doy un 40 g, suv 250 g, shakar 100 g, vanilin 0,05 g.

7.6. SMETANA SARDAKLARI

Smetana sardaklari sof nordonroq, qaymoqli va oq sardakli bo'ladi. Smetana sardagi oq rangda jazlangan un qo'shib tayyorlanadi. Ko'pincha narxi arzonroq sardak tayyorlash uchun go'sht qaynatmasidan oq sardak tayyorlanib, ustidan 50% nordon qaymoq aralashtiriladi va bir qaynatib sardak tayyorlanadi.

Go'sht qaynatmasidagi smetana sardagi. Osti qalin idishda yog'da rangi o'zgartirilmay un jazlanadi va qaynoq smetana bilan bir xil quyuqlikka kelguncha aralashtiriladi, ta'miga ko'ra tuz solinib, 3—5 minut qaynatiladi va elakdan o'tkazib

suziladi, yana bir bor qaynatib sariyog' solib aralashtiriladi. Bu sardak go'sht, baliq, sabzavot, suzmali taomlarga qo'shib beriladi, smetana sardagining boshqa turlarini tayyorlashda ishlatiladi.

Smetana 500 g, bug'doy uni 50 g, go'sht qaynatmasi yoki mahsulot qaynatilgan suv 500 g.

Sof smetana sardagi. Yog'siz yoki yog'da oq rangda un jazlanib, qaynoq qaymoqqa aralashtiriladi, tuz qo'shib 5—7 minut qaynatiladi. Elakdan o'tkazib, yana bir bor qaynatiladi. Quyida smetana sardagi turlarini tayyorlash usullari keltirilgan.

Tomatli smetana sardagi. Smetana sardagi tayyorlanib, ustidan qaynatib quyuqlashtirilgan tomat pyuresiga aralashtiriladi, tuz, yanchilgan murch qo'shib qaynatiladi. Teftel, sabzavot qiymali do'lmalarni tayyorlashda ishlatiladi.

Smetana sardagi 1000 g, tomat pyuresi 100 g.

Piyozli smetana sardagi. Bosh piyoz ingichka somoncha shaklida to'g'ralib, yumshaguncha jazlanadi. Biroq jazlangan piyozning rangi o'zgarasligi kerak. Smetana sardagi tayyorlanib, unga piyoz solinib 7—10 minut qaynatiladi, tuz, «Yujniy» sardagi qo'shib aralashtirib turib qaynatiladi. Bu sardak kotletlar, langet, befstroganov, bitochki, jigar va boshqa go'sht taomlariga qo'shib beriladi.

Piyozli, tomatli smetana sardagi. Bosh piyoz mayda chopilib, yumshoq holga kelguncha, so'ng tomat pyuresi qo'shib yana 5—7 minut jazlanadi. Smetana sardagi tayyorlanib yuqoridagi aralashma sardakka qo'shiladi, aralashtirib qaynatiladi. Bu sardak teftel, sabzavotli karam do'lmalarini tayyorlashda, go'shtli kotlet taomlariga qo'shib beriladi.

Yerqalampirli smetana sardagi. Yerqalampir ildizi ishlovdan o'tkazilib, mayda ko'zli qirg'ichda qirilib, sariyog'da jazlanadi, 9% li sirka, lavr yaprog'i, donador murch qo'shib yer- qalampirning xushbo'y hidi chiqishi uchun 5 minut davomida qaynatiladi. Lavr yaprog'i, donador murch olib tashlanib, smetana sardagi tayyorlanadi, unga yerqalampir va tuz qo'shib qaynatiladi. Bu sardak pishirilgan mol go'shtiga, til, rulet, dudlangan cho'chqa go'shtlariga qo'shib beriladi.

7.7. UNSIZ SARDAKLARNI TAYYORLASH.

YOG'-TUXUM SARDAKLARI VA YOG' ARALASHMALARI

Un qo'shilmay tayyorlanadigan sardaklar turiga sariyog' yoki o'simlik yog'i, sirka, meva qaynatilgan suvlarda tayyorlangan sardaklar kiradi.

Yog'-tuxum sardaklari

Polyakcha sardak. Tuxum to'la pishirilib, sovitiladi, tozalanib, maydalab to'g'raladi. Petrushka yoki ukrop ko'kati maydalab to'g'raladi. Eritilgan sariyog'ga tayyorlangan ko'kat, tuxum, ta'bga ko'ra limon ishqori yoki limon sharbati, tuz solinadi. Sardak aralastirilib, 70°C darajagacha isitiladi. Bu sardak pishirilgan baliq, borsh yoki gulkaram taomlariga qo'shib beriladi.

Sariyog' 700 g, tuxum 8 *dona*, petrushka (ko'kati) yoki ukrop (ko'kati) 27 g, limon ishqori 2 g.

Oq sardakda tayyorlangan polyakcha sardak. Hamma mahsulotlar yuqorida ko'rsatilgan polyakcha sardakdagiga o'xshash tayyorlanadi va shunday ketma-ketlik asosida oq asosiy sardakka qo'shiladi. Baliq taomlari uchun sardak baliq qaynatmasida tayyorlanadi. Bu sardak polyakcha sardakka nisbatan arzonga tushadi. Polyakcha sardak qaysi taomlarga qo'shib beriladigan bo'lsa, bu sardak ham o'sha taomlarga qo'shib beriladi.

Sariyog' 325 g, tuxum 6 *dona*, petrushka (ko'kati) yoki ukrop (ko'kati) 27 g, limon ishqori 2 g, baliq qaynatmasi 450 g, sariyog' 25 g, bug'doy uni 25 g.

Urvoq sardagi. Oq qotgan bug'doy noni maydalanadi, elanib, sarg'ish rangga kirkuncha jazlanadi. Sariyog' eritilib, yog' tarkibidagi suv bug'lanib, qo'ng'ir cho'kma hosil bo'lguncha qizdiriladi. So'ngra yog' elakda suzilib, tayyorlangan urvoq, tuz, limon ishqori yoki sharbati qo'shib, tayyor holga keltiriladi. Bu sardak pishirilgan sabzavot taomlari — bryussel, oq o'zakli, qizil o'zakli karamlarga, gulkaram sarsabil, artishoklarga qo'shib beriladi.

Yog' aralashmalari (omuxtalari)

Yog' aralashmalari yumshatilgan sariyog'ga maydalangan pishloq, seld, kilka, ko'katlar qo'shib aralastirib shakl berilib, yana sovitib qotirilgan mahsulotdan iborat. Ular 10—15 gramm vaznda kesilib tarqatiladi. Ularning xushxo'rlikini oshirish uchun limon sharbati qo'shiladi. Yog' aralashmalarini go'sht, baliq, sabzavotdan tayyorlangan issiq taomlarga ziravor sifatida, sovuq taomlarni bezash, buterbrodlar tayyorlash va parhez taomlari uchun ishlatiladi. Yog' aralashmalari doira, to'rtburchak, romb, kvadrat, shar, yong'oqcha, gul shakliga ega bo'ladi. Ular yaxshi qotirilgan va kesilganda shakli saqlanadigan bo'lishi kerak.

Ko'k yog'. Eritilgan sariyog'ga mayda chopilgan petrushka ko'kati, limon ishqori qo'shib aralastiriladi. So'ng baton yoki ingichka kolbasa shakli berilib sovitilgandan

keyin kesiladi. Ular bifshteks, antrekot, qovurilgan baliq taomlariga qo'shiladi, buterbrod tayyorlashda va boshqa taomlarga ishlatiladi.

Seld yog'i. Seld sof filesi suvga bo'ktirilib tuzi ketkaziladi va mayda ko'zli go'sht qiymalovchi yoki ezuvchi mashina yoki elakdan o'tkazilib, eritilgan sariyog' bilan ko'pirguncha aralashtiriladi va muzxonada saqlanadi. Gazak sifatida buterbrod tuxum qiymasini tayyorlashda ishlatiladi.

Gorchitsali yog'. Eritilgan sariyog'ga gorchitsa qo'shib aralashtiriladi. Buterbrod tayyorlashda ishlatiladi.

Pishloqli yog'. Rokform yoki ko'k pishloq qirg'ichda qirilib, eritilgan sariyog' qo'shib, ko'pirguncha aralashtiriladi. Buterbrod tayyorlashda ishlatiladi. Parhez taomlari uchun ishlatiladigan bo'lsa, o'tkir mazaga ega bo'lmagan pishloqlardan tayyorlanib, gazak sifatida tarqatiladi.

Pushti yog'. Yumshatilgan sariyog'ga tomat pyuresi qo'shib ko'pirguncha aralashtiriladi va buterbrod tayyorlashda ishlatiladi.

Tuxum sarig'i pastasi. Tuxum to'la pishiriladi, sarig'i oqidan ajratilib eziladi va sariyog', tuz qo'shib, bir xil quyuqlikda aralashtiriladi. Pastaga qaymoq ham qo'shish mumkin. Buterbrodlar tayyorlashda, banket taomlarini bezashda ishlatiladi.

Brinza pastasi. Brinza qirg'ichdan o'tkazilib, nordonroq qay-moq bilan yaxshilab aralashtiriladi. Unga yanchilgan qizil garmdori qo'shish mumkin. Brinza pastasi buterbrod tayyorlashda ishlatiladi.

7.8. SOVUQ SARDAKLAR VA JELELAR

Sovuq sardaklar o'simlik yog'i yoki sirkada, jelelar esa konsentrlangan go'sht yoki baliq qaynatmalarida tayyorlanadi. Sovuq sardaklarga zapravkalar, marinadlar, yerqalampir sardagi, mayonez va boshqalar kiradi. Bu sardaklar go'sht, baliq, sabzavot taomlariga qo'shib beriladi, salat, vinegret, buterbrodlar tayyorlashda ishlatiladi.

Salat zapravkalari. Sirka, shakar, tuz, yanchilgan murch bilan qizdirib, sovitilgan o'simlik yog'i qo'shib yaxshilab aralashtiriladi va ishlatishga qulay bo'lgan idishga solib qo'yiladi. Ishlatishdan avval zapravka tarkibidagi mahsulotlari bir xil aralashishi uchun yaxshilab chayqatiladi. Ular yangi sabzavot salatlari, vinegretlar, sabzavotli garnirlarga qo'shib ishlatiladi.

O'simlik yog'i 350 g, 3%li sirka 650 g, shakar 45 g, yanchilgan murch 2 g, tuz 20 g.

Gorchitsali zapravka. Oshxona gorchitsasi tuz bilan ezilib, shakar, yanchilgan murch, sirka, o'simlik yog'i qo'shib aralashtiriladi. Tarqatishdan avval yaxshilab

chayqatilib aralashtiriladi. Vinegretlarga, seldga, sovuq taom garnirlariga qo‘shib beriladi.

O‘simlik yog‘i 400 g, oshxona gorchitsasi 100 g, 3% li sirka 450 g, shakar 50 g, tuz 10 g, yanchilgan qora murch 2 g.

Tuxum sarig‘i bilan gorchitsali zapravka. Tuxum to‘liq pishiriladi, po‘chog‘i tozalanib, sarig‘i ajratiladi. So‘ng ezilib elakdan o‘tkaziladi, oshxona gorchitsasi, tuz, shakar, yanchilgan murch qo‘shib aralashtiriladi, sirka, o‘simlik yog‘i qo‘shib bir xil quyuqlikdagi aralashma hosil qilinadi va salatlariga, seldga quyish uchun ishlatiladi.

Smetanali zapravka. Smetanaqa pishirilgan tuxum sarig‘i ezilib, oshxona gorchitsasi, tuz, shakar bilan aralashtiriladi, bir xil quyuqlikka keltirilib, salatlarining ustiga qo‘yib ishlatiladi.

Mayonez sardagi. Xom tuxumdan sarig‘i ajratiladi. O‘simlik yog‘i qizdirilib, sovitiladi. Bunda yog‘ni ko‘pirtirish natijasida mayda sharchalarga bo‘linishi osonlashadi. Oksidlanmaydigan idishga tuxum sarig‘i, oshxona gorchitsasi, tuz, shakar solinib, yog‘och kapqircha yordamida bir xilda aralashtiriladi. Tayyorlangan aralashma bir yoqlama aylantirilgan holda naycha usulda oz-ozdan o‘simlik yog‘i qo‘shiladi va bir xil quyuqlikdagi aralashma hosil bo‘lguncha aralastirib turiladi. So‘ng sirka qo‘shib aralashtiriladi. Buning natijasida sardak rangi tiniqlashadi.

Mayonez xom tuxum sarig‘ini ko‘pirtirib emulsiya holida joylashgan yog‘ donachalaridan iborat. Yaxshi ko‘pirtirmaslik va uzoq muddatda saqlanishi natijasida mayda yog‘ donachalari o‘zaro birikib sardak yuziga suzib chiqadi. Bunday hodisa sardakning buzilishi yoki o‘z xususiyatini yo‘qotishi hisoblanadi. Buni qayta mayonez holiga keltirish uchun yangi tuxum sarig‘ini olib buzilgan mayonezdan oz-ozdan solib ko‘pirtiriladi. Agar bu jarayon ko‘pirtiruvchi mashinada bajarilsa, yog‘ sharchalari maydaroq holda emulsiyaga uchrab, sardakning turg‘unlik darajasi uzoqroq bo‘ladi. Emulsiya-langanligi tufayli mayonez yengil hazm bo‘ladi.

Mayonezni oq sardak qo‘shib ham tayyorlash mumkin. Oq sardak uchun un yog‘siz, rangini o‘zgartirmay jazlanib sovitiladi, sovuq qaynatmada sirka bilan aralashtirilib, qaynatiladi va sovitiladi. Un o‘rniga kartoshka yoki jo‘xori kraxmalini ham ishlatish mumkin.

Mayonezni salat, vinegret, buterbrod, go‘sh taomlari uchun hamda mayonez sardagi turlarini tayyorlashda ishlatiladi.

O‘simlik yog‘i 750 g, tuxum (sarig‘i) 6 dona, oshxona gorchitsasi 20 g, shakar 20 g, 3% li sirka 150 g.

Smetanali mayonez sardagi. Mayonezga smetana solib aralashtiriladi. Go‘sh, baliqdan tayyorlangan sovuq taomlarga qo‘shib beriladi. Salatlariga aralashtiriladi.

Kornishonli mayonez sardagi. Kornishon (marinadlangan mayda bodring) mayda to'g'ralib, mayonez va «Yujniy» sardagi bilan aralashtiriladi. Go'sht, baliqdan tayyorlangan issiq va sovuq taomlarga qo'shib beriladi.

Jelesi mayonez sardagi. Sovitilgan, lekin hali suyuq holda bo'lgan go'sht yoki baliq jelesi mayonez sardagiga oz-ozdan qo'shib, ko'pirtirib aralashtiriladi. Dirildoq suyuq taomlarni tayyorlashda ishlatiladi.

Yerqalampirli mayonez sardagi. Yerqalampir ildizi qirg'ichdan o'tkazilib, oz suvda bir qaynatib, sovitiladi va mayonez sardagi bilan aralashtiriladi. Tarqatishda qiyma tiqib tayyorlangan baliq, pishirilgan go'sht, ilvira taomlariga qo'shib beriladi.

Tomatli sabzavot marinadi. Sabzi, piyoz mayda somoncha shaklida to'g'ralib, o'simlik yog'ida yumshoq holga kelguncha jazlanadi va tomat pyuresi qo'shib aralastirgan holda yana 10 minut jazlanadi. Sirka, lavr yaprog'i, donador murch, tuz, shakar qo'shib aralashtiriladi. Agar marinad quyuc bo'lsa, biroz baliq qaynatmasi qo'shib, 15—20 minut qaynatiladi. So'ng sovitib, oksidlanmaydigan idishda saqlanadi. Bu marinad «qovurilgan baliq marinad ostida» taomi uchun ishlatiladi. Yuqorida ko'rsatilgan sabzavotlardan tashqari marinad ko'kat ildizlari (petrushka, selderey, qichitqon) bilan tayyorlanadi. Marinad xushxo'r bo'lishi uchun qalampirmunchoq va boshqa ziravorlar qo'shiladi.

Marinadga tomat qo'shilmay (oq marinad) tayyorlanishi ham mumkin. Quyucqlik darajasini hosil qilish uchun tayyor bo'lish oldidan un yoki kartoshka kraxmali qo'shiladi. Marinad uchun sabzavot toj yoki yulduzcha shaklida kesiladi. Marinad tarkibiga qizilcha ham qo'shish mumkin.

Sabzi 625 g, bosh piyoz 238 g, yoki luk-parey 203 g, tomat pyuresi 200 g, o'simlik yog'i 100 g, 3% li sirka 300 g, shakar 30 g, baliq qaynatmasi yoki suv 100 g.

Yerqalampir sardagi. Ishlovdan o'tgan yerqalampir ildizi 1,5—2 soat sovuq suvda ushlanib, qirg'ichda qirilib, ustidan qaynoq suv quyiladi, usti berkitilib soviguncha saqlanadi. Sirka, tuz, shakar qo'shib aralashtiriladi. Oksidlanmaydigan idishlarda usti berk holda saqlanadi. Sirkali yerqalampir sardagi go'sht, baliq sovuq taomlariga qo'shib beriladi.

Yerqalampir (ildizi) 469 g, 9% li sirka 250 g, shakar 20 g, tuz 20 g, qaynoq suv 450 g.

Smetanali yerqalampir sardagi. Yerqalampir ildizi xuddi sirkali yerqalampir sardagiga o'xshash tayyorlanib, smetana, tuz, shakar bilan aralashtiriladi. Pishirilgan cho'chqa bolasi, ilvira va boshqa taomlarga qo'shib beriladi.

Oshxona gorchitsasi. Gorchitsa poroshogi ustidan qaynoq suv quyib, aralastirib 5—7 soat davomida ushlanadi. Yuzidagi suvi to'kib tashlanib, tuz, shakar, sirka, o'simlik yog'i qo'shib aralashtiriladi. Tayyorlangan oshxona gorchitsasi go'sht taomlariga, sardaklarga qo'shib ishlatiladi.

Baliq jelesi. Tayyorlangan jelatin ustiga qaynatib sovutilgan suv (1 : 10) quyilib aralashtiriladi va 30—60 minut davomida bo‘ktiriladi. Bo‘ktirilgan jelatin suyuqligi suzilib, sochiqda siqib olinadi va bu suyuqlikda «ottyajka» tayyorlanadi. Qaynatmani tiniqlashtiradigan aralashma 2 usulda tayyorlanadi. Birinchi usulda xom tuxum oqi ko‘pirtirilib, sovuq suvda bir xil aralashtiriladi. Ikkinchi usulda har xil baliq uvuldurug‘i mayda chopilgan bosh piyoz va ozroq suv bilan aralashtirib tayyorlanadi.

Baliq chiqitidan qaynatma tayyorlanadi. Tayyorlash jarayonida ko‘kat ildizi, bosh piyoz, tayyor bo‘lishdan avval esa lavr yaprog‘i, donador murch solinadi. Tayyor qaynatma suzilib, yuzidagi yog‘i suzib olinadi. Qaynoq qaynatmaga bo‘ktirilgan jelatin qo‘shib aralashtiriladi, tuz, sirka yoki limon ishqori qo‘shib jelatin suyuqlikda erigandan so‘ng 70°C gacha sovutiladi. Tayyorlangan suyuqlikka «ottyajka» qo‘shib aralashtirib qaynatiladi. 15 minut davomida past olovda qaynatilgandan so‘ng plita chetida 10—15 minut davomida tindiriladi. Bunda «ottyajka» suyuqlik ostiga cho‘kishi, qaynatma esa tiniq holga kelishi lozim. Jele elak ustiga qo‘yilgan mato orqali o‘tkazib suziladi, so‘ng qaynatilib sovutiladi.

Baliq jelelari yarim sovutilgan holda baliq dirildoq taomlarini tayyorlash uchun suyuq holda sardaklarga qo‘shiladi, qotirilgan holda kesilib, taomlarni bezash uchun yoki mayda kesilgan holda garnir sifatida sovuq taomlarga qo‘shib beriladi.

Ozuqalik ahamiyatiga ega bo‘lgan baliq chiqiti 1000 g, jelatin 40 g, sabzi 25 g, bosh piyoz 24 g, petrushka (ildizi) 13 yoki selderey (ildizi) 15 g, 9% li sirka 15 g, tuxum(oqi) 3 dona, lavr yaprog‘i 0,3 g.

Go‘sh t jelesi. Jelatin sovuq suvda bo‘ktiriladi. Suyakli go‘sh t qaynatmasi tayyorlanib, elakda suzib, yuzidagi yog‘i olinadi. Tuxum oqidan xuddi baliq jelesiga o‘xshash «ottyajka» tayyorlanadi. Issiq qaynatmaga bo‘ktirilgan jelatin qo‘shib, eriguncha aralashtirilgandan so‘ng sirka yoki limon ishqori qo‘shiladi. 70°C ga sovutilgan jelatinli qaynatmaga tayyorlangan «ottyajka» qo‘shilib, aralashtiriladi, 15 minut past olovda qaynatib, 10—15 minut plita chetida tindiriladi, elak va mato yordamida suzib olinib qaynatiladi va sovutiladi. Go‘sh t dirildoq taomlarni tayyorlash uchun tuxum, til sovuq taomlari, sovuq taomlarga garnir sifatida ishlatiladi.

1 g jele uchun 40 g jelatin, 1 kg suyak ishlatiladi.

7.9. SHIRIN SARDAKLAR

Shirin sardaklar yangi, konservalangan, quritilgan mevalardan, meva sharbati, pyuresi va sutdan tayyorlanadi. Ularning tarkibiga shakar, xushxo‘r moddalar, sof limon, vanilin, shokolad, kakaolar kiradi. Quyulashtiruvchi mahsulot sifatida

sardak uchun kartoshka kraxmali yoki ba'zi hollarda un ishlatiladi. Ular issiqligicha yoki sovuq holda tarqatiladi.

Olma sardagi. Olma yuvilib, urug'i, urug' pardalari olib tashlanadi, tilim-tilim qilib kesilib, suvda dimlab pishiriladi. Pishirilgan olma ezilib o'z qiyomiga aralashtiriladi, shakar limon ishqori solib qaynatiladi, tayyorlangan kraxmal solib yana qaynatiladi. Olma sardagining xushbo'yligini oshirish uchun biroz qalampirmunchiq qo'shilsa ham bo'ladi. Sardaklar zapekanka, puding, blinchik, mevali grenkalarga qo'shib beriladi.

O'rik sardagi. Bargak saralanib, yuviladi, 2—3 soat sovuq suvga solib bo'ktiriladi va shu bo'ktirilgan suvida yumshaguncha past olovda qaynatiladi. Suyuqligi suzilib, o'rik eziladi, pyuresi yana suyuqlik bilan aralashtirilib, shakar qo'shgan holda quyushguncha qaynatiladi. Agar quyushlik darajasi past bo'lsa, biroz kraxmal qo'shish mumkin. O'rik sardagining mazasini yaxshilash uchun limon ishqori qo'shiladi.

Yangi o'rik bo'lsa saralab, yuvilgandan so'ng, qaynab turgan suvga 30 minut solib qo'yiladi. So'ng po'sti tozalanib, danagi ajratiladi, ustidan shakar sepib, 2—3 soat tindirib qo'yiladi. So'ng 5 minut qaynatib, tayyor holga keltiriladi.

Tarqatishda gurev bo'tqasi, puding, suyuq xamirga botirib ko'p yog'da qovurilgan olma va boshqa shu turdagi taomlarga qo'shib beriladi.

Quritilgan mevalardan tayyorlangan shirin sardak. Quritilgan mevalar saralanib, yuvilib, sovuq suvda bo'ktirilib, danagi ajratiladi. Yirik quruq mevalar tilim-tilim yoki kubik shaklida kesilib, o'z bo'ktirilgan suvida yumshoq holga kelguncha pishiriladi. Shakar, sovuq suvda aralashtirilgan kraxmal qo'shib qaynatiladi, limon ishqori qo'shib aralashtirib, sovutiladi. Tarqatishda kotlet, bitochki, yorma zapekankasi, puding va boshqa taomlarga qo'shib beriladi.

7.10. SANOAT SARDAKLARI VA SARDAK PASTALARI

Qizil va oq asosiy sardaklarning ishlab chiqarish jarayonini tezlashtirish uchun umumiy ovqatlanish korxonalarida tayyorlov korxonalari ishlab chiqaradigan sardak pastalaridan foydalaniladi.

Sardak pastalarini markazlashtirilgan usulda ishlab chiqarish quyidagi jarayonlarda amalga oshiriladi:

- piyoz, sabzi, tomatni yog'da jazlash (1 kg sabzavotga 200 g yog' hisobida);
- jazlangan sabavotlarni ezuvchi mashinadan o'tkazish;
- unni 130—150°C darajali shkafda och sarg'ish ranggacha jazlab, sovitib elash;
- tayyorlangan sabzavot, un va sardakka solinadigan boshqa mahsulotlarni aralashtirib sardak pastasini tayyorlash.

Ezilgan sabzavotlar tomat pyuresi, 1:4 qismidagi jazlangan un, shakar, margarin bilan aralashtirilib, bir xil quyuqlikka kelguncha qizdiriladi, so'ng qolgan jazlangan un, tuz, «Yujniy» sardagi, garmdori, lavr yaprog'i, gorchitsa qo'shib bir xil quyuqlikdagi qizg'ish rangdagi mahsulot hosil bo'lguncha yaxshilab aralashtiriladi.

Oq sardak pastasini tayyorlashda, uning rangi o'zgartirilmay jazlanadi, so'ng qizdirilgan margarin, jazlanib ezilgan sabzavot (piyoz, ko'kat ildizi), tuz, yanchilgan murch, maydalab ezilgan lavr yaprog'i aralashtirilgan holda bir xil quyuqlikdagi mahsulot ko'rinishiga keltiriladi.

Tayyor sardak pastalari metall qutilarda yoki maxsus idishlarga tortib solinadi, qopqog'i yopilib, so'rg'ichlanadi, 0 dan 4°C gacha sovitilib 12 soat davomida saqlanadi. Agar pastadan sardak tayyorlash lozim bo'lsa, uni issiq qaynatma yoki mahsulot qaynatilgan suvda aralashtirib, 30 minut davomida qaynatiladi.

Sanoatda ishlab chiqariladigan sardaklar. Umumiy ovqatlanish korxonalarida taom tayyorlash uchun ko'pincha sanoatda ishlab chiqarilgan sardaklar ishlatiladi. Bu sardaklarga «Yujniy», «Lyubitel-skiy», tomatli «O'tkir» mayonez, «Moskvacha», «Kubancha», yong'oq solingan mevali «Marinadli», «Tkemali», «Kabobli», «Astraxancha», «Ovchilar», «Qo'ziqorinli», «Samarqand» turlari ki-radi.

Har bir sardak o'ziga xos rang va xushxo'rlikka, quyuq-suyuqlikka, chiroyli tashqi ko'rinishga ega bo'ladi. Sardak tarkibiga kimyoviy tarkibi qimmatli bo'lgan turli mahsulotlar kiradi. Sanoatda ishlab chiqariladigan sardaklar ba'zi taomlarga qo'shiladi, umumiy ovqatlanish korxonalarida tayyorlanadigan sardaklar esa sanoat sardaklarining xushxo'rligini oshirish uchun qo'shiladi, sovuk yoki issiq taomlarga qo'shib beriladi.

Ular 100 grammdan 400 grammgacha yoki 1 kilogrammdan 3 kilogrammgacha vaznda qadoqlanadi. Shisha banka va butilka, polimer paket va boshqa idishlarga solib berkitiladi. 10—18°C darajali quruq xonalarda saqlanadi.

Sanoatda ishlab chiqarilgan, keng tarqalgan sardak mayonez hisoblanadi. Uning tarkibi tozalangan o'simlik yog'i, tuxum sarig'i, oshxona gorchitsasi, tuz, shakar, sirka, ziravor, yog'siz quruq sut yoki kazeindan iborat. Mayonez bir necha turda chiqariladi: oshxonabop ukropli, tomatli, yerqalampirli, ziravorli mayonez.

«Yujniy» sardagi to'q qizil rangdagi o'tkir mazaga, xushxo'r hidga ega bo'ladi. Ularni tayyorlashda fermentlar bilan boyitilgan soya sardagidan, olma pyuresi, tomat pastasi, ezilgan jigar, shakar, o'simlik yog'i, sarimsoqpiyoz, bosh piyoz, murch, imbir, dolchin, qalamiprmunchoq, muskat yong'og'i, kardamon, moderalardan foydalaniladi. Tarqatishda sovuq yoki issiq qovurilgan go'sht, baliq taomlariga qo'shib beriladi. Dimlangan karam, salat va vinegretlar, sardak turlarini tayyorlashda qo'shiladi.

Sharq sardagi o'z tarkibi fermentlar bilan boyitilgan soya sardagi, tomat pyuresi yoki pastasi, olma pyuresi, shakar, jigar, o'simlik yog'i, sarimsoqpiyoz, piyoz, qora olxo'ri, ziravorlardan tayyorlanadi.

Moskvacha sardak tarkibida fermentga boy soya sardagi, tomat pyuresi, shakar, o'simlik yog'i, sarimsoq piyoz, piyoz, murch, koriandrlar bor. Bu sardak «Yujniy» sardagi kabi ishlatiladi.

Tomatli «O'tkir» sardak go'shtli issiq taomlarga, porsiyasiga 25—40 grammdan tomat sardagi va marinadlarga 10—15 grammdan qo'shib ishlatiladi. Sardak tarkibiga yangi pomidor yoki tomat pyuresi, shakar, piyoz, sarimsoqpiyoz, ziravorlar kiradi. Sardak rangi qizil, mazasi nordon-shirin bo'ladi.

Kubancha sardak yangi pomidordan tayyorlanib go'sht, baliq sabzavot pishirilgan taomlarga berilishi mumkin. Ular nordonroq-shirin mazaga, qizil rangga ega bo'lishi kerak.

Tkemal sardagi olxo'ri qaynatilgan suvga (ezilgan yovvoyi olxo'riga) kashnich, sarimsoqpiyoz, qizil garmdori qo'shib aralashtirib tayyorlanadi va sovitiladi. Qovurilgan go'sht, parranda taomlariga, kabob, qiyma kabob, lo'li-kaboblarga qo'shib beriladi.

Mevali (olmali, o'rikli, olxo'rili) sardaklar — tozalangan yumshoq mevalardan shakar qo'shib tayyorlanadi. Bunday sardaklar shirin taomlarga, krupyaniklarga, xamirdan tayyorlangan blinchik, oladi, puding, zapekankalarga qo'shib beriladi.

Marinad sardaklari sovuq go'shtli va baliq taomlarga qo'shib beriladi.

Sardak konsentratlari. Oziq-ovqat sanoati tamonidan oq asosiy sardak, qo'ziqorin sardagi va ularning hosilasi ishlab chiqariladi. Ularni ishlatishdan avval kerak bo'lgan miqdordagi suvda aralashtirilib 2—3 minut qaynatib tayyorlanadi. So'ng sariyog' qo'shib ishlatiladi. Quritilgan go'sht, qo'ziqorin, sabzavotlar, jazlangan un, tomat kukuni, quruq sut, tuz, shakar, limon ishqori, ziravor, natriy glyukanatlar sardak xom ashyolaridir. Hamma mahsulotlar ishlovdan o'tkaziladi, chiqtlari tozalanadi, maydalanib, retsept asosida aralashma tayyorlanadi. Sardak konsentratlari qutiqa yoki paketlarga 50 grammdan 200 grammgacha yoki 1 kilogrammdan 2 kilogrammgacha qadoqlanadi. Ular 4 oy davomida quruq xonalarda saqlanishi mumkin.

7.11. SARDAKLARNING SIFATIGA QO'YILADIGAN TALABLAR VA ULARNI SAQLASH SHAROITLARI

Sardaklarning sifati quyuq-suyuqligi, rangi, mazasi, xushxo'rligiga qarab aniqlanadi. Issiq unli sardaklar o'ziga xos rangda (oq yoki qizg'ish), nordon qaymoqqa

o'xshash quyuvlikda, mushtlashgan un qumoqlaridan, ezilmagan sabzavotlardan holi bo'lishi, sardakka qoshiq solinganda qoshiqqa yuqadigan darajadagi ko'rinishga ega oqib turishi kerak. O'rtacha quyuvlikdagi sardak ko'rinishi quyuvroq qaymoq ko'rinishiga ega bo'lishi mumkin. Quyuv sardak esa yopishqoq (ilashimli) manna yormasi bo'tqasiga o'xshash ko'rinishiga ega bo'lishi kerak.

Sardak tayyorlashda ishlatiladigan sabzavotlar mayda va tartibli qilib bir xil to'g'ralgan, teng taqsimlangan, ezilib ketmagan bo'lishi lozim.

Sardak yuzida yupqa parda (qaymoq) bo'lmasligi uchun sariyog' yoki margarin bo'laklari sardak ustiga qo'yib qo'yiladi. Golland sardagi bir xil quyuvlikda bo'lib, pag'a-pag'a ivib qolgan tuxum oqi, yuzida yaltirab turgan yog'i, Polyakcha va urvoq sardagi tarkibida sariyog'dan ajraladigan yog' durdasi (oq yoki qizg'ish cho'kmasi) bo'lmasligi kerak. Polyakcha sardak uchun tuxum yirik to'g'raladi. Mayonez yuzida yog'i ajralib chiqmagan, quyuv-suyuqligi bir xilda, marinadlangan sabzavotlar yumshoq pishgan va bir xil shaklda to'g'ralgan bo'lishi kerak. Sardakka qo'shiladigan yerqalampir ildizi mayda qirg'ichdan o'tkazilib, sirka bilan aralashiriladi.

Sardaklarning rangi ularning turlariga xos ko'rinishda bo'ladi. Qizil sardaklar — och qizil rangdan to'q qizil ranggacha, oq sardaklar — oq rangdan och sarg'ish ranggacha, tomat sardagi esa qizil rangda bo'ladi. Sut va nordon qaymoq sardagi oq rangdan to' och pushti ranggacha, tomatli nordon qaymoq sardagi esa pushti rangda, qo'ziqorin sardagi qo'ng'ir, tomatli marinad — qizg'ish, mayonez — sarg'ish izli oq rangda bo'lishi kerak. Sardaklarning rangi ishlatiladigan mahsulotga, ularning tayyorlanish uslubiga qarab o'zgaradi.

Sardaklarning mazasi va hidi ulardagi sifat ko'rsatkichining asosi hisoblanadi. Qaynatmadagi sardakka xos narsa uning tarkibida go'sht, baliq, qo'ziqorin, jazlangan sabzavot va ziravorlarning sezilarli mazasi va xushxo'rliqidir.

Qizil asosiy sardak va uning turlari nordon-shirinligi biroz sezilarli, go'sht, piyoz, sabzi, petrushka, lavr yaprog'ining ta'miga ega bo'lishi kerak. Oq sardak sezilarli qaynatma mazasiga, biroz sezilarli ko'kat ildizi va piyoz hidiga, biroz xushxo'rlikka ega bo'lishi kerak. Tomat sardagi sezilarli nordon-shirin mazaga ega bo'ladi. Baliq sardaklari baliqqa xos sezilarli hidga, biroz sezilarli ko'kat ildizi, ziravor hidiga, qo'ziqorinli sardak — qo'ziqorin, jazlangan piyoz, un mazasiga ega bo'ladi. Sut, nordon qaymoq sardaklari sut va nordon qaymoqning sezilarli mazasiga ega bo'ladi. Chirigan sut, juda nordon yoki achigan nordon qaymoqlarni sardak tayyorlashda ishlatib bo'lmaydi.

Unli sardaklarni tayyorlashda kuygan un, me'yordan ortiq tuz, xom tomat pyuresini ishlatmaslik kerak.

Tuxum-sariyog' sardagi va urvoq sardagi biroz nordon va sariyog'ning sezilarli mazasiga ega bo'ladi.

Marinadlar ziravorli nordonroq mazasiga, sirka, sabzavot, ziravor xushxo'r-ligiga ega bo'ladi. Xom yoki o'ta nordon tomat mazasiga ega bo'lmasligi kerak.

Mayonez sardagi va uning turlari achchiq mazaga, juda o'tkir hidga ega bo'lmasligi kerak. Yerqalampir sardagi esa juda achchiq bo'lmasligi kerak. Issiq sardaklar 80°C gacha issiqlikdagi suv hammomli marmitlarda 3—4 soat davomida saqlanadi. Sardak yuzi sariyog' bilan qoplangan, sardak solingan idish qopqog'i yopilgan bo'lishi kerak. Asosiy sardaklarni 3 sutka davomida saqlash mumkin. Buning uchun sardak uy haroratigacha sovilib, 0—5°C li sovitkichga qo'yiladi. Sardaklar sovilib saqlanganda, issiq holda saqlaganga nisbatan yaxshi saqlanadi.

Smetana sardagi tayyorlangandan so'ng 2 soat davomida 75°C li sharoitda saqlanadi. Suyuq sut sardaklari 65—75°C li sharoitda 1—1,5 soat davomida saqlanadi. Agar saqlash muddati oshsa, tarkibidagi sut qandi — laktozaning karamellashishi tufayli rangi qoralashib qoladi, sardak mazasi ham yomonlashadi. Quyuc sut sardagi sovutilgan holda 5°C li muzxonada bir sutka davomida saqlanishi mumkin. O'rtacha quyuclikdagi sut sardagi ishlatishdan oldin tayyorlanadi.

Polyakcha va urvoq sardaklarini 2 soat davomida saqlash mumkin.

Yog' aralashmalari sovitkichlarda bir necha kun davomida saqlanadi. Shakl berilgan yog' aralashmalari selofan, polietilen, pergament qog'ozlariga o'rab, ularni saqlash vaqtini biroz uzaytirish mumkin. Yuzida havodagi kislorod ta'sirida oksidlanish hodisasi ro'y berib, rangi sarg'ayib, mazasi o'zgarishi sababli ularni uzoq muddatga saqlab turish mumkin emas.

Oshxona mayonezi sanoatda ishlab chiqarilgan holda 18°C li sharoitda 45 kun, 5°C li sharoitda esa 3 oygacha saqlashga ruxsat etiladi. Umumiy ovqatlanish korxonalarida ishlab chiqarilgan mayonez sardagi, uning turlari hamda salat zapravkalari oksidlanmaydigan idishlarda (emallangan yoki keramika), zapravkalar — shisha butilkalarda 10—15°C li sharoitda 1—2 sutka davomida saqlanadi.

Marinad va yerqalampir sardaklari qopqog'i yopilgan idishlarda sovutilgan holda 2—3 sutka davomida saqlanadi.

Amaliy mashg'ulot

Sardaklarni tayyorlash texnologiyasini o'rganish

Asosiy maqsad. Unli va unsiz sardaklarni tayyorlash texnologiyasi bilan tanishish va bu borada malaka orttirish.

Uslubiy ko'rsatma. Ma'lumotlar mazkur kitobda «Sardaklar» bobida bayon etilgan, ularni o'qib, bilib olish maqsadga muvofiqdir.

Tayyorlanishga tavsiya etilgan sardaklarga ketadigan oziq-ovqat mahsulotlarining miqdori «Сборник рецептов блюда кулинарных изделий» (М.Экономика, 1983) kitobi 822—911-sonli sardaklarning «Fan sikli hay'ati» tavsiya etgan ba'zi birlari hisoblab olinadi.

Sardaklarni tayyorlash uchun barcha texnologik jarayonlar issiqlik sexida amalga oshiriladi. Ularni tayyorlashda tavsiya etilgan texnologik kartalar, plakat, diafilm va slaydalardan foydalaniladi.

Mashg'ulot o'tkazish uchun asbob-anjomlar.

Har xil inventar figurali pichoq, taxtakach, yarim tayyor masalliqlar zaxirasi, tovalar, protivenlar, durshlag, oshpaz vilkasi, ninasi va shunga o'xshash asbob-anjomlar.

Topshiriq. O'quvchilar tayyorlangan sardaklarning ko'rinishi, mazasi, sifati, tayyorlanish texnologiyasi bilan tanishadilar. Kerakli ma'lumotlarni daftariga yozib oladilar. O'qituvchi o'tkazilgan mashg'ulotga yakun yasaydi.

Tekshirish uchun savol va topshiriqlar

1. Sardaklar qaysi ko'rsatkichlar bo'yicha turlarga bo'linadi?
2. Sardaklarni tayyoriashda qanday jazlangan mahsulotlar va qaynatmalar ishlatiladi?
3. Qizil asosiy sardak tayyorlash uslubining chizmasini chizing.
4. Go'sht va baliq qaynatmasidan qanday oq asosiy sardaklar tayyorlanadi?
5. Tomat sardagini tayyorlash uslubi chizmasini chizing.
6. 5 litr o'rtacha quyulikdagi sut sardagini tayyorlash uchun qancha un ishlatiladi?
7. Smetana sardagi qaysi taomlarga ishlatiladi?
8. Sariyog'da tayyorlanadigan sardaklarning tayyorlash uslubi chizmasini chizing.
9. 1 litr salat zapravkasi, gorchitsali zapravka uchun ishlatiladigan mahsulot miqdorini aytib bering.
10. 1 litr mayonez sardagiga ketadigan mahsulot miqdorini bila turib, 50, 75, 100 gramm sardak uchun ishlatiladigan mahsulotlarni hisoblang.
11. Tomatli sabzavot marinadi qanday tayyorlanadi va qanday taomlarga ishlatiladi?
12. Baliq jelesi tayyorlash uslubi chizmasini chizing.
13. Olma va o'rikdan shirin sardaklar qanday tayyorlanadi?

VIII b o b

YORMA, DUKKAKLI VA MAKARON MAHSULOTI TAOMLARI VA GARNIHLARI

Yorma taomlari va garnirlari bilan birga makaron, dukkakli mahsulot taom va garnirlari ham umumiy ovqatlanish korxonalarining taom assortimentida muhim ahamiyatga ega.

Pazandachilik mahsulotlarini tayyorlashda yormalardan grechixa (butun yoki bo'lingani), guruch, arpa, bug'doy 1, 2, 4 sonli «poltava»cha, «Artek» manna, suli, suli bodroqlari, «Gerkules», jo'xori, kraxmaldan tayyorlangan sago va boshqalar ishlatiladi. Keyingi yillarda sanoatda yuqori ozuqalik ahamiyatiga ega bo'lgan yormalar ishlab chiqarila boshlandi. Ularni yaqin o'rtada umumiy ovqatlanish korxonalarida ham qo'llash mumkin bo'ladi.

Dukkakliklardan umumiy ovqatlanish korxonalarida no'xat (bo'lingan yoki bo'linmagan), loviya, yasmiq, mosh ishlatiladi. Pazandachilikda ishlatiladigan makaron mahsulotlari tashqi ko'rinishi bo'yicha trubasimonlar (makaron, rojki, qanotchalar), ipsimonlar (vermishel), lentasimonlar (ugra), har xil shakldagilar (yulduzcha, quloqcha, alfavit va boshqalar)ga bo'linadi. Ular maxsus usulda maydalanib, un holiga keltirilgan bug'doydan tayyorlanadi.

Yorma, dukkakli, makaron mahsulotlari ovqatlanishda katta ahamiyatga egadir. Ularning tarkibida kraxmal (to 72% gacha), dukkaklilarda o'simlik oqsili (to 20% gacha), B va RR guruhiga oid darmondorilar bor.

Yorma, dukkakli, makaron mahsulotli taomlar tarkibida ko'p miqdorda kraxmal bo'lgani uchun ular yuqori kalloriyaga egadir. Yorma oqsillari to'laqonli hisoblanmaydi, lekin sut, suzma, go'sht mahsulotlari bilan qo'shilishi natijasida, ularning ozuqalik ahamiyati oshadi. Aynan grechixa va suli bo'tqalari sut bilan juda kirishimlidir. Ular sutda tayyorlangandan ko'ra alohida tayyorlanib sut bilan tarqatilsa maqsadga muvofiq bo'ladi. Dukkakli mahsulot oqsillari o'z ozuqalik ahamiyati bo'yicha hayvonot oqsillariga yaqin bo'ladi.

Yorma, dukkakli va makaron mahsulotlariga pazandachilik ishlovi berilganda, ularning tarkibida murakkab o'zgarishlar ro'y beradi. Bo'ktirish yoki suvga solib qizdirish natijasida yorma, dukkakli, makaron mahsulot oqsillari shishib biroz yumshoq holga keladi. Bu hodisalarning tez yoki sekin borishi yormalarning kimyoviy tarkibi, to'qimalarining tuzilishiga bog'liq. Issiqlik ta'sirida don tarkibidagi

suyuqlikning joylashish hodisasi ro'y beradi. Oqsil issiqlik ta'sirida denaturlanadi (quyuqlashadi), bo'ktirish natijasida yutgan suvi ma'lum darajada siqib chiqariladi va bu suyuqlik kleysterlanuvchi kraxmalga yutiladi. Suyuqlikda bunday o'rin almashish yorma va dukkakli donlarning fizik, kimyoviy xossasiga qarab har xil tezlikda amalga oshadi.

Yorma, dukkakli mahsulotlar kraxmali kleysterlanish jarayonida suyuqlikda erigan ozuqalik mahsulotlarni (oqsil, uglevod, mineral moddalar) ham yutib, ularning hazm bo'lishini yaxshilaydi. Bundan, bo'tqa tarkibida suyuqlik qancha ko'p bo'lsa, erigan ozuqalik mahsulot shuncha ko'p bo'ladi, degan xulosa kelib chiqadi.

Yorma, dukkaklilar to'qimalarining qalinligiga qarab ularning pishish davomiyligi aniqlanadi va shu asosda tayyor bo'tqa tarkibidagi donning tashqi ko'rinishi saqlanib qoladi. Masalan: arpa yormasining doni butun issiqlik jarayonida o'z shaklini saqlasa, guruch yorilib, ma'lum darajada butunlik holatini o'zgartiradi. Pishirish natijasida don devorining to'qimasini tashkil qiluvchi protopektin suyuqlikda erib pektinga aylanadi, sellyuloza esa bo'kib, yumshaydi.

Yorma, dukkakli, makaron mahsulotlarini pishirish jarayonida ma'lum darajadagi suvda eruvchi uglevod, oqsil, mineral mahsulotlari va 30 foizgacha darmondorilar qaynatmaga o'tadi. Shuning uchun ularning qaynatmasini suyuq taom, sardak uchun ishlatish lozim.

Yorma, dukkakli, makaron mahsulotlar pishirilgan holda alohida taom sifatida, shuningdek, go'sht, baliq va boshqa taomlarga garnir sifatida ham ishlatiladi. Go'sht taomlariga pishirilgan yorma va makaron garniri, qovurilgan lesh balig'iga grechixa bo'tqasi garnir sifatida, pishirilgan guruch, loviya, qovurilgan cho'chqa go'shtli taomga grechixa bo'tqasi qo'shib beriladi. Yorma, dukkakli va makaron mahsulotlarini pishirish uchun qozonlar katta-kichik kastyulkalar, qozon hajmini o'lchovchi asbob, alyumin g'alvir, alyumin chovli, elak, yog'och kapgir, to'rtburchakli chuqur patnis, ko'pik suzgich, katta cho'mich va boshqa asbob-anjomlar ishlatiladi.

8.1. YORMALARNI PISHIRISHGA TAYYORLASH

Yormalar pishirishdan avval saralanib, oqlanmagan yoki bo'linmagan donalardan tashqari mahsulotlardan va moddalardan tozalanadi, elakda elanib maydasi ajratiladi. Yormalarni pishirganda yopishqoq bo'lib qolishi va noxush mazasini yo'qotish uchun ularni yuvish kerak bo'ladi. Ayniqsa, yormalardan so'kda taxir maza bo'lganligi sababli ularni yaxshilab yuvish kerak. Yormalar 2—3 martadan suvi almashtirilib, so'k, guruch, arpa avval iliq, so'ng issiq suvda

yuvilishi, suli esa faqat iliq suvda (1 kilogrammga 2—3 litr suv hisobida) yuvilishi kerak. Grechixa yormasini (butun yoki bo'lingan holdagisi) yuvmaslik kerak, chunki yuvilgan yormadan tayyorlangan bo'tqa mazasi, quyuq-suyuqligi, xushxo'rlik darajasi, ko'rinishini yo'qotadi. Umumiy ovqatlanish korxonalariga bunday yormalar xom holda yoki gidrotermik (tez pishuvchi) ishlovdan o'tkazib keltiriladi. Hidrotermik ishlovdan o'tgan yorma tez pishish xususiyatiga ega bo'ladi. Xom grechixa yormasi pishirishdan oldin qovuriladi, chunki qovurilgan yorma xushxo'r va tez pishuvchi xossaga ega bo'ladi. Tovaga 4 sm qalinlikda yorma solinib, 110—120°C li qovurish shkafida och qo'ng'ir ranggacha qovuriladi. Qovurish jarayonida yormani vaqti-vaqti bilan aralastirish lozim. Manna yormasidan donador bo'tqa tayyorlash kerak bo'lsa, avval protivenga solinib, och qo'ng'ir rangga kirkuncha qovuriladi.

8.2. BO'TQALAR

Bo'tqalar har xil yormalardan suvda, sutda, suv va sut aralashmalarida tayyorlanadi. O'z quyuq-suyuqligi bo'yicha sochiluvchan, ilashimli va suyuq bo'lib, ularning quyuq-suyuqligi suyuqlik va yormalarning o'zaro nisbatiga bog'liqdir. Pishirish jarayonida yormalar ko'p miqdorda suv yutishiga sabab tarkibidagi kraxmalning kleyster holiga kelishidir. Buning hisobiga yorma hajmi kattalashadi, og'irligi oshadi. Yormaning yumshashi protopektinning pektinga aylanishi hisobiga ro'y beradi. Ko'zda tutilgan quyuqlikdagi bo'tqalarni tayyorlash uchun taom tayyorlash retseptida ko'rsatilgan yorma va suv nisbatiga qat'iy rioya qilish lozim.

7-jadvalda 1 kg yormaga ishlatiladigan suv miqdori, bo'tqa pishirishga sarf bo'ladigan vaqt ko'rsatilgan.

Agar bo'tqalar 150—200 l li qozonlarda yoki biroz suyuqlik miqdori kamroq, kichikroq idishlarda tayyorlansa, nisbatan ko'proq suv ishlatilishi mumkin.

Yuvilmay pishiriladigan yormalardan (grechixa, manna va boshqa) bo'tqa tayyorlansa, retseptda ko'rsatilgan suv, tuz solib qaynatilib, so'ng yorma solinadi.

Yuvilib pishiriladigan yormalardan (guruch, so'k, arpa va boshqalar) bo'tqa tayyorlanadigan bo'lsa, yormani yuvish natijasida u bilan qoladigan suyuqlik quruq yormaga nisbatan 10—20% gacha hisobga olinishi kerak.

Bo'tqa pishirishning asosiy qonunlari. Bo'tqa pishirish uchun osti qalin va hajmini o'lchash mumkin bo'lgan idish olinishi kerak. Aslida bo'tqani bug' qozonlarida pishirish maqsadga muvofiqdir. Tuz va shakar sochiluvchan bo'tqa uchun 1 kg yormaga 10 g, suyuq bo'tqa uchun 5 g hisobida solinadi. Yormani suyuqlikka solishdan avval yuviladi so'ng iliq suvli qozonga solinadi va yog'och

| Bo'tqalar nomi | 1 kg bo'tqa uchun | | 1 kg yormadan chiqadigan bo'tqa | | Bo'tqaning pishish vaqti (soat) | Bo'tqning hajmi yetishi (%hisobida) |
|--|--------------------|--------------|---------------------------------|---------------------|---------------------------------|-------------------------------------|
| | yorma (g hisobida) | Suyuqlik (l) | Suyuqlik (l) | Sof og'ir-ligi (kg) | | |
| Sochiluvchan xom yoki tez pishuvchi grechixa | 476 | 0,71 | 1,5 | 2,1 | 4—4,5 | 110 |
| Qovurilgan yorma | 417 | 0,79 | 1,9 | 2,4 | 1,5—2 | 140 |
| So'k | 400 | 0,72 | 1,8 | 2,5 | 1,5—2 | 150 |
| Guruch | 357 | 0,75 | 2,1 | 2,8 | 1,5 | 180 |
| Sutli va arpa | 333 | 0,80 | 3,2 | 4,0 | 1—1,5 | 200 |
| Bug'doy ilashimli | 400 | 0,72 | 1,8 | 2,5 | 1,5—2 | 150 |
| Grechixa | 250 | 0,80 | 3,2 | 4,0 | 1—1,5 | 300 |
| Manniy | 222 | 0,82 | 3,7 | 4,5 | 0,25 | 350 |
| So'k | 250 | 0,80 | 3,2 | 4,0 | 1—1,5 | 300 |
| Guruch va arpa | 222 | 0,82 | | 4,5 | 2,0 | 350 |
| Suli va bug'doy | 250 | 0,80 | | 4,0 | 2,0 | 300 |
| Jo'huri | 285 | 0,77 | 2,7 | 3,5 | 2,0 | 250 |
| <i>Suyuq:</i> Manniy | 154 | 0,88 | 5,7 | 6,6 | 0,25 | 550 |
| Guruch | 154 | 0,88 | 5,7 | 6,5 | 1—1,5 | 550 |
| Suli | 200 | 0,84 | 4,2 | 6,0 | 2,0 | 400 |
| Suli bodrog'i | 154 | 0,88 | 5,7 | 6,5 | 0,5 | 550 |
| «Gerkules» bug'doy | 200 | 0,84 | 4,2 | 5,0 | 1—1,5 | 400 |

kapgir bilan aralastirib turiladi. Yorma shishib suyuqlikni to'la tortgandan so'ng olovni pasaytirib, kovlash to'xtatiladi, qozon qopqog'i yopilib, 90—100°C li haroratda damlab qo'yiladi.

Sochiluvchan bo'tqalarni tayyorlashda tashqi ko'rinishi va mazasini yaxshilash uchun yormani suyuqlikka solishdan avval ko'zda tutilgan yog'ning 5% ni, ya'ni 1 kilogramm yormaga 50 grammdan 100 grammgacha miqdorda yog' solish mumkin. Manna yormasi qaynab turgan suyuqlikka naycha usulda oz-ozdan solinib, aralastirib turib pishiriladi.

So'k, guruch va arpa yormalarining sutda ezilib pishishi qiyin. Shuning uchun ularni avval qaynab turgan suvda 5—10 minut qaynatib olib, so'ng qaynab turgan

sutga solib. tayyor holga kelguncha pishiriladi. Bundan tashqari, yormalarni miqdori ko'proq suvda 5—10 minut qaynatib, suyuqligini to'kib, yormani qaynab turgan sut yoki sut-suv aralashmasiga solib tayyor holga keltirish ham mumkin.

Sochiluvchan bo'tqalar

Qumoq-qumoq bo'tqalar so'k, guruch, grechixa, arpa, suli, «poltava» yormalaridan tayyorlanadi. Ular taom yoki garnir sifatida ishlatiladi. Suv yoki qaynatmada pishiriladi.

Grechixa bo'tqasi. Osti qalin kastyulka yoki taom pishiriladigan qozonga suv solib qaynatiladi, tuz qo'shib, tayyorlangan yorma solinadi, yuziga suzib chiqqan puch donalari, po'choqlari va tashqi mahsulotlar ko'pik suzgich bilan ajratib olinadi va yog'och kagpir bilan aralastirib suvini tortguncha qaynatiladi.

So'ng yog' solib aralastiriladi, yuzi tekislanib, olov pastlatiladi va damlanadi. Tayyor bo'tqani pazandachilik ayrisi yordamida aralastirib, g'ovakligi oshiriladi. Tarqatishda tayyor taom garnir sifatida issiq holda sariyog' bilan jazlangan piyoz aralastirilgan holda, to'la pishirib chopilgan tuxum va qizdirilgan yog' qo'shib beriladi. Sovuq bo'tqa sut yoki shakar qo'shib tarqatiladi. Grechixa bo'tqasi turli taomlar uchun garnir sifatida ishlatiladi.

Guruchli sochiluvchan bo'tqa. Bu bo'tqani 3 usulda tayyorlash mumkin.

Birinchi usul. Qaynab turgan tuzli suvga guruch vaznining 5—10% hisobida yog' quyilib, saralab, yuvilgan guruch solinadi va suvini tortguncha qaynatiladi. So'ng olov pasaytirilib duxovka yoki plita ustida 1 soat damlanadi. Bunda yorma va suv nisbatiga qat'iy rioya qilinishi kerak.

Ikkinchi usul (oz suvda pishirilgan guruch). Guruch saralab yuvilgandan so'ng tuzi pastroq suvda biroz ivitilib, suvi to'kiladi, qaynab turgan go'sht yoki tovuq qaynatmasiga solib, suyuqligini tortguncha qaynatiladi. Yuzi tekislanishdan avval yog' solib aralastirish yoki o'rtasini ochib bir necha xom piyoz va donador murch solinishi ham mumkin. Bo'tqa damlab tayyor holga keltirilgandan so'ng piyoz va murch ajratib olinishi kerak. Bunday usulda tayyorlangan guruch bo'tqasi taom yoki qiyma sifatida ishlatiladi.

Uchinchi usul (suvda pishirib olingan guruch). Saralab, yuvilgan guruch qaynab turgan tuzli suvga (1 kg guruchga 6 l suv hisobida) solinib past olovda vaqti-vaqti bilan aralastirilgan holda 25—30 minut qaynatiladi. Yorma shishib biroz yumshagandan so'ng elak yoki alyumin g'alvirga solinib suziladi, qaynoq suvda biroz chayilib, suyuqligi silkitilib, yog' bilan aralastirib, qovurish shkafi yoki suv bug' hammomlarida 30—40 minut ushlanib iste'molga tayyor holga keltiriladi. Biroq bu usulda tayyorlangan bo'tqa o'z tarkibidagi ozuqa moddalarining ko'p qismini yo'qotadi.

So‘k bo‘tqasi. Bu bo‘tqa 2 xil usulda tayyorlanadi. Birinchi usul. Qaynab turgan tuzli suvga, ko‘zda tutilgan saralab yuvilgan so‘k yormasi solinib, vaqti-vaqti bilan aralashtirilgan holda suvini tortguncha qaynatiladi. So‘ng qovurish shkafida past olovda damlanib, 1,5 soat davomida tayyor holga keltiriladi.

Ikkinchi usul (suyuqligi to‘kilgan bo‘tqa). 1 kilogramm yormaga 6 litr suv, 50 gramm tuz solib, suyuqlik qaynash darajasiga ko‘tarilib, suv qaynagach, saralab yuvilgan yorma solinib, 5—7 minut qaynatiladi, suyuqligi to‘kilib, yog‘ bilan aralashtirilib, qovurish shkafida 30—40 minut davomida past olovda usti berkitilgan holda dimlanadi. Bo‘tqa taom yoki garnir sifatida issiq holda sariyog‘, sovuq sovuq sut bilan tarqatiladi.

Arpa bo‘tqasi. Qaynab turgan tuzli suvga saralab, yuvilgan (yoki biroz quritilgan holdagi yorma) arpa solinib, qaynatiladi. biroz qaynatilgandan so‘ng suyuqligi to‘kilib, yana qaynab turgan tuzli suvga solinib quyuqlashguncha vaqti-vaqti bilan aralashtirilgan holda qaynatiladi va yog‘ solib aralashtirilib, duxovkada past olovda 2—3 soat damlanib, tayyor holga keltiriladi. Iste‘molga berilayotganda bo‘tqani sariyog‘ bilan tarqatiladi.

Konsentratdan sochiluvchan bo‘tqa tayyorlash. Mushtlanib briket holiga keltirilgan konsentrat (grechixa, so‘k, sulii, guruch, yoki arpa bo‘tqasi) bir xil uvoqlangan holga keltirilgandan so‘ng, 1 kilogramm konsentratga 2 litr suv quyib qaynatiladi. Qaynab chiqqach olov pasaytirilib, qozon qopqog‘i yopilgan holda yorma to‘la bo‘kkan holga kelguncha pishiriladi. Tarqatishda bo‘tqaga sariyog‘ qo‘shib yoki shakar sepib beriladi.

Ilashimli bo‘tqalar

Bu bo‘tqalar sutda, sut-suv aralashmasida har qanday yormalardan umumiy qoida asosida tayyorlanadi. Lekin sutda qiyin pishuvchi (guruch, arpa, sulii, bug‘doy) yormalar avval yarim tayyor holgacha suvda pishirilib, so‘ng qaynab turgan sutga solinib iste‘molga tayyor holga keltiriladi.

Guruch ilashimli bo‘tqasi. Qaynab turgan tuzi past suvga saralab yuvilgan guruch solinib, 5—7 minut qaynatiladi, so‘ng qaynab turgan sut solinib, yumshoq holga kelguncha qaynatilib shakar, sariyog‘ qo‘shib aralashtiriladi.

Sutli manna bo‘tqasi. Sut yoki sut-suv aralashmasi qaynatilib tuz, shakar solingandan so‘ng oz-ozdan naycha usulida elangan manna yormasi solinib, aralashtirilgan holda 5 minut qaynatiladi. Agar 4—6 kilogramm yormadan bo‘tqa tayyorlansa, bir kishi yormani qozonga solib turishi, ikkinchi kishi yog‘och kapgirda aralashtirib turishi lozim. Bo‘tqaning issiq holda sariyog‘, shakar, murabbo bilan, sovuq holdagilari shakar bilan iste‘molga tortiladi.

Suyuq bo'tqalar

1 kilogramm yormadan 5—6 kilogramm bo'tqa hosil bo'lsa, bunday bo'tqalar *suyuq bo'tqa* deb ataladi. Ularni tayyorlash usuli xuddi ilashimli bo'tqalarga o'xshash bo'lib, lekin suyuqlik miqdorining ko'pligi bilan farqlanadi. Ular sutda, suv-sut aralashmasida yoki suvda tayyorlanadi va taom sifatida sariyog', shakar yoki eritilgan sariyog' bilan, suvda pishirilganlari esa ozuqalik ahamiyatiga ega bo'lgan yog' bilan iste'molga tortiladi. Suyuq bo'tqalar bolalar va parhez taomlarida ko'proq ishlatiladi.

Sulidan tayyorlangan bo'tqa. Suyuqlik qaynatilib, tuz, shakar solinadi. So'ng yorma qo'shilgan holda qaynatilib olov pasaytiriladi va 15—20 minut davomida iste'molga tayyor holga keltiriladi. Tayyor bo'tqa issiq holda sariyog' yoki shakar solib tarqatiladi.

8.3. ILASHIMLI BO'TQALARDAN TAYYORLANADIGAN TAOMLAR

Ilashimli bo'tqalardan zapekankalar, pudinglar, kotlet, bitochkilar, klyoskilar tayyorlanadi. Bu taomlarni tayyorlashda bo'tqa quyuqroq tayyorlanishi kerak. Bo'tqalarga yog', xom tuxum, shakar, shirin bo'tqalarga vanilin qo'shiladi. Yorma zapekankalari shirin yoki shakar qo'shilmay tayyorlanishi mumkin. Ularni qovoq, suzma mevalar bilan ham tayyorlash mumkin. Grechixa yoki «poltava» yormasi bo'tqasiga suzma qo'shib tayyorlangan zapekankani krupyanik deb nomlanadi.

Pudinglarning zapekankalardan farqi — ularga maxsus formaga solinib, ko'pirtirilgan tuxum oqi qo'shiladi. Bu bilan tayyorlanadigan mahsulotning g'ovaklik va shishish darajasi oshiriladi.

Guruch, so'k, mannali zapekankalar. Tayyorlangan ilashimli bo'tqa — 60°C gacha sovitilib, xom tuxum, shakar, ba'zi hollarda kishmish, turshak, vanilin qo'shib aralashiriladi, yog'lanib, urvoq sepilgan tovaga solinadi. Tovaga solingan aralashmaning qalinligi 3—4 santimetrdan oshmasligi kerak. Mahsulot yuzi tekislanib, tuxum, nordon qaymoq aralashmasi surtiladi va qovurish shkafida qizg'ish qobiq hosil bo'lguncha pishiriladi. Tayyor zapekanka biroz sovitilib, porsiyalarga taqsimlanadi. Tarqatishda tarelkaga qo'yilib, ustidan eritilgan sariyog' quyib beriladi yoki alohida sardak idishida smetana bilan iste'molga tortiladi.

Grechixa krupyanigi. Yumshoq donador grechixa bo'tqasi suv-sut aralashmasidan tayyorlanadi va 60°C gacha sovitilib ezilgan suzma, xom tuxum, nordon qaymoq, shakar solib aralashiriladi. Tayyorlangan mahsulot yog'lanib, urvoq sepilgan tovaga solinadi, yuzi tekislanib, tuxum, smetana aralashmasi surtilib,

qovurish shkafida yuzida qizg'ish qobiq hosil bo'lguncha pishiriladi. Tayyor krupyanik biroz sovitilib, 250 gramm hisobida porsiyalarga taqsimlanadi. Tarelkaga qo'yib, ustidan eritilgan sariyog' quyib yoki alohida sardak idishida smetana bilan iste'molga tortiladi.

Manniyli kotlet yoki bitochki. 60°C gacha sovitilgan ilashimli bo'tqaga shakar, xom tuxum qo'shib yaxshilab aralashtiriladi. Aralashma issiq paytida porsiyaga taqsimlanib kotlet yoki bitochki shakli beriladi, urvoqqa belanib, asosiy usulda 2 yoqlama qobiq hosil qilib qovuriladi. Tarqatishda tarelkaga 2 donadan qo'yilib, bir chetidan shirin sardak yoki kisel quyib beriladi. Guruch, so'k, arpa kotletiga qo'ziqorin sardagi berilsa, bo'tqasi shakar qo'shmay tayyorlanadi.

Manniy klyoskisi (uzma oshi). Sovitilgan manniiy bo'tqasiga eritilgan margarin (1 porsiyasiga 15 gramm hisobida), xom tuxum solinib yaxshilab aralashtiriladi. Klyoskiga shakl berish va bo'lakchalarga bo'lishda 2 ta choy qoshiqdan foydalaniladi. Kastrylka yoki tovaga qaynoq suv solinadi, tuz solib yana qaynatiladi. Tayyorlagan bo'tqadan bir qoshiqda idish cheti bilan tekislab to'ldirilgan holda shakl berish ham mumkin.

Tarqatishda baranchik yoki porsiyalangan tovaga solinib, ustidan qirilgan pishloq sepib yoki alohida kichik likobchada smetana bilan tortiladi.

Agar klyoski ko'p porsiyada tayyorlanishi lozim bo'lsa, bo'tqada tayyorlangan mahsulot un sepilgan stol ustiga 5—6 millimetr qalinlikda yoyilib, mayda romb shaklida kesib, tuzli suvda pishiriladi.

8.4. YORMA TAOMLARI SIFATIGA QO'YILADIGAN TALABLAR

Tayyor donador bo'tqa tarkibidagi yormalar to'la shishgan, yaxshi pishgan, o'z shaklini saqlagan, bir-biridan ajraluvchan mazasi va rangi pishgan yormaga xos kuygan hid va mazadan holi bo'lishi kerak.

Tayyor ilashimli bo'tqa yormalari to'la bo'kib yumshoq quyuy ko'rinishga ega bo'lishi, 60—70°C li issiq bo'tqalar tarelkaga solinganda yoyilib ketmasligi kerak.

Tayyor suyuq bo'tqa yormalari to'la bo'kib yumshoq ezilarli darajada pishgan, o'z shaklini yo'qotgan bo'lishi mumkin. Tashqi ko'rinishi bo'yicha *kotletlar* bir uchi o'tkirlangan oval shaklida, bitochkilar — shayba shaklida, yorilgan izlari bo'lmagan, ikki yoqlama bir xil qizg'ish yoki sarg'ish qobiqda qovurilgan, hid va mazasi yorma bo'tqasiga xos, zax, taxir mazadan holi bo'lishi kerak.

Zapenkalar *yuzida qizg'ish qobig'i bo'lib, rangi, mazasi, hidi* yorma bo'tqasiga xos bo'lishi kerak.

8.5. DUKKAKLI VA MAKARON MAHSULOTLARIDAN TAYYORLANADIGAN TAOMLAR

Dukkaklilarga no‘xat, ko‘k no‘xat, loviya, yasmiq, soya doni, jalolobod no‘xat (nut), mosh kiradi. No‘xatlar butun, bo‘lingan (yarimta holda) va no‘xat uni ko‘rinishida kelishi mumkin. Ko‘k no‘xat to‘la pishmagan no‘xat donini quritib olinadi va pishgan holda iste‘mol qilinsa tez hazm bo‘ladi, mazasi ishtaha ochadi .

Loviya umumiy ovqatlanish korxonalariga butun don holida keladi. Oq, ola rangda bo‘ladi. Aralash rangdagi loviyani pazandachilikda ishlatish noqulay, chunki har xil navli loviyaning pishishi ham har xil bo‘ladi.

Yasmiq har xil rangli bo‘lib, yassi yuzali, tez pishadigan, organizmda yengil hazm bo‘ladigan xislatga ega.

Dukkaklilarni pishirishga tayyorlash. Dukkaklilarni pishirishdan avval ular saralanadi, aralashgan keraksiz mahsulot, zararlangan donalaridan tozalanib, iliq suvda 2—3 marta yuviladi, o‘z vazniga nisbatan 2—3 barobar ko‘p sovuq suvda (bo‘lingan yoki maydalangan no‘xatdan tashqari) 5—8 soat davomida ivitiladi. Ivitish natijasida dukkakli mahsulotlar bir xil pishish bilan birga o‘z shakllarini ham saqlab qolishlari va o‘z hajmlarini 2 barobargacha oshirishlari mumkin. Ivitish uchun ishlatiladigan suv harorati 15°C dan oshmasligini kuzatib turish lozim, chunki iliq suvda dukkaklilar tarkibidagi mahsulot achishi natijasida ular tarkibidagi sut achituvchi bakteriyalar ta‘sirida hosil bo‘lgan ishqor dukkaklilarning pishishini sekinlashtiradi.

Dukkaklilarni pishirish. Dukkakli mahsulotlar ko‘p sonli to‘qimalarga va yuzidagi qalin qobiqqa ega bo‘lgani sababli pishirish uzoq vaqt talab qiladi. Ba‘zi dukkaklilar (rangli loviya) pishirish natijasida o‘z tarkibidagi zaharlovchi moddalarining bo‘g‘iq rangini, noxush hidini suyuqlikka o‘tkazadi. Shu sababli bunday dukkaklilar bir qaynagandan so‘ng suyuqligi to‘kib tashlanib, qaynab turgan suv quyib, yumshoq pishguncha qaynatiladi.

Saralab ivitilgan dukkaklilar yuzidan 1 sm qalinlikda sovuq suv quyilib, usti qopqoq bilan yopilgan idishda, past olovda pishiriladi. Loviya — 1,5—2 soat, no‘xat va jalolobod no‘xati — 2,0—2,5 soat, yasmiq — 1 soat davomida qaynatib iste‘molga tayyor holga keltiriladi. Agar pishirish va bo‘ktirish uchun qaynatib sovutilgan suv olinsa, mahsulotning pishishi osonlashadi. Chunki sovuq-qattiq suv dukkaklilarning pishishini sekinlashtiradi. Agar qaynatish jarayonida suvi kamayib, qurib qolsa, qaynab turgan suvdan qo‘shish mumkin. Agar sovuq suv solinsa, dukkakli qotib qolib, pishish jarayoni uzoqlashib ketadi. Pishish jarayoniga ishqorli sharoit ham to‘sqinlik qiladi. Shu sababli dukkaklilar yumshoq pishgandan so‘ng sardak yoki tomat pyure qo‘shilishi mumkin.

Pishish jarayonida soda qo'shilsa, B turkumidagi darmondorilarni parchalab, taom rangi va mazasini sezilarli darajada buzadi. Pishirish jarayonida tuz qo'shilsa dukkaklilarning pishish holati kechikadi, shu sababli tuz mahsuloti to'la pishgandan so'ng solinadi. Dukkakli mahsulot taomining hidi, mazasi, xushxo'rligini oshirish uchun petrushka, selderey ko'kati ildizlari, sabzi, lavr yaprog'i, donador murch qo'shib pishiriladi va taom tayyor bo'lgandan so'ng ular ajratib olinadi.

Dukkaklilarni ivitish va pishirish natijasida ularning hajmi 2 barobar oshadi, ya'ni 1 kilogramm dukkaklini pishirish natijasida 2,1 kilogramm tayyor mahsulot hosil bo'ladi. Bu mahsulot tarkibidagi kraxmalni suv shimib, bo'kib kleyster holiga kelishidan hosil bo'ladi. Pishish vaqtini qisqartirish uchun dukkakli ivitilmay 1 atmosfera bosimli sharoitda avtoklav qozonlarida pishiriladi. Bunda pishish vaqti 15 minutga qisqarib, mahsulotga hech qanday qo'shimcha ishlov berilmaydi va tuzli suvda pishiriladi.

Piyoz va yog' bilan aralashtirilgan dukkaklilar. Saralab yuvilgan, ivitilgan, yumshoq pishirilgan dukkakliga oxirida tuz, eritilgan margarin qo'shib iste'molga tayyor holga keltiriladi. Tarqatishda ustiga ko'kat sepilgan yoki avval mayda chopilib cho'chqa yog'ida jazlangan piyoz bilan aralashtirib, tayyorlanishi ham mumkin.

Bu holda tayyorlangan dukkaklilar alohida taom sifatida yoki taomlarga garnir sifatida ham berilishi mumkin.

Sardakda tayyorlangan loviya. Yumshoq pishirilgan loviya tomat sardagiga solinib 5 minut qaynatiladi va tuz, murch, margarin solib tayyor holga keltiriladi. Bosh piyoz, sarimsoqpiyoz ham qo'shish mumkin.

Tarqatishda ustiga ko'kat sepib beriladi. Agar sut yoki smetana sardagi bilan tayyorlab tarqatiladigan bo'lsa, murch qo'shilmaydi.

Dukkakli mahsulotlardan tayyorlanadigan taom sifatiga qo'yiladigan talab. Tashqi ko'rinishi bo'yicha loviya, no'xat, yasmiq donalari pishirilganda o'z shaklini saqlab qolishi, taomning hidi va mazasi dukkakli mahsulotga xos yaxshi pishgan bo'lishi lozim.

Makaron mahsulotlari pishirishdan avval saralanib, tashqi mahsulotlardan ajratilib, uzunlari 10 santimetrgacha uzunlikda sindiriladi, bog'langan vermishel bog'ichi uziladi. Mayda holdagilari (ugra, vermishel va boshqalar) elanib, urvoqlaridan ajratiladi.

Makaron mahsulotlarini pishirish. Makaron mahsulotlarini 2 xil usulda pishiriladi. *Birinchi usul* (suyuqligi to'kilgan holda). 1 kilogramm mahsulotga 5—6 litr suv, 50 gramm tuz solib qaynatiladi. So'ng tayyorlangan makaron mahsuloti solinib, iste'molga tayyor bo'lguncha qaynatiladi. Mahsulot pishirilayotganda idish ostiga yopishib kuymasligi uchun yog'och kapgir bilan aralashtirib turiladi. Suv miqdorini 5—6 barobar ko'p olishdan maqsad qaynab turgan suvga makaron

mahsuloti solinganda, suvni sovish darajasi juda pasayib ketmaydi va tezroq qaynab chiqishi natijasida makaron mahsuloti yumshoq pishib, o'z shaklini saqlash qobiliyati oshadi. Agar suyuqlik miqdori kam bo'lsa, bo'kish natijasida makaron mahsulotlari o'zaro yopishib qolib, bir xilda suyuqlik va issiqlik ta'sirini amalga oshirib bo'lmay, bir xil pishmagan, o'z shakliga ega bo'lmagan holga kelishi mumkin. Makaron mahsulotlarini pishirish vaqti ularning turlariga bog'liq bo'ladi. Makaronlar 20—30 minut, vermishellar — 10—15 minut, ugra — 20—25 minutda qaynatib pishiriladi. Pishirilgan makaron mahsulotlari elak yoki alyumin g'alvirga sohb, suvi silqitiladi, idishga solinib, ustidan eritilgan yog' qo'shib yog'och kapgirda aralashtiriladi. Yog' qo'shib aralashtirish natijasida makaron mahsulotlari idish tagiga yopishmaydi. Pishirish natijasida makaron mahsulotlarining vazni tarkibidagi kraxmalning suyuqlikni yutib kleyster holiga kelishi hisobiga 2,5—3 barobar oshadi. Vazn og'irligining oshishi hajmi ham oshishiga olib keladi. Birinchi usulda pishirish natijasida hajm 150% gacha oshadi. Makaron mahsuloti qaynatilgan suvni suyuq taom tayyorlashda ishlatish mumkin.

Ikkinchi usul (suyuqligi to'kilmaydigan). Qaynab turgan tuzli suvga (1 kilogramm mahsulotga 2,2—3 litr suv va 30 gramm tuz solinadi) tayyorlangan makaron mahsuloti solinib, aralashtirilgan holda suvni tortguncha qaynatilib, yog' solib aralashtiriladi va past olovda usti qopqoq bilan berkitilgan holda qaynatib, tayyor holga keltiriladi. Bunda hajm o'zgarish jarayoni 200—300% gacha yetishi mumkin. Bunday usulda pishirilgan makaron mahsulotlari ko'p saqlanishi mumkin va makaronik va makaron zapekankalari uchun ishlatiladi. Bundan tashqari yana alohida taom yoki garnir sifatida ham ishlatilishi mumkin.

Pishirib yog' yoki smetana bilan aralashtirilgan makaron. Saralab pishirilgan makaron suyuqligi to'kilib, silqitilib eritilgan sariyog' yoki margarin bilan aralashtiriladi. Tarqatishda likobchaga suzilib, garnir yoki taom sifatida ustidan sariyog' yoki smetana quyib beriladi.

Pishloq yoki brinzali makaron. Birinchi usulda pishirilgan makaron eritilgan margarin yoki sariyog' bilan aralashtiriladi. Pishloq yoki brinza qirg'ichdan o'tkaziladi. Tarqatishda likobchaga suzilib, ustiga pishloq yoki brinza solib beriladi. Pishloq yoki brinzani alohida idishda ham berish mumkin.

Tomat aralashtirilgan makaron. Sariyog' eritilib, tomat pyuresi solib jazlanadi va murch, tuz qo'shilib, ustiga pishirilgan makaron solinib aralashtirib isitiladi. Tarqatishda likobchaga suzib, ustidan ukrop yoki petrushka to'g'rab sepiladi.

Pishirib sabzavot bilan aralashtirilgan makaron. Somoncha shaklida kesilgan petrushka ildizi, sabzi yog'da biroz jazlangach, to'g'ralgan piyoz qo'shib yumshaguncha jazlanadi. Jazlash oxirida tomat qo'shib pishirilgan makaron bilan aralashtirib biroz isitiladi. Jazlangan sabzavotlarga ko'k no'xat qo'shib tayyorlash ham mumkin. Tarqatishda sabzavotli makaron likobchaga suzilib ko'kat sepib beriladi.

Makarondan duxovkada qizdirib pishirilgan ovqat (Makaronnik). Makaron sutda yoki sut-suv aralashmasida pishiriladi. So'ng 60°C gacha sovitilib, shakar bilan aralastirilgan xom tuxum qo'shib, aralastirilib yog'langan va urvoq sepilgan tovaga solinib, usti tekislanadi, ustiga yog' quyib, yuzida qizg'ish qobiq hosil bo'lguncha duxovkada qizartiriladi, biroz sovitilib, porsiyalarga bo'linib, likobchaga solib, ustidan sariyog' yoki bir chetiga shirin sardak yoki murabbo qo'yib beriladi.

Pishloq bilan yopilgan makaron. Sut yoki sut-suv aralashmasida pishirilgan makaron eritilgan margarin bilan aralastirilib, yog'lanib urvoq sepilgan tovaga solinib, ustidan qirg'ichda qirilgan pishloq, uning ustidan yog' purkalib duxovkada qizg'ish qobiq hosil bo'lguncha qizartiriladi. Tarqatishda o'z tovasida yoki biroz sovitilib, porsiyalarga bo'linib, sariyog', shirin sardak yoki murabbo qo'shib beriladi.

Suzmali ugra. Sut yoki sut-suv aralashmasida ugra yoki vermishel pishirilib 60°C gacha sovitiladi. Ezilgan suzma, xom tuxum, tuz, shakar bilan yaxshilab aralastiriladi. Tayyorlangan mahsulot yog'lanib, urvoq sepilgan tovaga solinib, yuzi tekislanib smetana surtiladi, qovurish shkafida qizg'ish qobiq hosil bo'lguncha qizartiriladi. Tarqatishda biroz sovitilib, porsiyalarga bo'linib, tarelkaga quyib sariyog', shirin sardak quyib beriladi. Alohida sardak idishda smetana ham berish mumkin.

Makaron mahsuloti taomlarining sifat ko'rsatkichi. Tashqi Pishirilgan makaron mahsulotlarm tashqi ko'rinishi bir-biridan yengil ajragan, o'z shaklini yo'qotmagan, bir xilda pishgan, yopilgan holdagilari esa bir-biri bilan yopishgan bo'lishi mumkin. Suvda pishirilgan makaron mahsulotining rangi oq, duxovkada pishirilganlari och sarg'ish rangda bo'ladi. Maza va hidi pishgan makaronlarga xos bo'lib, zax, kuygan hid, kuygan mazadan xoli bo'lishi kerak.

8.6. MAKARON, YORMA, DUKKAKLI MAHSULOT TAOMLARI VA GARNIHLARINI SAQLASH SHART-SHAROITLARI

Tayyor bo'tqalar harorati $70-80^{\circ}\text{C}$ bo'lgan marmitlarda mazasi buzilmagan holda bir necha soat davomida saqlanadi. Uzoq saqlash natijasida bo'tqaning hidi ma'lum darajada o'zgaradi. Bo'tqalarni sovuq holda saqlash ularning eskirishiga olib keladi. Bo'tqa tarkibidagi kraxmalning kleystrlangan holati buzilishi natijasida quyuq-suyuqligi o'zgarib, bo'tqa qattiqlashgan ko'rinishga ega bo'ladi, bu holatni tatib ko'rganda sezish mumkin. Bunday holat sochiluvchan bo'tqalarga nisbatan ilashimli bo'tqalarda sezilarli bo'ladi. Isitilgandan so'ng sovuq bo'tqalar xususiyati ma'lum darajadagi kamchilik bilan o'z holiga qaytadi. Grechixa va guruch bo'tqalar xususiyatini yo'qotish darajasi oz sezilarli bo'lgani uchun chakana savdoda, yarim tayyor mahsulotlar do'konlarida sovitilgan holda tayyorlanishi mumkin. Ilashimli

boʻtqalar, ulardan tayyorlangan kotlet, bitochkilar, dukkakli mahsulot taomlari, yorma zapekankalari tayyorlangandan keyin 3 soat makaron mahsuloti taomlari — 2 soat, sochiluvchan boʻtqalar — 6 soat davomida saqlanadi.

Amaliy mashgʻulot

Yorma, dukkakli mahsulot va makaron mahsuloti taomlari, garnirlarining tayyorlanishini oʻrganish

Asosiy maqsad. Yormaning barcha turlari, dukkaklilar va makaron mahsulotlaridan taomlar, qayla(garnir)larni tayyorlash usullari bilan tanishish va bu borada malaka oʻrttirish.

Uslubiy koʻrsatma. Boʻtqa tayyorlanishining bir necha uslublari mazkur kitobning mazkur bobida bayon etilgan. Ularni oʻqib, bilib olish maqsadga muvofiqdir.

Tayyorlanishga tavsiya etilgan yorma, dukkaklilar va makaron mahsulotlaridan taomlar, qayla-garnirlarga ishlatiladigan oziq-ovqat mahsulotlari miqdorini «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий» (М., Экономика, 1983) kitobi 405—452-sonli taom-qaylalarining «Fan sikli hayʼati» tavsiyasiga koʻra foydalaniladi. Bunday taom-qaylarni tayyorlashda issiqlik sexidagi texnologik karta, plakat, diafilm va slaydalardan foydalanish mumkin.

Mashgʻulot oʻtkazish uchun asbob-anjomlar, har xil hajmdagi kastryulkalar, soteynik, protiven, tovalar, durshlag va shu kabi inventarlar kerak boʻladi.

Topshiriq. Oʻquvchilar tayyorlangan taom-qaylalarining mazasi, suyuq-quyuqligi, sifati, tayyorlanish texnologiyasi bilan tanishadilar. Lozim boʻlgan ayrim maʼlumotlarni daftarlariga yozib oladilar. Oʻqituvchi oʻtkazilgan mashgʻulotga yakun yasaydi.

Tekshirish uchun savol va topshiriqlar

1. Yormalarga birlamchi ishlov berish nimadan iborat?
2. Yorma, dukkakli, makaron mahsulotli taom va garnirlarining odam ovqatlanishidagi ahamiyati nimada?
3. Boʻtqa tayyorlashning umumiy qoidalarini sanab oʻting.
4. Boʻtqalarning quyuq-suyuqligi boʻyicha qanday turini bilasiz, ular qanday farqlanadi?
5. Ilashimli boʻtqalardan qanday taomlar tayyorlanadi?
6. Sochiluvchan guruch boʻtqasini tayyorlash usullarini gapirib bering.
7. Manna yormasidan pishiriladigan boʻtqani gapirib bering.
8. Dukkaklilarni pishirish usuli va farqini gapirib bering.
9. Makaron mahsulotini qanday usulda pishirish mumkin?
10. Boʻtqa va undan tayyorlangan mahsulotlarning saqlash muddati va shartlarini aytib bering.

IX b o b

KARTOSPKA, SABZAVOTLAR, QO‘ZIQRINLARDAN TAYYORLANGAN TAOM VA GARNIRLAR

Sabzavot taomlari inson hayoti uchun zarur bo‘lgan darmondorilar, uglevodlar, mineral moddalar, organik kislotalarga boy bo‘lganligi uchun qadrlanadi. Tarkibidagi to‘qimalar va bakterotsid mahsulot (fitonsidlar) taom hazm bo‘lishida ijobiy rol o‘ynaydi. Sabzavotlarda, ayniqsa, ko‘katlar tarkibida skleroz kasalligining oldini oluvchi moddalar ko‘p bo‘ladi. Sabzavot oqsillari to‘laqonli hisoblanmaydi, lekin go‘sht, baliq mahsulotlari bilan tayyorlanib, iste‘mol qilinsa, biologik ozuqalik ahamiyati yanada oshadi.

Sabzavotlardan alohida iste‘mol uchun yoki go‘shtli, baliqli va boshqa taomlar uchun garnir tayyorlanadi. Issiq ishlov berish usullariga qarab sabzavot taomlari pishirilgan, oz suvda pishirilgan, qovurilgan, dimlangan, duxovkada qizdirilgan bo‘ladi. Taom tayyorlash uchun mo‘ljallangan sabzavotlar mexanik ishlovdan o‘tgan zahoti darrov issiq ishlovga jo‘natilishi kerak, aksincha u so‘lib, tarkibidagi C darmondori parchalanadi. Issiq ishlov berish natijasida sabzavotlarning tarkibida quyidagi o‘zgarishlar ro‘y beradi:

1. Xom sabzavotlarda o‘simlik to‘qimalari o‘zaro bir-biri bilan *protopektin* mahsuloti yordamida birlashib turadi. Issiqlik va ma‘lum darajadagi suyuqlik ta‘sirida protopektin erib, suyuqlik miqdoriga ma‘lum darajada o‘tib pektinga aylanadi. Shu sababdan sabzavot tarkibidagi to‘qimalarning o‘zaro birlashish xususiyati buzilib, sabzavotda yumshash xususiyati ro‘y beradi. Bunda protopektinning turg‘unlik darajasiga qarab sabzavotga issiqlik ta‘sir etish vaqti har xil bo‘ladi. Ishqorli sharoitda protopektinning pektinga aylanishi kechikadi, shu sababli issiqlik ta‘sir etish vaqti ham uzayadi.

2. Sabzavot tarkibidagi kraxmal kleysterlanadi. Kraxmal donachalar sabzavot tarkibidagi suyuqlik va 55–70°C haroratda sabzavot tarkibidagi suvni shimib dildiroq ko‘rinishga, ya‘ni kleyster holatiga kiradi.

3. Kraxmal 120°C dan yuqori darajada qizdirilsa, *dekstrinlanish* hodisasi ro‘y beradi. Bu holatning ro‘y berishini kuzatilganda kraxmal parchalanib, suvda eruvchi qo‘ng‘ir rangdagi *piredekstringa* aylanganini ko‘ramiz. Shu sababdan tarkibida kraxmal bo‘lgan sabzavotlarni qovurishda ularning sirtida qizg‘ish qobiq paydo bo‘ladi.

4. Sabzavotlar tarkibida shakar moddasi issiqlik ta'sirida parchalanib-karamellashadi va to'q rangli karmelen, karmelan va boshqa mahsulotlar hosil bo'ladi. Karamellashish oqibatida sabzavot tarkibidagi shakar kamayib, yuzida qizg'ish qobiq paydo bo'ladi.

5. Sabzavotlarga issiq ishlov berish davrida *melanoidinlanish* reaksiyasi ro'y beradi. Bunda oddiy shakar mahsulotlari azotli mahsulotlar bilan issiqlik ta'sirida reaksiyaga kirishib, sarg'ishdan to qoramtir ranggacha bo'lgan mahsulot ya'ni melanoidin hosil bo'ladi. U sabzavot yuzida qovurilgan qobiq paydo bo'lishida muhim rol o'ynaydi.

6. Sabzavotlarning rangi ular tarkibidagi bo'yovchi moddalarga bog'liq bo'ladi. Sabzavotlardagi ko'k rang (shovul, ismaloq, salat bargi, ko'k no'xat va boshqalar) ular tarkibidagi *xlorofillga* bog'liq. Issiq ishlov ta'sirida to'qima tarkibidagi organik ishqorlar xlorofill bilan reaksiyaga kirishib to'q ko'k yoki kul rangga kiradi. Ko'k sabzavotlar tarkibidagi tez bug'lanuvchi organik ishqorlarga to'g'ri ta'sir qilinsa, ko'kat rangini biroz saqlab qolsa bo'ladi. Buning uchun qaynab turgan suvga ko'k sabzavot solinganda, ishqor tez bug'lanib, sabzavot rangi ma'lum darajada saqlanishiga yordam beradi.

Sariq, pushti, qizil rangli sabzavotlar (sabzi, sholg'om, qovoq, pomidor, qizil garamdori) tarkibida *karatinoid* bo'yovchi moddasi bo'ladi. Ular issiq ishlovda ham, ishqorli sharoitlarda ham o'z xususiyatini saqlab qoladi. Karatinoidlar suvda erimaydi, aksincha, yog'da ma'lum darajada erishi mumkin. Shu sababli sabzavotlarni jazlashda yog'ga o'tgan karatinoid yog' rangini pushti yoki och qizg'ish rangga bo'yaydi.

Qizilcha tarkibida bo'yovchi *antotsian* moddalari bo'lib, u ikki xil — purpur (betanin) va sariq pigmentlardan iborat. Sariq pigment issiq ishlovga ancha bardoshli, purpur pigmenti esa issiqlik ta'sirida tez parchalanish xususiyatiga ega bo'ladi. Ishqorli sharoitda antotsianlar o'z xususiyatini yaxshi saqlab qoladi. Shu sababli qizilchani pishirish jarayonida limon ishqori yoki sirka qo'shiladi.

Sabzavot tarkibidagi oq, sarg'ish rang flavon pigmentlariga bog'liq bo'lib, shu sababdan karam va kartoshka pishirilganda issiq ishlovda gidrolizga uchrab sarg'ish rangga kiradi. Flavonlar temir tuzlari bilan reaksiyaga kirishib qoramtir rangga kirishi mumkin.

7. Sabzavotlarga issiq ishlov berilganda ularning hajmi kamayadi. Bu hodisa sabzavot turi, kesilish shakli, issiq ishlov turi bilan uzviy bog'liqdir.

8. Darmondorilar (C darmondoridan tashqari) issiq ishlovga chidamli bo'lib, deyarli o'zgarmaydi. Suvda eruvchi darmondorilar issiq ishlovda ma'lum darajada suyuqlikka o'tadi. Shu sababli sabzavot qaynatilgan suyuqlikni suyuq osh, sardak tayyorlashda ishlatish maqsadga muvofiq. C darmondorisi, askorbin ishqori

chidamsiz bo'lib, issiq ishlov berilganda tez parchalanadi. Uni saqlab qolish uchun tozalangan, to'g'ralgan sabzavotlar uzoq muddat saqlanmasligi, sabzavot solinganda oksidlanmaydigan idishdan foydalanish, qaynab turgan suyuqlikka ularning pishish xususiyatini hisobga olib ketma-ket solish, qopqoq yopilgan holda pishirish, pishirishda ularni aralashtiravermaslik, ezilarli darajada ko'p qaynatmaslik, issiq ishlov berish vaqtiga rioya qilish, tayyor taomni issiq holda uzoq vaqt saqlamaslik kerak bo'ladi. Sabzavotlarga issiq ishlov berish jarayonida ishqorli muhit C darmondorisining saqlanishiga ta'sir ko'rsatadi. Bug'da va yog'da qovurib ishlov berishda bu darmondori ko'proq saqlanadi, chunki yog' sabzavotning kislorod bilan ta'sirlanishiga yo'l qo'ymaydi.

9.1. PISHIRILGAN SABZAVOTLARDAN TAYYORLANGAN TAOM VA GARNIRLAR

Issiq taom yoki garnir tayyorlash uchun sabzavotlar bug' yoki suvda kartoshka, sabzi tozalanib, qizilcha po'sti bilan, jo'xori so'tasi bilan bargi olinmagan holda, ko'k loviya o'z po'chog'i va qo'zoqchalarida, ko'k no'xat o'z po'chog'i bilan, quritilgan sabzavotlar avval bo'ktirilgan holda pishiriladi.

Sabzavotlar qaynab turgan suyuqlikka solinib yoki ustidan qaynoq suyuqlik quyilib (sabzavot turiga qarab), tuz qo'shib (1 litr suvga 10 gramm miqdorida tuz solinadi), idish qopqog'i yopilgan holda qaynatib pishiriladi. Sabzavot yuzidagi suyuqlik 1—2 santimetrdan oshmasligi kerak, chunki mo'ljaldan ko'p suyuqlikda sabzavotlarning ozuqalik qimmatini ko'plab yo'qoladi. Pishishini tezlashtirish va ta'mini o'zgartirmaslik uchun qizilcha, sabzi, ko'k no'xat tuz qo'shmay pishiriladi. Ko'k no'xat, loviya, ismaloq bargi, sarsabil, artishok miqdori ko'p qaynab turgan suvda (1 kg sabzavotga 3—4 litr suv solinadi) qopqog'i ochiq holda pishirilishi kerak. Shu usulda pishirilgan sabzavotning rangi ko'proq saqlanib qoladi. Tez muzlatilgan sabzavotlar muzdan tushirilmay, qaynab turgan suvga solib pishiriladi. Konservlangan sabzavotlar o'zidagi suyuqlik bilan isitiladi va suyuqligi to'kib olinib, suyuq osh, sardaklar uchun ishlatiladi.

Kartoshka va sabzining ozuqalik qimmatini, mazasini ko'proq saqlab qolish uchun bug'da pishirgan ma'qul. Bug'da pishirish uchun maxsus bug' qozonlaridan yoki metall panjara, simdan yasalgan savat bilan jihozlangan oddiy qozonlardan foydalaniladi.

Pishirilgan kartoshka. Tozalangan bir xildagi mayda kartoshka (yirigi to'g'raladi) qalinligi 50 sm qilib idishga solinadi, ustidan qaynoq suv quyib, tuz solinadi va olovga qo'yib qaynatiladi. Qaynab chiqqan olov pasaytirilib, idish qopqog'i

yopilib, iste'molga tayyor holga yetkazib pishiriladi. Kartoshka pishgach, suyuqligi to'kilib, usti qopqoq bilan yopilib, past haroratda 2—3 minut plita ustida ushlab biroz quritiladi.

Ba'zi kartoshka navlari qaynatishda tez ezilib ketib, suvni shimib oladi. Natijada tayyor taomning mazasi yomonlashadi. Bunday kartoshkalar 15 minut qaynatilgandan so'ng suyuqligi to'kilib, usti bekitilib, suvsiz qozonda paydo bo'lgan bug' bilan tayyor holga keltiriladi. Bochkacha shaklida kesilgan kartoshka ham shu usulda pishiriladi.

Kartoshka kam porsiyalarda pishiriladi, chunki uzoq saqlash natijasida uning mazasi, ozuqalik qimmati yo'qoladi, rangi o'zgaradi. Pishirilgan kartoshkadan alohida taom yoki go'sht, baliq va boshqa taomlar uchun garnir sifatida foydalaniladi.

Tarqatishda pishirilgan kartoshka tarelka, porsion tovaga qo'yilib, ustidan sariyog', smetana yoki alohida ko'kat bilan bezab beriladi. Bundan tashqari, pishirilgan kartoshkani piyozli qizil, kornishonli, tomat, smetana, piyozli smetana, qo'ziqorin sardaklari bilan tarqatish mumkin.

Kartoshka pyuresi. Kartoshka pyuresini tayyorlashda tarkibida kraxmali ko'p bo'lgan kartoshka navlaridan foydalanish maqsadga muvofiq. Bir xildagi tozalangan kartoshka pishiriladi, suyuqligi to'kiladi, qopqog'i yopib quritiladi, issiq holda mashina yordamida eziladi. 80°C li sharoitda issiq kartoshka tarkibidagi kraxmal kleysteri elastik bo'lib, ezilganda o'z holatini saqlab qoladi. Sovib qolgan kartoshka to'qimasi dag'al bo'lib, ezganda tarkibidagi kraxmal donachalari yorilib, ajralib chiqadi. Shu sababli kartoshka pyuresi cho'ziluvchan, yopishqoq bo'lib, ko'rinishi va mazasi yomonlashadi. Ezilgan kartoshkaga eritib qizdirilgan sariyog' yoki margarin solinib, issiq sut qo'shilgan holda ko'pirarli darajada aralashtiriladi.

Tarqatishda kartoshka pyuresi likobchaga solinib, sariyog' quyib, ko'kat sepib beriladi. Kartoshka pyuresini yana qovurilgan piyoz, pishirib mayda chopilgan tuxum solingan holda yoki sariyog' aralashtirib berish ham mumkin. Ko'p hollarda kartoshka pyuresi go'sht, baliq taomlariga garnir sifatida qo'shib beriladi.

1 kg kartoshka pyuresi uchun: 855 g tozalangan kartoshka, 35 g sariyog', 150 g sut ishlatiladi.

Sutda pishirilgan kartoshka. Kartoshkaning sutda pishishi qiyin. Shu sababli avval suvda yarim tayyor holgacha pishiriladi. Po'chog'i tozalangan kartoshka o'rtacha kubik shaklida to'g'raladi, ustidan qaynab turgan tuzli suv quyib 10 minut qaynatiladi, suyuqligi to'kilib, ustidan qaynab turgan sut solinadi, namagi me'yoriga keltirilib, tayyor holga kelguncha qaynatiladi. Kartoshkaga sovuq jazlangan un (un bilan sariyog' aralashmasi) solib, sekin aralashtirilgan holda qaynatiladi.

Alohida taom yoki taomlarga garnir sifatida beriladi. Tarqatishda likobchaga solib, ustidan sariyog' quyib, ko'kat sepib dasturxonga tortiladi.

Sabzi yoki lavlagi pyuresi. Sabzi butun yoki mayda kesilib, oz suvda sariyog' yoki margarin, tuz qo'shilgan holda qaynatiladi. Lavlagi po'chog'i bilan pishiriladi, so'ng po'sti tozalanadi. Sabzi yoki lavlagi mashinada ezilib, o'rta quyulikdagi sut yoki smetana sardagi bilan aralashtirilib, qaynatib tayyor holga keltiriladi. Taom yoki garnir sifatida ishlatiladi.

Tarqatishda likobchaga solinib, ustidan sariyog' yoki smetana quyib beriladi.

Sabzi 170 g, lavlagi 159 g, oshxona margarini 5 g, sut sardagi 75 g, sariyog' 5 g, yoki smetana 30 g, sof og'irligi 210, 230 g.

Sardak yoki sariyog' bilan pishirilgan karam. Ertagi oq o'zakli karam tozalanadi, yuvib o'zagi bo'ylab pallacha shaklida kesilib, o'zagi ajratiladi. Gul karam ishlovdan o'tkazilib, bir xil o'lchovdagi gulchalarga ajratiladi. Bryussel karamining barglari kesib tashlanadi. Tayyorlangan karam qaynab turgan tuzli suvga solinib, olov balandlatilib qaynatiladi. Qaynab chiqqan karam rangining o'zgarmasligi uchun usti ochiq holda past olovda qaynatib iste'molga tayyo holga keltiriladi. Pishgan karam tarqatilguncha o'z suvida 30 minutgacha saqlanishi mumkin, undan uzoq vaqt davomida saqlansa rangi o'zgarib, mazasi yomonlashadi. Tayyor karamni ko'pik suzgich yoki chovlida suyuqligidan suzib olib, suvi silqitiladi.

Tarqatishda likobchaga solib, ustidan sariyog' yoki sardak (suxarniy, smetana yoki sut) quyib beriladi. Sardakni alohida idishda berish ham mumkin. Oq o'zakli karamni shashka shaklida kesib pishirish va sariyog' yoki sardak bilan berish mumkin.

Agar gulkaram garnir sifatida ishlatiladigan bo'lsa, pishirishdan avval gulchalarining maydaroq xillari ajratiladi.

Pishirilgan ko'k no'xat. Bu taomni tayyorlashda yangi, quritilgan, konservalangan, tez muzlatilgan ko'k no'xatlardan foydalaniladi. Yangi ko'k no'xat po'choqlaridan tozalanib, qattiq qaynab turgan tuzli suvga solinadi va shu qaynov darajasida istemolga tayyor bo'lguncha pishiriladi. Tez muzlatilgan ko'k no'xat, muzidan tushirilmay, qaynab turgan tuzli suvga solinib, 3—5 minut qaynatiladi. Quritilgan ko'k no'xat saralab yuvilib, sovuq suvda 3—5 soat ivitiladi, yana yuvilib, sovuq suvda 1—1,5 soat davomida past olovda qaynatiladi. Konservlangan ko'k no'xat o'z suyuqligida bir qay-natib olinadi. Pishirilgan ko'k no'xat elak yoki alyumin g'alvirda suyuqligi silqitilib, idishga solinadi, sariyog' yoki suyuq sut sardagi bilan aralashtirilib, tuzi me'yorga keltiriladi va isitiladi. Alohida taom yoki go'sht, parranda, baliq taomlari uchun garnir sifatida ishlatiladi.

Tarqatishda ko'k no'xat likobchaga solinib, ustiga yoki alohida kichik idishda sariyog' qo'yib beriladi. Yana pishirib mayda chopilgan tuxum solib yoki yoniga qovurilgan non bo'lagi qo'yib beriladi. Qovurilgan non bo'lagi uchun suvi qochgan bo'lka non qobig'i tozalanib, uchburchak, romb yoki yarim oy shaklida kesiladi,

sut, xom tuxum, shakar aralashmasiga botirilib, asosiy usulda sariyog' yoki margarina ikki yoqlama qobiq hosil qilib qovuriladi.

Pishirilgan sarsabil. Ishlovdan o'tgan sarsabil ip bilan bog'lanib, uchlari bir xilda kesiladi va qaynab turgan tuzli suvga solinib, tez qaynash darajasiga yetkazilib, past olovda tayyor holgacha pishiriladi.

Tarqatishda sarsabil ipi yechilib, usti maxsus sochiq bilan yopilgan panjarali idish, likobcha yoki laganga solinib, ko'kat bilan bezalib, alohida idishda suxarniy sardagi bilan beriladi. Ishlovdan o'tgan sarsabil 2—3 sm uzunlikda kesilib pishiriladi. So'ng suyuq sut sardagiga solib, sariyog' qo'shib isitiladi. Alohida taom yoki parranda filesi kotleti uchun garnir sifatida ishlatiladi.

9.2. DIMLAB PISHIRILGAN SABZAVOT TAOMLARI VA GARNIRLARI

Dimlab pishirish uchun sabzi, sholg'om, qovoq, pomidor, ismaloq, shovul ishlatiladi. Sabzavotlarni alohida yoki aralash holda dimlab pishirish mumkin. Dimlab pishirish o'z sharbatida yoki oz miqdordagi suyuqlikda (suv yoki qaynatmada) sariyog' qo'shib amalga oshiriladi. Dimlashdan qolgan suyuqlik to'kib tashlanmay, aksincha, sabzavot bilan birga ishlatiladi. Dimlash jarayoni idish yopilgan holda olib borilishi kerak. Dimlab pishirilgan sabzavotning ozuqalik qimmatini qaynatib pishirilgan sabzavotga nisbatan ko'proq saqlab qolinadi.

Tozalangan sabzavot kubik, pallacha, somoncha yoki to'rtburchakli uzun shaklda to'g'raladi. Dimlab pishirish uchun sabzavotlar 20 sm dan ko'p bo'lmagan qalinlikda (karam bir qator) idishga solinadi. Qovoq, qovoqcha, pomidor, ismaloq kabi tarkibidagi suyuqlik oson ajraladigan sabzavotlar suyuqlik qo'shmay dimlanadi. Ismaloqni shovul bilan birga pishirish mumkin emas, sababi rangi o'zgarib, qotib qoladi. Dimlab pishirilgan sabzavotlar sariyog' yoki sut sardagi bilan aralashtiriladi va taom yoki garnir sifatida tarqatiladi.

Dimlab pishirilgan sabzi. Sabzi o'rta kubik, pallacha yoki uzun to'rtburchak shaklida to'g'ralib, idishga solinadi. 1 kg sabziga 0,2—0,3 l hisobida qaynatma yoki suv quyiladi, sariyog' yoki margarin solinib, qaynash darajasiga yetkaziladi, tuz qo'shib, qopqog'i yopib dimlanadi va iste'molga tayyor holga kelguncha dimlab pishiriladi.

Tarqatishda dimlab pishirilgan sabzi likobchaga solinib, ustidan bir bo'lak sariyog' qo'yib beriladi.

Agar sabzi sardak bilan tayyorlanadigan bo'lsa, dimlab pishirilgan sabzi o'rta quyruqlikdagi sut sardagi bilan aralashtirilib shakar solinadi va qizdiriladi. Tarqatishda qovurilgan non bo'lagi qo'shib beriladi.

Sabzi 271 g, oshxona margarini 5 g, shakar 3 g, sariyog' 10 g yoki sardak 50 g. Sof og'irligi 210/250 g.

Sut sardagiga aralashtirilgan sabzi va ko'k no'xat. Sabzi mayda kubik shaklida to'g'ralib, sariyog' yoki margarin qo'shib usti berkitilgan holda dimlab pishirib tayyor holga keltiriladi. Tez muzlatilgan ko'k no'xat tuzli, qaynab turgan suvga solinib, tez qaynash darajasiga ko'tarilib, 3—5 minut qaynatiladi. Konservalangan ko'k no'xat o'z suvida bir qaynatib olinadi va alyumin g'alvir yoki elakka solinib suyuqligi silqitiladi. Dimlab pishirilgan sabzi, ko'k no'xat bilan aralashtirilib, ustidan sut sardagi, tuz qo'shiladi va aralashtirib qizdiriladi.

Tarqatishda likobchaga solinib, ustidan margarin sepib, alohida likobchada qovurilgan non bo'lagi qo'shib berish mumkin.

Sabzi 136 g, margarnn 10 g, konservalangan ko'k no'xat 77 g yoki tez muzlatilgan ko'k no'xot 54 g, sardak 75 g, oshxona margarini 5 g. Sof og'irligi 230 g.

Sardakli oq o'zakli karam. Oq o'zakli karam pallacha shaklida to'g'ralib yoki har bir bargi ajratilib, qaynoq suvga botirib olinadi va shar shaklida o'rab, idishga bir qator teriladi. Oz miqdorda suv yoki qaynatma quyib, sariyog' yoki margarin, tuz qo'shib, idish qopqog'i yopilib iste'molga tayyor bo'lguncha dimlab pishiriladi.

Tarqatishda likobchaga solinib ustidan sut, smetana yoki tomatli smetana sardagi quyib beriladi. Agar karam garnir sifatida ishlatilsa, shashka shaklida to'g'ralishi mumkin.

Sut sardagida dimlab pishirilgan sabzavotlar. Sabzi, sholg'om, qovoq, qovoqcha kubik yoki pallacha shaklida to'g'raladi. Gulkaram maydaroq gulchalariga ajratiladi. Oq o'zakli karam shashka shaqlida to'g'raladi. Har bir sabzavot alohida dimlab pishiriladi. Konser-valangan ko'k no'xat o'z suvida bir qaynatib olinadi. Tayyorlangan sabzavotlar bir idishga solinib, ustidan o'rtacha quyuqlikdagi sut sardagi, tuz, shakar qo'shib aralashtiriladi va 1—2 minut qaynatiladi. Sut sardagi o'rnida smetana sardagi ishlatilishi ham mumkin.

Tarqatishda likobchaga suzib, ko'kat sepiladi, ustiga bir bo'lak sariyog' solinib, qovurilgan non bo'lagi bilan beriladi.

9.3. SABZAVOTLARDAN QOVURIB TAYYORLANGAN TAOM VA GARNILAR

Qovurish uchun asosan tarkibida turg'un bo'lmagan protopektin va yetarli darajada suyuqligi bo'lgan xom sabzavotlar, ba'zi hollarda avval pishirilganlari ham ishlatiladi. Bunday sabzavotlarga kartoshka, qovoq, qovoqcha, pomidor va

boshqalar kiradi. Sabzavotlar tarkibidagi protopektin turg'un bo'lsa, ular avval dimlab yoki qaynatib pishiriladi yoki mayda to'g'ralib, so'ng qovuriladi. Bunday sabzavotlarga sabzi, qizilcha, karam kiradi. Qovurish jarayonida sabzavotlar o'z tarkibidagi suyuqligini malum darajada yo'qotadi, yuzida qovurilgan qobiq hosil bo'ladi, o'ziga xos hid va mazaga ega bo'ladi.

Sabzavotlar ko'p yog'da yoki asosiy usulda qovuriladi. Qovurishdan avval sabzavotlar to'g'raladi. Qovoqcha, qovoq, pomidor, baqlajon tegishli shaklda kesilgandan so'ng unga belab qovuriladi. Asosiy usulda qovurish uchun har xil yog' ishlatilishi mumkin. Bunda tovaga yog' solinib 140—150°C darajada qizdiriladi va tayyorlangan sabzavot ikki yoqlama qobiq hosil qilib qovuriladi. So'ng qovurish shkafida iste'molga tayyor holga kelguncha ushlanadi.

Ko'p yog'da kartoshka, piyoz, petrushka ko'kati va boshqalar qovuriladi. Buning uchun sabzavotlarning suvi g'alvirda silqitilib, sochiqqa yoyib qo'yib quritiladi, chunki qizigan yog'ga solingan sabzavot tarkibidagi suv yog'ni sachratib yuborishi mumkin. Ko'p yog'da qovurish uchun aralash (omuxta) yog'larni ishlatish maqsadga muvofiq hisoblanadi. Bunda 50% o'simlik va 50% hayvon yoki 70% hayvon va 30% o'simlik yoki pazandachilik yog'i ishlatiladi. Sariyog' va margarin ishlatilmaydi, chunki ular past issiq sharoitida tutaydi, yuqori darajadagi issiqlik ta'sirida kuyuvchi oqsil moddalari mahsulot hamda yog' tarkibini qoraytirib, ularning sifatini buzadi. Sabzavotlar maxsus apparatlarda (friturnitsa) yoki qalin, chuqur tovalarda maxsus metall setka yordamida qovuriladi. Yog' miqdori mahsulotga nisbatan 4 barobardan ortiq bo'lishi hamda idish yarmini egallashi kerak. Chunki 170—180°C gacha qizdirilgan yog'ning mahsulot solinganda ko'pirishini nazarda tutish lozim. Mahsulot 2—8 minut davomida qovuriladi. Qovurilgan sabzavotlar taom sifatida tarqatiladi yoki garnir sifatida ishlatiladi.

Qovurilgan kartoshka. Qovurilgan kartoshka xom yoki pishirilgan kartoshkadan tayyorlanadi. Ishlovdan o'tib to'rtburchakli uzun, pallacha, kubik, tilim-tilim shaklida to'g'ralgan xom kartoshka bir-biri bilan yopishib qolmasligi uchun sovuq suvda yuvilib, suvi silqitilib, biroz quritiladi va tovada qizib turgan yog'ga solinadi, vaqti-vaqti bilan aralashtirib, iste'molga tayyor bo'lishdan avval tuz solib, qizg'ish qobiq hosil bo'lguncha qovuriladi. Agar plita ustida qovurilganda biroz xom bo'lsa, qovurish shkafiga qo'yib, iste'molga tayyor holga keltiriladi. Qovurish jarayonida kartoshkaning qalinligi 4—5 sm ni tashkil etishi kerak.

Saralab yuvilgan kartoshka po'sti bilan pishirilib, sovitiladi, po'sti tozalanib, tilim—tilim yoki parrak—parrak shaklida kesilib, qizib turgan tovadagi yog'ga yupqa yoyilgan holda tuz solinib, qovuriladi. Tarqatishda likobchaga suzilib, ustidan o'z qovurilgan yog'i yoki sariyog' quyib, qo'shimcha garnir (yangi, tuzlangan yoki konservalangan bodring, pomidor yoki yangi sho'r karam salatleri) hamda ko'kat bilan bezab beriladi.

Qovurilgan kartoshka piyoz bilan ham berilishi mumkin. Bunda jazlangan piyoz tarqatishdan avval tayyor kartoshka bilan aralashtiriladi.

Ko'p yog'da qovurilgan kartoshka. Ishlovdan o'tgan kartoshka oddiy, (somoncha, kubik, pallacha, to'rtburchakli, uzun, tilim-tilim, parrak-parrak), shar, qirindi shaklida to'g'ralib, yuvib, suvi silqitilib, quritiladi. Tovada 170—180°C gacha qizdirilgan yog'ga tayyorlangan kartoshka solinib, qizg'ish qobiqli yumshoq holga kelguncha qovuriladi. Qovurish vaqti kartoshkaning kesilgan shakliga bog'liq. Qovurilgan kartoshka yog'dan suzilib, yog'i silqitilib, mayda tuz sepib, aralashtiriladi. Kartoshkani qovurishdan avval tuzlash mumkin emas, chunki tuz kartoshka tarkibidagi suyuqlikni siqib chiqarib, qovurayotganda yog'ni ko'pirtirib yuboradi. Somoncha shaklida kesib ko'p yog'da qovurilgan kartoshka *pay* deyiladi. Qolgan shaklda kesib qovurilgan kartoshka *fri* deyiladi. Ularni alohida taom yoki taomlarga garnir sifatida ham ishlatish mumkin.

Tarqatishda kartoshka likobchaga suzilib, ko'kat bilan bezatib beriladi.

Ko'p yog'da qovurilgan piyoz. Piyoz halqa shaklida to'g'raladi. Unga belanib, 180°C gacha qizdirilgan yog'ga solinadi, 3—5 minut davomida qizg'ish qobiq hosil bo'lguncha qovurilib, chovlida suzib olinadi, yog'i silqitiladi, lekin tuzlanmaydi. Bifshteks uchun garnir va boshqa taomlar uchun ishlatiladi.

Ko'p yog'da qovurilgan petrushka ko'kati. Saralangan petrushka ko'kati bandi bilan yuvilib, suvi silqitiladi, biroz quritib, yog'da 1—2 minut davomida qovuriladi. So'ng chovlida suzib olinib, yog'i silqitiladi. Taomlarga garnir sifatida ishlatiladi. Xamirga botirib qovurilgan baliq, yog'da qovurilgan baliq taomlariga ziravor sifatida ishlatiladi.

Qovurilgan qovoqcha bilan pishirilgan kartoshka. Qovoqchanning po'sti, urug'i tozalanadi. Qalinligi 0,5—1 sm qilib parrak-parrak shaklda kesiladi. So'ng tovada qizib turgan yog'ga solib ikki yoqlama qobiq hosil qilib qovuriladi. Yog'i silqitilib, qovurish shakafida iste'molga tayyor holga keltiriladi.

Tarqatishda likobchaga qovurilgan qovoqcha yoniga pishirilgan kartoshka qo'yilib, bir chetiga smetana, sut sardagi, smetana sardagi yoki tomatli smetana sardagidan solib, ko'kat qo'shib beriladi. Qovurilgan qovoqchani kartoshkasiz ham tarqatish mumkin, bunda qovoqcha miqdori ko'proq olinadi. Agar qovoqcha garnir sifatida ishlatilsa, tilim-tilim yoki kubik shaklida to'g'ralishi lozim.

Qovoq, baqlajon, pomidorlarni asosiy usulda qovurish. Qovoq po'sti, urug'idan tozalanib, tilim-tilim yoki kubik shaklida to'g'raladi. Ishlovdan o'tgan baqlajon parrak-parrak yoki tilim-tilim shaklida to'g'ralib, tuz sepib 10—15 minut usti yopib qo'yiladi. To'g'rab tayyorlangan qovoq yoki baqlajon tuzli unga belanib, tovada qizib turgan yog'ga solinib, ikki yoqlama qobiq hosil qilib qovurilgandan so'ng qovurish shakafiga qo'yib iste'molga tayyor holga keltiriladi.

Qattiq pomidor ko'ndalangiga ikkiga bo'lingan, parrak-parrak kesilgan yoki tilim-tilim shaklida kesib tayyorlanadi. Agar pomidor terisi qalin bo'lsa, qaynab turgan suvga botirib, terisi shilib olinadi. Tayyorlangan pomidorga tuz, murch qo'shib, unga belab, qizib turgan yog'da ikki yoqlama qobiq hosil qilib qovuriladi. Alohida taom yoki taomga garnir sifatida tarqatiladi.

Tarqatishda likobchaga suzib, ustiga smetana yoki tomatli smetana solib ko'kat qo'shib beriladi.

Sabzi kotleti. Sabzi mayda somoncha shaklida to'g'raladi yoki sabzavot kesuvchi mashinadan o'tkaziladi va chuqur idishga solinib, ustidan sut, qaynatma aralashmasi yoki suv, margarin yoki sariyog' solinib dimlanadi. Mahsulot yumshoq holga kelgach, ustidan manna yormasi naycha usulida oz-ozdan solib aralashtiriladi, iste'molga tayyor holga kelguncha qaynatib pishiriladi. Hosil bo'lgan mahsulot 40—50°C gacha sovitilib, tuz, xom tuxum, ezilgan suzma solib yaxshilab aralashtiriladi. Kotlet tayyorlashda suzma qo'shilmaligi yoki manna yormasi o'rniga quyuq sut sardagi ishlatilishi mumkin. Tayyorlangan mahsulot porsiyaga bo'linib, kotlet shakli berilib, urvoqqa belanadi, qizib turgan yog'da 2 yoqlama qobiq hosil qilib qovurib, qovurish shkafida iste'molga tayyor holga keltiriladi.

Sabzi kotletini yana boshqa usulda tayyorlasa ham bo'ladi. Buning uchun ishlovdan o'tgan sabzi to'g'ralib, dimlab pishiriladi. So'ng go'sht qiymalovchi mashina yoki ezuvchi mashinadan o'tkazib, sut va margarin qo'shib qaynatilgan holda manna yormasi solib, quyuq holgacha qaynatib pishiriladi. Sovitib tuz, xom tuxum qo'shib aralashtiriladi. Biroz shakar (3—5 g hisobida) qo'shsa ham bo'ladi. Tayyorlangan mahsulot porsiyaga bo'linib, shakl berilib, urvoqqa belab qovuriladi.

Tayyor kotlet likobchaga solinib, ustidan sariyog', margarin yoki alohida sardak idishida smetana yoki smetana sardagi, shuningdek, sut sardagi quyib beriladi.

Sabzi 156 g, oshxona margarini 5 g, sut 15 g, qaynatma 15 g, manna yormasi 15 g, tuxum 1/10 dona, suzma 31 g, urvoq yoki un 12 g, pazandachilik yog'i 10 g, margarin yoki sariyog' 10 g, yoki smetana 25 g, sardak 75 g. Sof og'irligi: yog' bilan 160 g, smetana bilan 175 g, sardak bilan 225 g.

Lavlagi kotleti. Lavlagi po'sti bilan pishirib yoki yopib pishirilgach, po'sti tozalanadi, sabzavot to'g'rovchi yoki ezuvchi mashinadan o'tkaziladi, chuqurroq idishga solib, margarin, manna yormasi qo'shib, qaynatib pishiriladi, sovitilib, xom tuxum, tuz qo'shib, aralashtiriladi, porsiyaga taqsimlab, urvoqqa belanadi, shakl berib qovuriladi, xuddi sabzi kotletiga o'xshash tarqatiladi.

Karam shnitseli. Karam o'zagi o'yib olinib, tuzli qaynab turgan suvga solib, yarim tayyor holgacha pishiriladi, sovitilib, bargi ajratiladi, barg o'zagi eziladi. Tayyorlangan barg 2 donadan ustma-ust qo'yilib, chetlari ich tomon buklanib

oval shakli beriladi, avval unga, so'ng lezonga, urvoqqa belanadi. Qizdirilgan yog'da 2 yoqlama qovurilib, qovurish shkafida iste'molga tayyor holga keltiriladi.

Tarqatishda karam shnitseli likobchaga solinib, ustidan sariyog', margarin qo'yib beriladi. Alohida sardak idishda smetana ham berilishi mumkin.

Yangi oq o'zakli karam 225 g. un 5 g, tuxum 1/5 dona, urvoq 15 g, pazandachilik margarini yoki sariyog' yoki smetana 20 g, yoki sardak 75 g. Sof og'irlik sariyog' bilan 160 g, smetana bilan 170 g, sardak bilan 225 g.

Qovoqli oladya. Qovoq po'sti, urug'idan tozalanib, qirg'ichda qiriladi va un, sut, tuz, shakar, osh sodasi, xom tuxum bilan bir xil quyuvlikka kelguncha aralastiriladi. Qizib turgan tovaga yog' solib, qoshiq yordamida tayyorlangan mahsulotdan yog'ga solib asosiy usulda ikki yoqlama qobiq hosil qilib qovurib, tayyor holga keltiriladi. Tarqatishda likobchaga 2—4 donadan oladya solib, ustiga smetana beriladi.

Qovoq 279 g, bug'doy uni 50 g, sut 30 g, xom tuxum 1/2 dona, shakar 15 g, soda 2 g, oshxona yog'i 15 g, smetana 30 g. Sof og'irligi 280 g.

Kartoshka kotleti. Ishlovdan o'tgan kartoshka pishiriladi, quritilib, issiq holda eziladi, so'ng 40—50°C gacha sovitilib, xom tuxum qo'shib yaxshilab aralastiriladi.

Aralashmaga 10—15 gramm jazlangan piyoz qo'shish mumkin. So'ng aralashma porsiyaga taqsimlanadi va un yoki urvoqqa belanib kotlet shakli beriladi. Tayyorlangan kartoshka kotleti tovada qizdirilgan yog'ga solinib ikki yoqlama qobiq hosil qilib qovuriladi va qovurish shkafiga qo'yib iste'molga tayyor holga keltiriladi. Tarqatishda kartoshka kotleti likobchaga qo'yilib, ustidan sariyog' yoki margarin sepib, bir chetiga smetana yoki smetana sardagi quyib beriladi. Smetana va sardaklar alohida idishda berilishi ham mumkin.

Kartoshka zrazilari. Kartoshkani xuddi kartoshka kotletiga o'xshash pishirib, mahsulot qo'shib tayyorlanadi. Porsiyaga taqsimlab, obinon shakli berilib o'rtasiga qiyma solinadi, chetlari bukilib, yemirilgan g'isht shakli berilib, un yoki urvoqqa belanadi va tovadagi qizib turgan yog'ga solib ikki yoqlama qobiq hosil qilib qovuriladi. So'ng qovurish shkafiga solib iste'molga tayyor holga keltiriladi.

Qiyma tayyorlash uchun: piyoz somoncha shaklida to'g'ralib jazlanadi, to'la pishirib chopilgan tuxum, ko'kat, yanchilgan murch bilan aralastiriladi. Tuxum o'rniga pishirib, mayda chopilgan qo'ziqorin yoki somoncha shaklida to'g'ralib, margarin bilan biroz suyuqlikda yumshoq pishirilgan sabzi qo'shilishi ham mumkin.

Tarqatishda kartoshka zrazisi likobcha yoki laganchaga suzilib, ustidan sariyog' yoki margarin sepiladi. Smetana yoki tomat, qo'ziqorin sardagi alohida idishda yoki zrazi yoniga qo'yib berilishi mumkin.

Kartoshka 241 g, tuxum 1/10 dona, bosh piyoz 48 g, margarin 5 g, tuxum 1/2 dona, urvoq yoki bug'doy uni 12 g, oshxona yog'i 10 g, oshxona margarini yoki sariyog' 10 g, yoki smetana 20 g yoki sardak 75 g. Sof og'irligi: yog' bilan 210 g, smetana bilan 220 g, sardak bilan 275 g.

Kartoshka kroketi. Qaynatilgan kartoshka issiq holda eziladi, mo'ljallangan unning 1/3 qismi aralashtirilib, biroz sovitiladi. So'ng xom tuxum sarig'i qo'shib aralashtiriladi va porsiyasiga 3—4 donadan bo'linib, nok, shar, silindr shakllari beriladi, qolgani unga belanib, ustidan tuxum oqini surtib, urvoqqa belanadi. Yog'ga solib qizg'ish qobiq hosil bo'lguncha qovuriladi. Kroket uchun tayyorlangan mahsulotga mayda chopilib jazlangan qo'ziqorin yoki piyoz ham qo'shish mumkin.

Tarqatishda kroket likobchaga solinib, tomat, piyoz, bodring qo'shib tayyorlangan sardak, qo'ziqorin sardagi, ko'kat sepib beriladi. Sardaklarni alohida sardak idishda berish ham mumkin. Agar kroketlar garnir sifatida ishlatilsa, maydaroq qilib tayyorlanadi.

Kartoshka 233 g, tuxum 1/2 dona, bug'doy uni 10 g, urvoqqa 10 g o'simlik yog'i yoki pazandachilik yog'i 20 g, sardak 50 g. Sof og'irligi 230 g.

9.4. DIMLANGAN SABZAVOT TAOMLARI VA GARNIRLARI

Har bir sabzavot turi alohida yoki sabzavotlarni bir necha xili aralashtirilgan holda dimlanib tayyorlanadi. Dimlanishdan avval sabzavotlar somoncha, kubik yoki pallacha shaklida to'g'ralib, yuzaki qovuriladi yoki suvda yuzaki pishiriladi va ozroq qaynatma yoki sardak jazlangan tomat, jazlangan sabzavot, lavr yaprog'i, donador murch qo'shilib dimlanadi. Yangi yoki sho'r karamni dimlashda avval qo'shimcha ishlov berilmay dimlash mumkin. Sabzavotlar idish qopqog'i yopilgan holda past olovda dimlanadi.

Dimlangan karam. Yangi karam somoncha shaklida to'g'ralib, 30 sm gacha qalinlikda qozonga solinib, ozroq qaynatma yoki suv, yog' solinib, yuqori olovga qo'yiladi. Karam hajmi cho'kib, qozon bir xilda qaynagach, olov darajasi kamaytirilib, vaqti-vaqti bilan aralashtirilgan holda yarim tayyor holgacha dimlanadi va jazlangan sabzavot (sabzi, piyoz, ko'kat ildizi), lavr yaprog'i qo'shilib, dimlab, tayyor bo'lishdan avval jazlanib, qaynatma yoki suv bilan aralashtirilgan un, sirka, tuz, shakar qo'shiladi. Agar o'rta pishar yoki kechki karamni dimlash kerak bo'lsa, sirka ertaroq, ya'ni dimlash boshida solinishi lozim. Sho'r karamni dimlash kerak bo'lsa sirka qo'shilmaydi, aksincha, sirka o'rniga shakar porsiyasiga 10 grammdan ko'paytiriladi.

Agar karamni dimlashda cho'chqa yog'i yoki dudlangan cho'chqa to'shi ishlatiladigan bo'lsa, avval ular to'g'ralib, qovurilishi, so'ng karam solinishi, qovurishdan chiqqan yog'da sabzavotlarni jazlash lozim. Dimlangan karam alohida taom yoki taomlarga garnir sifatida va boshqa taomlarga qo'shib (solyanka, bigus) tayyorlanadi. Tarqatishda dimlangan karam likobchaga solinib ko'kat bilan bezatiladi.

Yangi karam 325 g yoki sho'r karam 321 g, 3% li sirka 8 g, pazandachilik yog'i 10 g yoki cho'chqa yog'i 15 g, yoki dudlangan cho'chqa to'shi 26 g, tomat pyure 20 g, sabzi 13 g, petrushka ildizi 7 g, bosh piyoz 18 g, lavr yaprog'i 0,02 g, murch 0,05 g, un 3 g, shakar 8 g. Sof og'irligi 250 g.

Piyoz va pomidor bilan dimlangan kartoshka. Ishlovdan o'tgan kartoshka kubik yoki pallacha shaklida to'g'ralib, yuzaki qovuriladi. Piyoz yarim halqa yoki pallacha shaklida to'g'ralib jazlanadi. Pomidor parrak-parrak shaklida yoki pallacha shaklida to'g'ralib, qovuriladi. Tayyorlangan kartoshkaga jazlangan piyoz, qizil asosiy yoki tomat sardagi quyilib, lavr yaprog'i, tuz, murch qo'shib, iste'molga tayyor bo'lguncha dimlanadi. Dimlashda taomga qo'ziqorin qo'shib tayyorlanishi ham mumkin. Bunda yangi qo'ziqorin tilim yoki pallacha shaklida to'g'ralib, quritilgan qo'ziqorin ishlovdan o'tkazilib qovuriladi. Tarqatishda likobchaga dimlangan kartoshka suzilib, atrofiga qovurilgan pomidor qo'yib, mayda to'g'ralgan ko'kat sepib beriladi.

Sabzavot ragusi. Bu taom tarkibiga har xil sabzavotlar kiradi. Xom kartoshka kubik yoki pallacha shaklida to'g'ralib, yuzaki qovuriladi. Sabzi, sholg'om ham o'rtacha kubik yoki pallacha shaklida to'g'ralib jazlanadi va suvda biroz qaynatiladi. Oq o'zakli karam shashka shaklida to'g'ralib suvda biroz qaynatiladi. Gulkaram gulchalari ajratilib, pishiriladi. Qovoqcha va qovoq kubik shaklida to'g'raladi, yuzaki qovuriladi yoki xom holda ishlatiladi. Ko'k no'xat pishiriladi.

Tayyorlangan kartoshka, sabzi, piyoz, sholg'om ustidan qizil tomat yoki smetana sardagi solinib aralashtiriladi, 10—15 minut dimlanadi, qovoq yoki qovoqcha, karam solib yana 15—20 minut dimlanadi, dimlash oxiriga 5—10 minut qolganda konservalangan ko'k no'xat, tuz, murch, lavr yaprog'i solinadi va iste'molga tayyor holga kelguncha dimlanadi. Agar ragu qizil yoki tomat sardagi bilan tayyorlansa, mayda chopilgan sarimsoqpiyoz qo'shi-ladi.

Tarqatishda likobchaga ragu suzilib, ustidan sariyog' quyib, ko'kat sepib beriladi.

Kartoshka 67 g, sabzi 50 g, petrushka (ildizi) 13 g, (bosh piyoz 36 g) sholg'om 53 g, yangi oq yazakli karam 30 g, pazandachilik yog'i 10 g, sardak 75 g, qovoq 43 g yoki qovoqcha 45 g, sarimsoqpiyoz 1 dona, donador murch 0,05 g, lavr yaprog'i 0,02 g, oshxona margarini yoki sariyog' 5 g. Sof og'irligi 255 g.

9.5. YOPILGAN SABZAVOT TAOMLARI

Sabzavotlarni yopish uchun ular avval pishiriladi, qovuriladi, dimlanadi. Ba'zi hollarda yopish uchun xom sabzavot ham ishlatiladi. Tayyorlangan sabzavotlar porsiyali tovalarda 259—280°C li qovurish shkaflarida yopib tayyorlanadi. Yopish jarayonida yuzida qobiq hosil bo'lib, ichki harorati 80°C gacha yetgan taom ist'emolga tayyor bo'lgan hisoblanadi. Tayyorlanadigan mahsulot, idishga yopishmasligi uchun uni yog'lash, urvoq sepish, so'ng solinishi lozim.

Yopib tayyorlanadigan sabzavotlar quyidagi guruhga bo'linadi: *sardakda yopilgan, zapekankalar, qiyma tiqib pishirilgan sabzavotlar*. Yopishdan avval zapekanka va ruletlarning ustiga smetana surtiladi. Sardaklarda yopiladigan sabzavotlar ustiga qirilgan pishloq yoki urvoq sepilib ustidan yog' purkaladi.

Kartoshka zapekankasi. Kartoshka xuddi kartoshka kotleti uchun tayerlangan aralashma singari tayyorlanadi. So'ng yog'lab urvoq sepiladi. Uning ustiga qiyma yopilib ustidan qolgan kartoshka pyuresi solinadi, usti tekislanib, bezalib, smetana solinadi va yopiladi.

Qiyma uchun: ishlovdan o'tgan, quritilgan qo'ziqorin pishirilib, mayda chopilib, jazlangan piyoz, pishirib chopilgan tuxum, tuz, murch, ko'kat qo'shib aralashtiriladi. Zapekankani yana boshqa usulda, ya'ni qiyma solinmay ham tayyorlash mumkin.

Tarqatishda tovadagi kartoshka zapekankasi biroz sovutilib, porsiyalarga bo'linib, likobchaga solib, ustidan sariyog' yoki bir chetiga tomat, smetana, qo'ziqorin sardaklari quyib beriladi.

Kartoshka ruleti. Kartoshka kotleti uchun tayyorlangan aralashmaga o'xshash mahsulot tayyorlanib, ho'llangan sochiq yoki dokaga 1,5—2 sm qalinlikda to'g'ri to'rtburchak shaklida yoyiladi. O'rtasiga uzunchoq qilib qiyma solinadi. Ust tomoniga smetana surtilib, urvoq sepiladi, bir necha yeridan teshilib, yog' purkalib, yopiladi.

Qiyma uchun: yangi karam somoncha shaklida to'g'raladi yoki maydalab chopiladi. So'ng qovuriladi yoki dimlanadi. Pishirilgan qo'ziqorin, piyoz, sabzi somoncha shaklida to'g'rab jazlanadi. Tayyorlangan karam, qo'ziqorin, piyoz, sabzi pishirib mayda chopilgan tuxum, tuz, ziravor qo'shib aralashtiriladi. Porsiyasiga 5 gramm hisobida ko'kat ham qo'shish mumkin.

Tarqatishda tayyor rulet biroz sovutilib, porsiyalarga bo'linib, likobchaga yoki laganchaga solinib, ustidan sariyog' yoki bir chetiga tomat, smetana, qo'ziqorin sardaklari yoki alohida idishda smetana qo'shib beriladi.

Kartoshka 240 g, yangi oq o'zakli karam 50 g, sho'r karam 57 g, yangi oq qo'ziqorin 61 g, qurilgan qo'ziqorin 15 g yoki shampinon 99 g, bosh piyoz 25 g, oshxona margarini 10 g, smetana 5 g, urvoq 5 g, sardak 75 g yoki smetana 20 g. Sof og'irligi — sardak bilan 275 g, smetana bilan 220 g.

Sabzi yoki karam zapkankasi. Karam yoki sabzidan xuddi kotlet uchun tayyorlangan usulda aralashma tayyorlanadi va yog'lanib, urvoq sepilgan tovaga yoyib, ustini tekislab smetana surtiladi va yopiladi. Tarqatishda biroz sovitilib, porsiyalarga bo'linib, likobcha yoki laganchaga qo'yib, ustidan sariyog' yoki bir chetiga sut, smetana sardagi yoki alohida idishda smetana qo'shib beriladi.

Sardak yopilgan karam. Ishlovdan o'tgan gulkaram o'z bandi bilan pishiriladi. Savoy yoki oq o'zakli karam ishlovdan o'tkazilib, o'zagi o'yib olinadi, pallacha shaklida to'g'ralib, pishiriladi va suzib olib, suvi silqitiladi. Porsiyalangan tovaga yog' surtib, biroz sardak solinadi va tayyorlangan gulkaram, savoy yoki oq o'zakli karamni solib, ustidan o'rta quyuklikdagi sut sardagi quyiladi. Ustiga qirilgan pishloq yoki urvoq sepilib, yog' purkalib, yopiladi.

Gulkaram mayda gulchalarga ajratiladi, savoy yoki oq o'zakli karam-shashka shaklida to'g'ralib pishirilishi mumkin. Pishirilgan karamlar o'rta quyuklikdagi sut sardagi bilan aralashtirilib, yog'langan tovaga solib, ustidan pishloq sepiladi, yog' purkalib, qovurish shkafiga qo'yib iste'molga tayyor holga keltiriladi.

Tarqatishda yopib tayyorlangan tovasi bilan ustiga sariyog' sepib beriladi.

Sabzavot solyankasi. Yangi yoki sho'r karam dimlanadi. Ishlovdan o'tgan sho'r bodring tilim-tilim yoki romb shaklida to'g'raladi va dimlanadi. Tuzlangan yoki marinadlangan qo'ziqorin yuvilib, tilim-tilim shaklida to'g'raladi va qaynab turgan suvga biroz botirib olinib qovuriladi. Tayyorlangan sho'r bodring, qo'ziqorin, jazlangan piyoz va shovul bilan aralashtiriladi. Yog'langan, porsiyaga taqsimlangan tovaga dimlangan karamning bir qismi solinib, ustiga tayyorlangan sabzavot yoyilib, uning ustidan qolgan dimlangan karam yoyiladi.

Tarqatishda likobchaga qo'yib, qo'ziqorin, zaytun mevasi, limon parragi bilan bezab beriladi.

Sabzavotli karam do'lmasi. Ishlovdan o'tgan karam o'zagi o'yib olinib, tuzli suvda bir qaynatib, bargi ajratib, barg o'zagi ezilib, qiyma solib, yassiroq silindr shaklida o'rab tayyorlanadi.

Qiyima uchun: sabzi, piyoz somoncha shaklida to'g'ralib, jazlanadi va pishirilgan guruch, pishirib mayda chopilgan qo'ziqorin, tuz, murch, ko'kat qo'shib aralashtiriladi. Pishirib mayda chopilgan tuxum qo'shsa ham bo'ladi.

Tarqatishda karam do'lmasi 2 donadan likobchaga solinib, ustidan o'zi pishirilishi jarayonida chiqqan sardagidan quyib, ko'kat sepib beriladi.

Yangi karam 190 g, oq qo'ziqorin 53 g, yoki quritilgan qo'ziqorin 10 g, yoki shampinon (yangisi) 66 g, sabzi 28 g, bosh piyoz 35 g, guruch 11 g, petrushka ko'kati 3 g, margarin 35 g, sardak 100 g. Sof og'irligi 250 g.

Pomidor do'lmasi. Qiyma tiqish uchun qattiq, o'rta kattalikdagi pomidor band tomonidan aylana shaklida kesib, ichidagi go'shti o'yib olinadi, ichiga qiyma

solinib, yog'langan tovaga teriladi, ustidan qirilgan pishloq yoki pishloq-urvoq aralashmasi sepilib, yog' purkaladi va 15—20 minut davomida qovurish shkafiga qo'yib pishiriladi.

Qiyima uchun: oq qo'ziqorin yoki shampinon qo'ziqorini ishlovdan o'tkazilib, mayda to'g'raladi, pomidor ichidan chiqqan go'shti bilan birga qovuriladi. Piyoz mayda kubik yoki somoncha shaklida to'g'ralib, jazlanadi. Guruch pishiriladi. Tayyorlangan qo'ziqorin, pomidor, piyoz, guruch, tuz, murch, ko'kat, ba'zi hollarda mayda chopilgan sarimsoqpiyoz qo'shib aralashtiriladi.

Tarqatishda likobchaga do'lma solinib, ustidan sut, qaymoq yoki tomatli smetana sardagi quyib beriladi. Smetana alohida berilishi ham mumkin.

Bulg'or qalampiri do'lmasi. Sabzi, piyoz somoncha shaklida to'g'ralib jazlanadi, pomidor yoki tomat pyure qo'shib yana biroz jazlanadi va donador pishirilgan guruch, tuz, murch, ko'kat bilan aralashtiriladi. Qiyma tiqish uchun mo'ljallab tayyorlangan bulg'or qalampiriga qiyma tiqib, tovaga teriladi, ustidan qaynoq sardak (sut, smetana yoki tomatli smetana) quyilib, yopiladi. Tarqatishda yopish jarayonida o'zidan chiqqan sardak quyib beriladi.

Qovoqcha do'lmasi. Qovoqcha qiyma tiqishga mo'ljallab tayyorlanadi va ichi qiyma bilan to'ldirilib, yog'langan tovaga teriladi, yarmi ko'milgan darajada qaynoq sardak (smetana yoki tomatli smetana) quyib, ustiga qirilgan pishloq sepiladi va yog' purkab, qovurish shkafiga qo'yib yopiladi.

Tarqatishda do'lma likobchaga solinib, ustidan yopish jarayonida o'zidan chiqqan sardak quyib beriladi.

Qiyima uchun: donador pishirilgan guruchga jazlangan piyoz, pishirib mayda chopilgan tuxum, tuz, murch, ko'kat qo'shib aralashtiriladi. Bu qiyma sabzi bilan ham tayyorlanishi mumkin. Bundan tashqari, yana sabzavot qiymasidan ham foydalanish mumkin. Buning uchun oq o'zakli karam somoncha shaklida to'g'ralib qovuriladi yoki yog', tomat pyuresi, biroz qaynatma yordamida dimlanadi va jazlangan sabzavot (sabzi, piyoz, ko'kat ildizi), tuz, murch, sarimsoqpiyoz, mayda to'g'ralgan ko'kat, yuzaki jazlangan ko'k piyoz bilan aralashtirib tayyorlanadi.

Baqlajon do'lmasi. Qiyma tiqishga mo'ljallab tayyorlangan baqlajon yarim tayyor mahsuloti ichiga qiyma tiqib yog'langan protivenga terilib, ustidan qaynoq qaynatma yoki suv quyib, qovurish shkafiga qo'yib yopiladi.

Qiyima uchun: sabzi, ko'kat ildizi, piyoz somoncha yoki mayda kubik shaklida kesib jazlanadi, tomat qo'shib yana biroz jazlanib (pomidor bo'lsa alohida jazlash kerak), mayda chopilgan sarimsoqpiyoz, tuz, pishirib chopilgan tuxum yoki qovurilgan qo'ziqorin qo'shib aralashtiriladi. Tarqatishda baqlajon do'lmasi likobchaga suzilib, ustiga sardak (smetana yoki tomatli smetana) quyib, ko'kat solib beriladi.

9.6. QO‘ZIQORINDAN TAYYORLANADIGAN TAOMLAR

Taom tayyorlash uchun yangi, marinadlangan va quritilgan qo‘ziqorinlar ishlatiladi. Oq qo‘ziqorin, qayinzor qo‘ziqorini, o‘tloq qo‘ziqorinlari (somonchalarni suvga solib 8—10 minut qaynatish kerak) qaynoq suvda biroz yuzaki pishirilib, suzib olinib, iliq suvda yuviladi. Ba‘zi qo‘ziqorinlar suvga solinib, 8—10 minut qaynatiladi. Shampinon turlari biroz dimlab olinadi. Buning uchun shampinonlar idishga 20 sm gacha qalinlikda solinib, biroz suv, limon sharbati yoki sirka (qo‘ziqorin qoraymasligi uchun) solinib, qopqoq yopilib, 8—10 minut davomida baland olovda dimlanadi va shu suyuqlikda sovitib saqlanadi. Quritilgan qo‘ziqorin yaxshilab yuvilib, sovuq suvda 3—4 soat bo‘ktiriladi, so‘ng suzib olib, yuviladi va bo‘ktirilgan suyuqligida pishiriladi va yana bir bor chayiladi. Marinadlangan yoki tuzlangan qo‘ziqorinlar o‘z suyuqligidan suzilib olib yuviladi.

Smetana sardagiga pishirilgan qo‘ziqorin. Ishlovdan o‘tgan qo‘ziqorin tilim-tilim yoki pallacha shaklida to‘g‘ralib, qizib turgan yog‘da qovurib tayyor holga keltiriladi. Qaynab turgan smetana sardagi solinib, 5—10 minut qaynatiladi. Qaynatish jarayonida porsiyasiga 10—20 gramm hisobida jazlanlangan piyoz qo‘shsa ham bo‘ladi. Iste‘molda alohida taom yoki go‘shqli taomlarga garnir sifatida ishlatiladi.

Tarqatishda likobchaga suzib, ko‘kat sepib beriladi. Qo‘ziqorinni pishirilgan kartoshka bilan ham istemolga tortish mumkin.

Smetana sardagida yopilgan qo‘ziqorin. Ishlovdan o‘tgan yangi qo‘ziqorin pallacha shaklida to‘g‘ralib, 10—12 minut davomida qovuriladi, shampinonlar dimlanadi, quruq qo‘ziqorin va smorchkalar oldindan pishiriladi. Tayyorlangan qo‘ziqorinlar smetana sardagi bilan aralashtirilib, qaynatiladi. Qo‘ziqorinlarni issiq gazak uchun tayyorlash kerak bo‘lsa, ularni yupqa tilim-tilim shaklida to‘g‘rab, sardak bilan aralashtirib, maxsus idishda (kokotnitsada) yopib, tarqatiladi.

Tarqatishda kokotnitsa likobchaga qo‘yilib, yoniga choy qoshiq yoki kichik vilka qo‘yib beriladi.

9.7. SABZAVOT TAOMLARI SIFATIGA QO‘YILADIGAN TALABLAR VA ULARNI SAQLASH MUDDATLARI

Pishirilgan sabzavotlar o‘z kesilgan shaklini saqlashi, kartoshka biroz ezilgan rangi oqdan sarg‘ish ranggacha bo‘lib, uning qorayishiga yoki qizg‘ish rangga kirishiga yo‘l qo‘ymaslik kerak. Ildiz-mevalarning rangi sof holdagiga o‘xshashi, ko‘zchalari, chirigan, qoraygan yerlari yaxshi tozalanishi, bir xil yumshoqlikda pishgan bo‘lishi. Qaynatib pishirilgan karam mazasida dimlab pishirilgan karam mazasi bo‘lmasligi, yumshoq, nozik pishgan holatda bo‘lib, rangi oqdan oz sezilarli

sarg'ish ranggacha, ertangi karam va savoy karami uchun och-yashil rangdan to och-sarg'ish ranggacha, bryussel karami uchun tiniq yashil rangdan to to'q yashil ranggacha bo'lib, gulkaram guli ustida qoramtir dog'lar va qizg'ish rang bo'lmasligi kerak.

Kartoshka pyuresi bir xil quyuqlikda, biroz g'ovaklikka ega, quyuq ko'rinishda, rangi och-sarg'ishdan oq ranggacha bo'lib, qoramtir dog'lari ezilmagan qumoq-qumoq kartoshka bo'lmasligi kerak. Dimlab pishirilgan sabzavotlar biroz tuzlangan sabzavot va sutga xos xushxo'r hidli, kuygan sut va sabzavot mazasidan xoli, rangi pishirilgan sabzavot turiga xos, yumshoq pishgan bo'lishi kerak.

Qovurilgan sabzavotlar bir xil shaklda bo'lib, ikki tomoni bir xil qovurilgan, tarkibi bir xil yumshoqlikda bo'lishi lozim. Kartoshka rangi sarg'ish bo'lib, ba'zi yerlari qizg'ish ranggacha qovurilgan bo'lishi mumkin. Qolgan sabzavotlarning rangi o'ziga xos och-qizg'ishdan to'q qizg'ish ranggacha bo'ladi. Kotlet, zrazilar, shnitsellar o'ziga xos shaklda, yorilgan, bo'lingan, uchgan xollardan xoli, yuzida qizg'ish rangdagi qobiq bo'lishi kerak. Sabzi kotleti kesilganda ichidagi rangi och-sarg'ishdan to qizil ranggacha, mazasi biroz shirin, g'ovak ko'rinishda, bir xil quyuqlikda mushtlashgan manna yormasi, katta bo'lakdagi sabzilar bo'lmasligi kerak. Karamdan tayyorlangan taomlar och-sarg'ish rangda, ba'zi hollarda rangi karam turiga qarab biroz o'zgarishi mumkin.

Dimlangan sabzavotlar bir xil shaklda va katta-kichiklikda, yumshoq pishgan, selli bo'lishi kerak. Karam taomlari biroz dag'alroq bo'lishi mumkin. Dimlangan karamdan tayyorlangan taomlarning mazasi biroz nordon-shirin mazaga ega bo'ladi. Rangi och rangdan qo'ng'ir ranggacha, qizilchadan tayyorlanganda to'q qizil rangda bo'ladi. Sabzavotlarga shakl berib to'g'rab saqlanishi, kartoshkaning bir qismi ezilgan bo'lishi mumkin.

Yopilgan sabzavot. Sabzavotli rulet, zapekankalarning yuzi tekis, bir xil qizg'ish qobiqda, yorilmagan, kesilganda ostki va ustki qatlam qalinligi bir xil, qiymasi bir xil me'yorda solib tayyorlangan, rangi, mazasi-yopib tayyorlangan sabzavotga xos, sardak qo'shib yopilgan sabzavotlar, sardakka to'liq ko'milgan va yuzida yupqa qizg'ish qobiqqa ega bo'lib, taom yumshoq bo'lmog'i lozim.

Sabzavot garnir va taomlarni issiqligicha uzoq saqlash mumkin emas, chunki mahsulotning tashqi ko'rinishi, mazasi, ozuqalik qiymati yo'qoladi, tarkibidagi C darmondorisi parchalanadi. Suyuqligi-dan ajratilgan kartoshka va kartoshka pyuresi marmitda 2 soatgacha, gulkaram, sarsabil, jo'xori pishirilgan holda o'z suyuqligida 30 minutgacha saqlanadi. Uzoqroq saqlash uchun suyuqligidan suzib, sovitib, sovitkichga qo'yiladi. Kerak bo'lganda o'zi qaynagan suyuqlikka solib bir qaynatib ishlatiladi.

Sardak yoki yog'da tayyorlangan sabzavotlar qopqog'i yopilgan idishlarda 2 soat muddatgacha saqlanishi mumkin. Agar sabzavot uzoqroq saqlanishi zarur bo'lsa, suyuqligi ajratilib, sovitilib, sovitkichga qo'yiladi. Ularni ishlatish uchun

o'z sardagida yoki yog'da isitiladi. Ko'p yog'da qovurilgan sabzavotlar sovutilib, sovitkichda bir kun, dimlab pishirilgan, yopilgan sabzavot, qo'ziqorin taom va garnirlari issiq holda 2 soat davomida saqlanishi mumkin.

9.8. YARIM TAYYOR MAHSULOT TAOMLARI

Umumiy ovqatlanish korxonalariga tayyorlov fabrikasi va oziq-ovqat sanoati muassasalaridan quyidagi pishirishga tayyor sabzavot mahsulotlari keltiriladi.

Pishirishga tayyor «lyubitel» kartoshkasi. Kartoshka to'rtburchakli uzun shaklda to'g'ralib, qaynab turgan suvda yuzaki pishirib, so'ng qovurilib yoki qovurilmay muzlatilgan ko'rinishda bo'ladi. Ishlatish uchun muzdan tushirilmagan holda qaynab turgan suvga yoki qizib turgan yog'ga solib, yumshoq holga kelguncha qaynatib yoki qovurib iste'molga tayyor holga keltiriladi. Tayyor kartoshka taom yoki garnir sifatida ishlatiladi.

Pishirishga tayyor «Qovurilgan kartoshka». Kartoshka to'rtburchakli uzun shaklda to'g'ralib, yarim tayyor holgacha qovurilib tayyorlangan bo'ladi. Ularni ishlatish uchun ko'p yog'da 4—5 minut qovurib yoki qovurish shkafida 250°C darajada 10—15 minut davomida qovurib, istemolga tayyor holga keltiriladi.

Qurilgan kartoshka pyuresi. Ular pag'a-pag'a holda, un ko'rinishida yoki yormaga xos ko'rinishda keltiriladi. Yormachalarni 1 : 4 miqdordagi suvga solib, aralastirmay, olovga qo'yib 95—100°C darajagacha qizdirilsa, pyure holiga keladi, qurilgan kartoshka pyuresini garnir yoki taom (kotlet, zrazi, rulet, zapekanka, kroket) tayyorlashda ishlatiladi.

Kartoshka kotleti 2 donadan laklangan yelim qopchiqda yoki 6 donadan qog'oz qutiga solib keltiriladi. Ishlovda muzidan tushirilmagan holda qizib turgan yog'da 2 tomonida qobiq hosil bo'lguncha qovuriladi.

Muzlatilgan dimlangan karam blok holida keltiriladi. Ishlatishdan avval dimlangan karam bloki chuqur tovaga solinib, biroz qaynatma (1 kg karamga 100 g hisobida) qo'shib, qopqog'i yopilib, qovurish shkafida 30—40 minut ushlanib, muzidan tushiriladi, so'ng 8—10 minut vaqt-vaqti bilan aralastirib plita ustida isitiladi.

Muzlatilgan karam yoki bulg'or qalampiri do'lmasi ham blok holida keltiriladi. Foydalanishdan avval bloklar qozonga yoki tovaga bir qator qilib terilib, bir porsiyasiga 40 g hisobida suv yoki qaynatma solib, qopqog'i yopilgan holda 220—250°C li darajada 30—40 minut qovurish shkafida ushlanadi, so'ng plita ustida 8—10 minut past olovda qaynatiladi.

Sut sardagida muzlatilgan sabzi yoki lavlagi, sabzavot ragusi ham blok holida keltiriladi. Foydalanishda avval chuqur tovaga solib, qopqog'ini yopib, 30—40 minut qovurish shkafiga qo'yiladi va harorat 180—200°C gacha ko'tariladi. Muzdan

tushgandan so'ng asta-sekin aralash tirilgan holda past olovda 8—10 minut plita ustida qizdiriladi.

Amaliy mashg'ulot

Kartoshka, sabzavotlar, qo'ziqorinlardan tayyorlangan taom va garnirlar tayyorlashni o'rganish

Asosiy maqsad. Sabzavot taomlarining tayyorlanish texnologiyasi bilan tanishish va bu borada malaka o'rttirish.

Uslubiy ko'rsatma. Ma'lumotlar mazkur kitobda «Kartoshka, sabzavotlar, qo'ziqorinlardan tayyorlangan taom va garnirlar» bobida bayon etilgan va ularni o'qib, bilib olish maqsadga muvofiqdir. «Fan sikli hay'ati» tavsiyasiga ko'ra tayyorlanishi ko'zda tutilgan sabzavot taom va garnirlarga sarflanadigan oziq-ovqat mahsulotlari miqdorini «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий» (М: Экономика, 1983) kitobining 323—404- sonli «Sabzavot taom va garnirlari» bo'limidan ba'zi bir taomlar hisoblab, belgilab olinadi.

Bunda barcha amaliy texnologik jarayonlar ishlab chiqarish sexlarida yoki o'uv laboratoriyasida amalga oshiriladi. Ularni tayyorlashda tavsiya etilgan texnologik kartalar, plakat, diafilm va slaydalardan foydalaniladi.

Mashg'ulot o'tkazish uchun asbob-anjomlar. Harxil inventar, pichoq, taxtakach, tovalar, protiven, durshlag, hajmdagi kastyulkalar va shunga o'xshash asbob-anjomlar, shuningdek, mexanik va issiqlik jihozlaridan foydalaniladi.

Topshiriq. O'quvchilar tayyorlangan taomlar, garnirlar ko'rinishi, mazasi, sifati, tayyorlanish texnologiyasi bilan tanishadilar. Lozim bo'lgan ma'lumotlarni daftariga yozib oladilar. O'qituvchi o'tkazilgan mashg'ulotlarga yakun yasaydi.

Tekshirish uchun savol va topshiriqlar

1. Sabzavot taomlarining ovqatlanishdagi ahamiyati nimada?
2. Issiq ishlov berish jarayonida sabzavotlarda qanday o'zgarishlar ro'y beradi?
3. C darmondorisini qanday saqlash mumkin?
4. Kartoshka pyuresi qanday tayyorlanadi?
5. Karam qanday pishiriladi?
6. Sabzavotlar dimlab qanday pishiriladi?
7. Kartoshkani yog'da qanday qovurish mumkin?
8. Karam dimlash rejasini tuzing.
9. Sabzavot ragusi qanday tayyorlanadi?
10. Pishirib ezilgan kartoshkadan qanday taomlar tayyorlanadi?
11. Kartoshkadan tayyorlangan taomlarga qanday sardaklar qo'shib beriladi?
12. Sabzi, lavlagi kotletlari qanday tayyorlanadi?
13. Smetanaqa aralash tirilgan qo'ziqorin taomi qanday tayyorlanadi?

X b o b

BALIQ TAOMLARI

Baliqdan tayyorlangan issiq taomlar umumiy ovqatlanish korxonalarida tayyorlanayotgan taomlar ichida muhim o'rinni egallaydi. Baliq taomlari tarkibida oqsil ko'p bo'lib, u go'sht mahsulotlaridagi oqsilga nisbatan tez hazm bo'lish xususiyatiga ega. Baliqning muskul to'qimasi go'shtnikiga nisbatan nafis va yumshoq, chunki baliqning birlashtiruvchi to'qimasi tarkibidagi kollagenlar issiqlik ta'sir etsa, turg'unlik darajasi buzilib glyutinga aylanadi.

Taom tayyorlashda ishlatiladigan baliq turlarining yog'liqlik darajasiga qarab ularning tarkibidagi yog'i aniqlanadi. Osyotr, losos oilasi, seld, kafel, paltus, kambala baliqlaridan tayyorlangan taomlarda yog' darajasi yuqori bo'lsa, treska, cho'rtan baliq, okun, sazan baliqlaridan tayyorlangan taomlarda yog' darajasi past hisoblanadi. Yog' miqdorini aniqlashdan maqsad, bu taomlar uchun mos garnir va sardaklarni tanlashdir.

Baliq yog'i past darajada erishi va suyuq holini uzoq muddat ichida saqlab qolish xususiyati bilan boshqa mahsulotlardan farqlanishiga asoslansak, ular qo'y, mol yog'lariga nisbatan tez hazm bo'ladi. Baliq taomlarining bu xossasi sovuq holdagi iste'molida ham o'z xususiyatini saqlab qolishidan darak beradi. Baliq iste'mol qilish orqali kishi organizmi boshqa yog'larda bo'lmagan kislotaga ega bo'ladi. Ko'p baliq to'qimalaridan yog' bir xilda joylashmagan. To'qimalarida yog'i bir xil joylashgan baliqlar (losos, osyotr) pazandachilikda qadrlanadi. Baliq taomi tarkibidagi yog' miqdori unga xushxo'r maza berishi bilan birga ozuqalik ahamiyatini ham oshiradi.

Baliq taomlari ko'p miqdordagi mineral moddalarga (natriy, kaliy, fosfor, yod, oltingugurt, xlor, temir, mis va boshqa) boy. Bu mineral moddalar dengiz baliqlaridan tayyorlangan taomlarda ko'p bo'ladi. Ko'p baliqlar A va D, ba'zi baliqlar esa B1 va B2 darmondorilarga, tarkibidagi ekstraktiv moddalar orasida ishtaha ochish xususiyatiga ega bo'lgan moddalarga ega bo'ladi.

Baliq turlariga qarab mazasi va ozuqalik ahamiyati ham turlicha bo'ladi. Shu sababdan baliq taomlarini tayyorlashda ularga shunday pazandachilik ishlovi berish lozimki, natijada ham xushxo'r taom tayyorlanishi, ham ularning ozuqalik ahamiyati saqlab qolinishi zarur. Issiq ishlov berish usuliga qarab baliq taomlari *qaynatib pishirilgan, dimlab pishirilgan, asosiy usulda qovurilgan, ko'p yog'da qovurilgan, yopib pishirilgan kabi* turlarga bo'linadi.

Issiq ishlov jarayonida baliq tarkibida murakkab fizik-kimyoviy o'zgarishlar ro'y beradi. Qaynatib pishirish va qovurish jarayonida baliq tarkibidagi oqsil quyuqlashib, zichlashadi, kollagen oqsili, ma'lum darajada yog', darmondorilar, ekstraktiv moddalar o'zgaradi, suv ajralib chiqib, vazn va hajm miqdorida kamayish ro'y beradi. Issiq ishlov ta'sirida baliq to'qimalari yumshab, hazm bo'lish xususiyati yaxshilanishi bilan birga tarkibidagi bakteriyalari o'ladi. Mahsulot bu bakteriyalar bilan pishirishga tayyorlanayotgan jarayonda zararlangan bo'lishi mumkin. Osiyotr oilasidagi baliqlarda ba'zi hollarda, kasal tug'diruvchi bakteriya sporalari ajratib chiqargan toksinlar, ya'ni zaharlovchi moddalari saqlanib qolishi mumkin. Shu sababli bu turdagi baliqlarga issiq ishlov berish jarayonida ular iste'molga tayyor bo'lgunga qadar diqqat bilan kuzatib turish lozim.

Baliq tarkibidagi *albumin oqsili* suvda, *globulin oqsili* esa tuz eritmalarida erishi mumkin. Tarkibida murakkab fosfor birikmalarini birlashtiruvchi oqsillar 35°C darajadan boshlab quyuqlashib, denaturlanish hodisasiga uchraydi va 65°C ga yetganda bu jarayon tugallanadi. Quyuqlashgan oqsil oq ko'pik holida baliq suvda pishirilayotganda suyuqlik yuziga suzib chiqadi. Baliq tarkibida 1,6 dan 5,1% gacha kollagen bo'lib, u baliqning asosiy birlashtiruvchi to'qimasini tashkil qiladi. Baliq kolageni go'sht kollageniga nisbatan chidamsiz hisoblanadi. Baliq kollageni 40°C li haroratdan boshlab quyuqlashadi va *glyutinga* aylana boshlaydi. Bu modda yelimga o'xshash bo'lib, issiq suvda yaxshi eriydi. Shu sababdan baliq qaynatilgan suyuqlik sovutilganda dildiroq ko'rinishga ega bo'ladi. Baliq tarkibidagi glyutin go'sht tarkibidagi glyutinga nisbatan o'zida suvni ko'proq ushlab turadi. Shu sababli baliq issiq ishlovda go'shtga nisbatan o'z vaznini kamroq yo'qotadi. Issiq ishlov ta'sirida baliq tarkibidagi miofibril oqsili zichlashadi va oqibatda uning vazni va hajmi kamayadi.

Issiq ishlov ta'sirida baliqning vazni 18—20% ga o'zgaradi. Bu mol go'shtida bo'ladigan o'zgarishga nisbatan taxminan 2 barobar kamdir. Vazndagi bu yo'qotilish, asosan, mahsulot tarkibidagi suv evaziga bo'ladi. Qovurish yoki qaynatib pishirish jarayonlarida vazn yo'qotish miqdor jihatdan deyarli bir xildir. Ular orasidagi tafovut 1—2% bo'lishi mumkin. Urvoqqa belab tayyorlangan baliqlar urvoqqa belanmagan baliqqa nisbatan kamroq vazn yo'qotadi. Infraqizil nur maydonida qovurilgan baliq vazni ozroq yo'qoladi, chunki unga issiq ishlov berish vaqti qisqarib, tarkibidagi suyuqlik ajralishi kamayadi.

Baliq tarkibidan qaynatma tarkibiga qaynatma erib o'tuvchi umumiy mahsulot miqdori o'z vaznining 1,5—2% ni tashkil qiladi, shu hisobdan ekstraktiv va mineral moddalar 0,3—0,5% ni tashkil qiladi. Ekstraktiv moddalar qaynatish natijasida suyuqlikka o'tib, qaynatmaga o'ziga xos xushxo'rlik va maza berib, ishtahani ochadi.

Baliqni pishirish natijasida uning tarkibidagi yog' biroz kamayib, qaynatma yuziga suzib chiqadi va ba'zilar emulsiyaga aylanadi.

Issiq baliq taomlari korxonada issiq sexlarining sardak tayyorlash bo'limida tayyorlanadi. Tayyorlash jarayonida kastyulalkardan, tovalardan, baliqni dimlab va qaynatib pishirish uchun maxsus, panjarali baliq qozonlaridan, qovurish uchun ishlatiladigan frityurnitsalar, porsion tovalar, kapgirilar, ko'pik suzgichlar, chovlilar, alyumin g'alvirlar, pazandachilik ayrilaridan va boshqa asbob-anjomlardan foydalaniladi. Baliq taomlari mayda likopchalarda, dumaloq yoki cho'zinchoq shakldagi metall laganchalarda, porsion tovalarda tarqatiladi. Tarqatilgan issiq baliq taomlarining harorati 65°C darajadan past bo'lmazligi lozim. Tarqatiladigan baliq vazn og'irligi 75, 100 yoki 125 grammni tashkil etishi kerak.

10.1. QAYNATIB PISHIRILGAN BALIQ TAOMLARI

Qaynatib pishirish uchun har qanday baliq turlari — treska, qalqonbaliq, laqqa baliq, sudak, zubatka, cho'rtan baliq, ko'mir va muz baliq, moreu, osyotr oilasi baliq'i va boshqalar ishlatiladi.

Porsiyalarga bo'lib pishirish uchun suyakli terili, suyaksiz terili filega ajratilgan va ko'ndalangiga dumaloq kesilgan baliq bo'laklari ishlatiladi. Tayyorlangan baliq chuqur tova yoki baliq qozoniga terisini yuqoriga qilib qo'yiladi. 1 kg baliq uchun 2 l suv olinadi.

Ustidan ishlovdan o'tgan xom sabzi, ko'kat ildizi, piyoz hamda tuz, lavr yaprog'i, donador murch solinib qaynatiladi. Qaynab chiqqach, olovi pasaytirilib, harorati 85—90°C li suvda 5—10 minut qaynovsiz pishiriladi. Bunda baliq yuzida quyuvlashgan oqsillar ajratib olinadi. Taomni iste'molga tayyor bo'lgan-bo'lmaganini uning tashqi ko'rinishi bo'yicha mazasini ko'rish orqali aniqlanadi. 8-jadvalda baliq turiga qarab ularga issiq ishlov berish muddati keltirilgan. Agar baliq o'ziga xos xushbo'y hidga ega bo'lsa, lavr yaprog'i, donador murch va ko'kat ildizlari solinmay pishiriladi. Treska, zubatka, qalqonbaliq va boshqa dengiz baliqlari o'ziga xos o'tkir hidga ega bo'lganligi sababli pishiriladigan suyuqligiga avval xushbo'y hid, maza beruvchi ko'kat ildizi, piyoz va ziravorlar solinib, 5—7 minut qaynatiladi, so'ng bu suyuqlikda bodring suvi yoki sho'r bodring terisi solingan suyuqlik ham ishlatilishi mumkin. Bir porsiyaga 3 g hisobida tuz, 0,01 g donador murch, 0,01 g lavr yaprog'i ishlatiladi.

Pishish jarayonida o'z shakli, rangi, qattiq, yumshoqlik darajasini saqlab qolish uchun baliqni pishirishda 1 l suvga 10 g sirka qo'shiladi. Pishirilgan baliq o'z suyuqligida saqlanib, 30—40 minut davomida ishlatiladi.

Butun holda pishirish uchun sudak, forel, losos, beloribitsa, cho'rtan baliq, nelm, sterlyad baliqlari ishlatiladi. Ishlovdan o'tgan baliq baliq qozoni qasqoniga qorni bilan qo'yilib, ip bilan bog'lanadi. Baliq ustidan 3 sm yuqori qilinib sovuq

| Baliq yarim tayyor mahsuloti | Issiq ishlov berish turi | Issiq ishlov verish vaqti (minut) |
|--|--------------------------|-----------------------------------|
| Osuyotr baliq'i (zveno holdida) | Asosiy usulda pishirish | 60—90 |
| Sevryuga baliq'i (zveno holdida) | Asosiy usulda qovurish | 40—45 |
| Beluga baliq'i (vazni 2—3 kg bo'laklab) | Asosiy usulda pishirish | 45—60 |
| Mayda baliq porsiyalab bo'laklangani | Asosiy usulda qovurish | 30—40 |
| Sudak, lasos, forel (butun holda) | Asosiy usulda qovurish | 120—150 |
| Osiyotr baliq'i (zveno holdida) | Asosiy usulda qovurish | 12—15 |
| Sudak, forel, sterlyad, sig, ugor butun holda | Dimlab pishirish | 60—90 |
| Qiyra tiqilgan baliq | Dimlab pishirish | 25—45 |
| Mayda baliq (porsiyalanib bo'laklangan) | Asosiy usulda qovurish | 30—50 |
| Osiyotr baliq'i (porsiyalanib bo'laklangan) | Asosiy usulda qovurish | 15—20 |
| Mayda baliq (porsiyalanib bo'laklangan) | Ko'p yog'da qovurish | 15—20 |
| Har xil baliq (maydasi butun holda va porsiyalanib bo'laklangan) | Asosiy usulda pishirish | 10—15 |
| Baliq kotletlari | Asosiy usulda pishirish | 10—15 |
| Osiyotr baliq'i (porsiyalanib bo'laklangan) | Asosiy usulda pishirish | 10—15 |
| Qisqichbaqalar | Asosiy usulda pishirish | 10—15 |
| Dengiz toji muskuli | Asosiy usulda pishirish | 3—4 |
| Krevetkalar | Asosiy usulda pishirish | 30—40 |
| Midiyalar | Asosiy usulda pishirish | 2,5—3 |
| Kalmarlar | Asosiy usulda pishirish | 7—10 |

suv quyiladi, chunki sovuq suvni asta-sekin isitilishi natijasida baliq tanidagi yuza va ichki to'qimalariga bir xil darajada issiqlik ta'sir etib, bir xil pishishi uchun sharoit yaratiladi. Qaynatmaga ko'kat ildizlari baliq turiga qarab solinadi.

Baliq qaynatmasi qaynab chiqqach, olov juda pasaytirilib, mahsulot iste'molga tayyor holga keltiriladi. Yuziga suzib chiqqan ko'pik suzib olinadi. Yirik baliq 1—1,5 soat, maydasi esa 30—45 minut qaynatiladi.

Baliq pishib tayyor bo'lganini aniqlash uchun eng qalin yeriga pazandachilik ignasi tiqib ko'riladi. Bunda rangsiz suyuqlik chiqsa, baliq iste'molga tayyor pushti suyuqlik chiqsa, uni yana qaynatish zarur bo'ladi.

Butun holda pishirilgan baliq o'z suyuqligida sovitiladi. Tarqatishdan avval suyuqlikdan olinib, ustidagi qotgan yoki quyuq holdagi oqsillari yuvilib, laganga qo'yib banket yoki kundalik taom sifatida ishlatiladi.

Osyotr oilasiga mansub baliqlar (sevryuga, osetrina hamda vazni 2—3 kg li beluga) baliq qozoni qasqoniga yoki maxsus pishirish uchun mo'ljallangan idishga teri tomoni bilan qozonga solinadi. Ustidan sovuq suv quyib, qaynatib pishiriladi. Baliqning xushxo'rligini saqlab qolish uchun oz miqdordan ziravor va ko'kat ildizlari solinadi. Baliqlarni pishirish muddati uning turiga, mayda-yirikligiga bog'liq bo'lib, 45 minutdan 1 soatgacha yoki 1,5 soatdan 2,5 soatgacha davom etadi. Pishirish natijasida baliq vazni 15% gacha kamayadi.

Pishirilgan osyotr oilasidagi baliqlar o'z qaynatilgan suyuqligida sovutiladi va yuzidagi quyuqlashgan oqsillar o'z qaynatmasi bilan yuvib yuborilib, qolgan kemirchak suyaklari ajratilib patnisa qo'yiladi. Kemirchak suyaklarini ajratish natijasida baliq vazni yana 3—10% gacha kamayadi. Sovutilgan osyotr oilasiga mansub baliqlar kesilib, porsiyalarga bo'linib, sovuq taom yoki gazak sifatida ishlatiladigan bo'lsa, porsiyalar qaynatmada 70°C li darajagacha isitilib, so'ng iste'molga tortiladi. Baliq pishirish jarayonida hosil bo'lgan qaynatma suzib olinib, suyuq taom yoki sardaklarni tayyorlashda ishlatiladi.

Pishirilgan baliq. Ishlovdan o'tgan pishirishga tayyor baliq mahsuloti pishirib tayyor holga keltiriladi. Isitilgan likopchaga garnir sifatida bochkacha shaklida kesib pishirilgan kartoshka, kartoshka pyuresi, sabzavot ragusi yoki ko'k no'xat solinib, yoniga issiq pishgan baliq bo'lagi terisi bilan yuqoriga qaratib qo'yiladi. Garnir ustidan eritilgan sariyog', baliq ustidan o'z qaynatmasi quyiladi va ko'kat qo'shib beriladi. Sardak idishida polyakcha sardak, oq asosiy sardak, tomat yoki smetana sardagi beriladi.

Gorbusha yoki keta 181 g, yoki sudak 192 g, yoki ola zubatka 146 g, yoki azov, qora dengiz skumbriyasi 176 g, qo'ng'iroq qora paltus 192 g, yoki okean stavridasi 205 g, yoki beldyuga 132 g, pishirishga tayyor mahsulotlardan makrurus 130 g yoki uzoq sharq skumbriyasi 132 g, sabzi 4 g, bosh piyoz 4 g, petrushka (ildizi) 3 g, garnir 130 g, sardak 50 g. Sof og'irligi 300 g.

10.2. DIMLAB PISHIRILGAN BALIQ

Dimlab pishirilgan baliqni ilgari bug'da tayyorlangan deyilardi, chunki dimlab pishirish jarayonida suvni qaynatishda hosil bo'lgan bug' ta'sirida baliq tayyor holga keladi. Bu usulda oziqalik qimmati yuqori bo'lgan baliqlar pishiriladi, chunki dimlab pishirish jarayonida qaynatib pishirishga nisbatan baliqning shakli saqlanishi bilan birga qimmatli oziqa moddalari ham ko'p saqlanadi. Baliqlarni dimlab pishirish uchun ularni butun, porsiyalangan sof file yoki terili filelar holida olinadi.

Dimlab pishirish uchun *sterlyad, sudak, choʻrtan baliq (qiyma tiqilgan holda ham), dengiz okuni, kafel, treska, ilonbaliq, siga, qalqonbaliq, paltus, yelimbaliq, nototeniya, zubatkalar* ishlatiladi.

Ishlovdan oʻtgan baliq baliq qozoniga qoʻyiladi. Porsiyalangan va butun baliqni qozon panjarasiga kanop yordamida bogʻlab qoʻyish mumkin. Bunda zvenoga boʻlingan baliq qozonga terisi bilan, butun baliqlar qornini pastga qaratib, porsiyalangan baliq boʻlagi tersini pastga qaratgan holda yoki avval terisi boʻlgan qismini pastga qaratib qoʻyiladi. Shunday qilinganda yirik baliq boʻlaklari suvda boʻladi. Baliq hajmining 1/3 qismi suv yoki baliq qaynatmasi bilan koʻmiladi. 1 kg baliq uchun 300—500 g suv yoki qaynatma olinadi: butun va zvenoga boʻlingan baliq uchun sovuq, porsiyalangan baliq uchun issiq suyuqlik ishlatiladi. Koʻkat ildizi, bosh piyoz, ziravor, limon ishqori, shampinon, qaynatilgan suv, sariyogʻ qoʻshiladi. Baliq qaynatiladigan idish qopqogʻi yaxshi berkitilishi kerak. Suyuqlik tez qaynash darajasiga yetkazilib, soʻng past darajadagi issiqlik taʼsirida porsiyalangan baliq 10—15 minut, butun va zvenoga boʻlingan baliq 25—50 minut davomida qaynatilishi, isteʼmolga tayyor boʻlishi jarayonida baliqning ichki toʻqimasidagi harorat 80°C dan past boʻlmasligi lozim. Baliq pishirilgan qaynatma elakda suzilib sardak tayyorlashda ishlatiladi.

Butun holda pishirilgan baliq oval yoki dumaloq koʻrinishdagi laganga solinib, garnir va koʻkat bilan bezab banket va har xil anʼanaviy kechalarda isteʼmolga tortiladi. Zvenolarga boʻlinib pishirilgan baliqlar sovutilib, porsiyalarga boʻlinib, oʻzi pishirilgan qaynatmada biroz qaynatilib tarqatilishi yoki oʻz suyuqligida marmitga qoʻyilgan holda qopqoq yopilib 25—30 minut davomida tarqatiladi.

Dimlab pishirilgan baliq taomi qaynatib pishirilgan baliq taomidan oziqaviy qimmatligi kattaligi va mazasining xushxoʻrligi bilan farqlanadi va ularga berilgan sardak nomi bilan ataladi. Masalan, bugʻ sardagi bilan berilgan baliq — «bugʻda tayyorlangan baliq»; «shoʻr bodring suvida dimlab tayyorlangan baliq»; tomat sardagi bilan berilgan baliq — «tomatda dimlab tayyorlangan baliq» va hokazo deyiladi.

Dimlab pishirish jarayonida baliqlar oʻrta hisobda 18% gacha oʻz vaznini kamaytirsam, gorbusha, keta, sterlyad 20% gacha, osyotr, sevryuga, beluganing vazni 17 dan 21% gacha kamayadi.

Dimlab pishirilgan baliq. Isitilgan porsiyali idishga bochkacha shaklida kesib pishirilgan kartoshka, kartoshka pyuresi, pishirilgan sabzavot yoki oddiy usulda kesib pishirilgan kartoshka solinadi. Yoniga dimlab pishirilgan baliq va uning ustidan pishirilgan qoʻziqorin qoʻyib, baliq ustiga oʻz qaynatmasidan tayyorlangan sardak qoʻyilib koʻkat bilan bezaladi. Taomni bezash uchun krivetka, krab, qisqich-

baqaning pishirilgan yoki konservalangan bo'lagi yoki limon parragi (1/8 bo'lakda) ishlatiladi. Garnir ustidan eritilgan sariyog' quyiladi.

Dimlab pishirilgan baliq taomi yuqorida ko'rsatilgandan tashqari yana oq asosiy, oq vinoli yoki tomatli va boshqa sardaklar bilan ham berilishi mumkin.

Dimlab pishirilib, sho'r bodring suvili oq sardak bilan berilgan baliq. Ishlovdan o'tib porsiyalangan yoki zveno holda kesib tayyorlangan osyotr oilasiga mansub baliq elakdan o'tkazib suzilgan sho'r bodring suvi, bosh piyoz, ko'kat ildizi, ziravor qo'shilgan qaynatma yoki suvda dimlab pishiriladi. Dimlashdan qolgan qaynatmada sho'r bodring suvili oq sardak tayyorlanadi. Osyotr oilasiga mansub baliq turlari bo'lsa, porsiyalarga ajratilib, o'zi pishgan qaynatmaga solib qaynatib olinadi.

Isitilgan porsiyali idishga bochkacha shaklida kesib pishirilgan kartoshka yoki kartoshka pyuresi solinib, yoniga issiq holda dimlab pishirilgan baliq qo'yiladi. Baliq ustidan pishirilib tilim-tilim shaklida kesilgan qo'ziqorin qo'yilib, ustidan sho'r bodring suvi bilan tayyorlangan oq sardak quyiladi. Garnir ustidan eritilgan sariyog' solinadi. Taom tarqatish oldidan isitiladi, so'ng ko'kat va limon parragi bilan bezab, iste'molga tortiladi.

Ostyor 248 g, yoki sevyuga 232 g, yoki muz baliq 260 g, yoki tinch okean xeki 254 g, yoki treska 161 g, yoki okean stavridasi 265 g, bosh piyoz 5 g, petrushka (ildizi) 5 g, yoki selderey (ildizi) 6 g, sho'r bodring 48 g, yangi shampinon 28 g, yoki yangi oq qo'ziqorin 26 g, garnir 150 g, sardak 75 g. Sof og'irligi 365 g.

Ruscha, oz suvda pishirilgan baliq. Bu taomni tayyorlash uchun osyotr oilasiga mansub baliq, treska, dengiz okuni, yelibaliq, makrel, stavrida baliqlari ishlatiladi. Porsiyaga bo'lingan baliq bosh piyoz, ko'kat ildizi, oq qo'ziqorin yoki shampinon pishirilgan suvda dimlab pishiriladi va suyuqlikdan suzilib isitilgan idishga qo'yiladi, yoniga bochkacha shaklida kesilib pishirilgan kartoshka qo'yib, ustidan tomat sardagini maxsus tayyorlangan garnir bilan aralastirilib 80°C gacha isitilgan aralashmasi qo'yiladi. Tarqatishda tomat sardagi quyib, ustidan po'sti tozalanib, parrak-parrak shaklida kesilgan limon, ko'kat bilan bezaladi.

Sardak garnir tayyorlash uchun shampinon yoki oq qo'ziqorin va osyotr balig'ining kemirchak suyagi tilim-tilim shaklida kesilishidan avval pishirib olinadi. Ishlovdan o'tgan sabzi, petrushka (ildizi) to'rtburchakli uzun piyoz yarim halqa shaklida to'g'ralib, sabzavotlar dimlab pishiriladi. Sho'r bodring po'sti urug'idan tozalanib, romb shaklida to'g'ralib, o'z suvida biroz qaynatiladi. Zaytun mevasi danagi ajratiladi, kovul suyuqligidan suzib olinadi. Tayyorlangan mahsulotlar baliq qaynatmasida tayyorlangan tomatli sardak bilan aralastirilib, qaynash darajasiga yetkaziladi.

10.3. QOVURILGAN BALIQ

Qovurish uchun hamma turdagi baliqlarni ishlatish mumkin, ammo zog'ora baliq, lesh, sazan, vobla, seld, salaka, navaga, kryuka, skumbriya, kumushrang xek, kapitan-baliq, zuban, makrurus, stavrida, okean buqachasi qovurib pishirilganda o'ziga xos xushxo'r bo'ladi. Ko'pgina qovurilgan baliq taomlari osyotr oilasidagi — sudak, laqqa baliq, okun, losos turidagi baliqlardan tayyorlanadi.

Qovurilgan baliq yuzidagi qizg'ish qobiq hisobiga aniq sezilari mazaga ega bo'ladi. Bu qobiq tarkibi yuqori ozuqalik moddalarga ega va bu moddalar qovurish jarayonida o'zgarish hodisasiga uchramaydilar. Qovurish jarayonida baliq ma'lum darajada yog'ni o'z taniga singdirib, to'yimlilik darajasi oshadi.

Baliqlar asosiy usulda, ya'ni oz va ko'p qizdirilgan yog'da qovuriladi. Mayda baliqlar butun holda, o'rtacha va yiriklarini porsiyaga bo'lib, osyotr oilasidagi baliqlar porsiyalarga yoki zvenolarga bo'lib qovuriladi.

Baliqlarni qovurish uchun o'simlik yog'laridan kungaboqar, olivka, paxta yog'lari hamda pazandachilik moylari ishlatiladi. Pazandachilik moyi (fityur moyi) o'z tarkibida hayvonot yog'i va o'simlik yog'i aralashmasidan tashkil topgan bo'ladi. Bunday moy yuqori darajada qizdirilganda o'z tarkibini kam o'zgartirish, tutash xususiyatini kamaytirish xossasiga ega ekanligi bilan birga qovurilgan baliqqa yaxshi maza va chiroyli tashqi ko'rinish beradi. Yog' tarkibining o'zgarishi uning tozaligiga va yog'ni qizdirish darajasiga bog'liq bo'ladi. Bunda tozalanmagan yog' tozalangan yog'ga nisbatan ko'proq o'zgaradi. Qovurish jarayonida ko'p yog' miqdori vaqti-vaqti bilan suzib, tashqi mahsulotlardan tozalanib turilishi va avvalgi hajmining yarmidan kamayib qolmasligini kuzatib turish lozim. 1 kg baliq mahsulotiga 4 kg yog' miqdori olinadi va tova, elektr tova, chuqur tova va frityurnitsalarda qovuriladi. Agar qovurilgan baliq sovuq taom sifatida ishlatiladigan bo'lsa, o'simlik yog'ida qovuriladi.

Qovurilgan baliq. Ishlovdan o'tgan baliq yuvilgandan so'ng suvi silqitiladi, tayyorlangan butun yoki porsion bo'lakka bo'linganiga tuz, murch sepib, unga belanadi va qizib turgan yog'ga terisi bilan qo'yib, ikki yoqlama qobiq hosil qilib qovuriladi. Qovurish jarayoni 140—160°C li haroratda 5—10 minut davomida olib boriladi. Qovurilgan baliqlarni tayyor holga keltirish uchun 250°C li qovurish shkafiga 5—7 minut qo'yiladi. Baliqlarni umumiy qovurish muddati 10—20 minut davom etadi. g'ovurish oxirida baliq ichidagi harorat 85—90°C ga yetadi. Baliq tayyor bo'lganini yuzida mayda rangsiz sharchalar hosil bo'lish holatidan aniqlash mumkin. Qovurilgan baliq tayyor bo'lgan zahoti iste'molga tarqatiladi.

Isitilgan likobcha yoki porsiyali laganchaga qovurilgan, pishirilgan yoki pyure holidagi kartoshka solinib yoniga qovurilgan baliq qo'yiladi, ustidan eritilgan sariyog'

qo'yib beriladi. Alohida sardak idishida tomatli oq, qizil asosiy yoki sabzavotli tomat sardagi qo'shib beriladi. Taomni bezash uchun ko'kat va limon parragi ishlatiladi. Qovurilgan baliq uchun garnir sifatida dimlangan karam, grechixa bo'tqasi, qovurilgan qovoqcha, baqlajon, pomidor hamda pishirilgan sabzavotlar ustiga yog' sepib beriladi.

Baliq 132 dan 237 g gacha, bug'doy uni 6 g, o'simlik yog'i 5 g, garnir 150 g, sardak 75 g, sariyog' yoki margarin 7 g. Sof og'irligi 257 g yoki 325 g.

«Leningradcha», piyoz bilan qovurilgan baliq. Saralab, yuvilgan kartoshka terisi bilan chala pishirilib, sovitilib, po'sti tozalanadi, parrak-parrak to'g'ralib, asosiy usulda ikki yoqlama qobiq hosil qilib qovuriladi. Bosh piyoz halqa shaklida to'g'ralib, unga belanib, yog'da sarg'ish rangga kirguncha qovuriladi.

Porsiyalangan baliq ikki yoqlama tuz sepib, unga belanib, asosiy usulda qovurilib, qovurish shkafida iste'molga tayyor holga keltiriladi. Tarqatishda porsiyali tova o'rtasiga qovurilgan baliqni qo'yib, atrofini parrak-parrak shaklda qovurilgan kartoshka bilan o'rab, baliq ustiga yog'da qovurilgan piyoz qo'yib beriladi.

Ko'p yog'da qovurilgan baliq. «Butun baliq» yoki romb shaklida kesib porsiyalangan baliq bo'laklari 180°C da qizib turgan ko'p yog'ga sachratmasdan solinib, yuzida sarg'ish qobiq hosil bo'lguncha 5—10 minut davomida qovuriladi, so'ng yog'dan suzib olinib, tayyor holga yetkazish uchun tovaga solinib, qovurish shkafiga qo'yiladi.

Tarqatishda isitilgan likobcha yoki laganga garnir sifatida tilim-tilim shaklida avval pishirib, so'ng qovurilgan yoki to'rburchakli uzun kesib, ko'p yog'da qovurilgan kartoshka solinadi, yoniga ko'p yog'da qovurilgan baliq, uning ustidan eritilgan sariyog' sepib, ko'p yog'da qovurilgan ko'kat va limon parragi bilan bezab beriladi. Alohida sardak idishida tomatli oq yoki kornishonli mayonez sardagini berish mumkin.

Osyotr balig'i 199 g, yoki sudak 192 g, yoki laqqa baliq 211 g, yoki kapitan-baliq 233 g, bug'doy uni 6 g, tuxum 1/7 dona, uvoq 15 g, pazandachilik moyi 10 g, garnir 150 g, sardak 75 g, sariyog', margarin 7 g. Sof og'irligi 325, 300, 257 g.

Ko'katlar bilan aralashtirilgan sariyog'li qovurilgan baliq. 8 shaklida sixga tortilib tayyorlangan baliq yarim tayyor mahsuloti qizib turgan ko'p yog'ga solinib, qizg'ish qobiq hosil bo'lguncha qovuriladi, so'ngra yog'dan olinib, sixdan ajratilib, tovaga qo'yib qovurish shkafida iste'molga tayyor holga keltiriladi. Tarqatishda ishlatilgan likobchaga ko'p yog'da qovurilgan kartoshka garnir sifatida solinib, yoniga qovurilgan baliq, uning ustidan ko'kat bilan aralashtirilgan sariyog' bo'lagi qo'yib, qovurilgan ko'kat va limon parragi bilan bezab beriladi. Bu taom tayyorlangan zahoti ko'k yog' bo'lagi erib ketmagan holda tarqatilish lozim. Bu taom uchun yana alohida idishda tomatli oq sardak ham berilishi mumkin.

Xamirga botirib qovurilgan baliq. Baliq sof filesidan to'rt burchakli to'g'ri kesib, marinovka qilib, tayyorlangandan so'ng, har bir bo'lagi ayriга yoki pazandachilik ignasi bilan olinib, suyuq xamirga (klyarga) botiriladi va qizib turgan ko'p yog'ga solinib, 3—4 minut davomida qovurib iste'molga tayyor holga keltiriladi. Xamirga botirilgan baliq yog' yuziga suzib chiqib sarg'ish qobiq hosil qilgandan so'ng suzib olinib, yog'i silqitiladi.

Tarqatishda tayyor baliq bo'laklari porsiyasiga 6—8 dona hisobida qog'oz sochiqcha yoyilgan lagancha yoki likobchaga piramida shaklida ustma-ust terilib, yoniga shu holda terilgan ko'p yog'da qovurilgan kartoshka qo'yiladi va limon parragi, ko'kat bilan bezaladi. Alohida idishda tomatli oq yoki kornishonli mayonez ham qo'shib berish mumkin. Ba'zi hollarda baliq kubik shaklida kesilib tayyorlanadi.

Doncha zrazi. Shakl berib tayyorlangan qovurishga tayyor mahsulot qizib turgan ko'p yog'ga solinib, qizg'ish qobiq hosil bo'lguncha qovuriladi va tovaga solib, qovurish shkafida iste'molga tayyor holga keltiriladi. Tarqatishda likobcha yoki laganchaga garnir sifatida qovurilgan kartoshka, kartoshka pyuresi yoki dimlab pishirilgan sabzavot, dona grechixa bo'tqasi yoki 3—4 xil sabzavot aralashmasidan tashkil topgan murakkab sabzavot garniri solinib, yoniga 1 yoki 2 bo'lak doncha zrazi qo'yiladi, uning ustiga eritilgan sariyog' yoki alohida tomatli oq sardak qo'yib beriladi. Tomat ko'kat va qo'shimcha garnir bilan bezaladi.

10.4. YOPILGAN BALIQ TAOMLARI

Yopish uchun xohlagan turdagi juda katta bo'lmagan daryo va dengiz baliqlari ishlatiladi. Yopilgan baliq tomatlarini porsiyali to-vada yoki bir necha porsiya hisobida katta tovada tayyorlab, tarqatiladi.

Mayda baliq (karas, lesh, karp, yazn, lin) butun holda yopib iste'molga tayyorlanadi. O'rta holdagi baliqlar suyaksiz filega ajratilib, porsiyalanib tayyorlanishi lozim. Ko'pincha sanoatda ishlab chiqarilgan baliq filelaridan foydalanish maqsadga muvofiq hisoblanadi. Yopib pishirish uchun ishlatiladigan baliqlar xomligicha dimlab pishirib yoki qovurib olinib, so'ng yopiladi.

Garnir sifatida yopilgan baliq taomlari uchun pishirilgan yoki qovurilgan kartoshka, kartoshka pyuresi, dimlangan karam, donador grechixa bo'tqasi, pishirilgan makaron ishlatiladi. Sardaklardan — oq sardak, bug' sardagi, sut, smetana, tomatli sardaklar ishlatiladi.

Tomatlar qovurish shkaflarida 250—280°C li haroratda qizg'ish qobiq hosil bo'lguncha 15 dan 30 minutgacha ushlanadi. Yopish jarayonida taom 10% gacha vaznini yo'qotadi.

Kartoshka bilan ruscha usulda yopilgan baliq. Saralab yuvilgan kartoshka po'sti bilan chala pishiriladi, sovutilib, tozalanib, yarmi tilim-tilim, qolgani parrak-parrak shaklida kesiladi. Baliq qaynatmasida oq sardak tayyorlanadi. Pishloq qirg'ichda qiriladi. Baliq filesi terisi bilan suyaksiz qirqiladi. Yog'langan porsiyali tovaga biroz sardak quyib, o'rtasida baliq filesi, uning atrofiga avval tilim-tilim shaklida kesilgan kartoshka terilib, baliq usti ham berkitiladi va qolgan sardak quyilib, uning ustidan to'g'ralgan pishloq yoki urvoq sepiladi va ustidan eritilgan sariyog' purkaladi. Porsiyali tovadagi mahsulot qovurish shkafida qizg'ish qobiq hosil bo'lguncha ushlanadi. Bunda sardak qurib qolmagan yoki to'liq qaynab ketmagan bo'lishi faqat biroz quyuqlashishi mumkin.

Taom 15—20 minut yopilganda so'ng shkafdan olinib, 3—5 minut plita ustida qizdirilib iste'molga tayyor holga yetkaziladi. Tayyorlangan taom tovasi bilan iste'molga tortiladi.

Daryo okuni 174 g, yoki treska 161 g, yoki sudak 239 g, yoki xek 254 g, kartoshka 206 g, sardak 125 g, pishloq 5,4 g, yoki urvoq 4 g, oshxona margarini yoki sariyog' 11 g. Sof og'irligi 350 g.

Sut sardagida yopilgan baliq. Porsiyaga bo'laklanib tayyorlangan baliq filesi dimlanib, yuzaki pishiriladi. Pishirilgan makaron sariyog' bilan aralastiriladi. O'rtacha quyuqlikda sut sardagi tayyorlanadi va jazlangan piyoz qo'shib, bir qaynatiladi. Pishloq po'stlog'i tozalanib, qirg'ichda qiriladi. Yog' surtilgan porsiyali tovaga makaron solinadi, o'rtasi yopilib, baliq ko'miladi va makaron ustidan sut sardagi quyiladi, uning ustidan qirilgan pishloq sepilib, eritilgan sariyog' purkaladi. Qovurish shkafida qizg'ish qobiq hosil bo'lguncha saqlanadi va iste'molga tayyor bo'lgan zahoti tarqatiladi.

Qo'ziqorinli smetana sardagida moskvacha yopilgan baliq. Porsiyalanib kesilgan baliq asosiy usulda qovuriladi. Po'sti bilan chala pishirilgan kartoshka sovutilib, po'sti tozalanadi, parrak-parrak shaklida kesilib, ikki yoqlama qovuriladi. Qo'ziqorin pishirilib, tilim-tilim shaklida kesilib, qovuriladi. Bosh piyoz somoncha shaklida to'g'ralib, yumshaguncha jazlanadi va tayyorlangan qo'ziqorin bilan aralastiriladi. Po'stlog'i tozalangan pishloq qir-g'ichda qiriladi. Smetana sardagi tayyorlanadi.

Yog'langan porsiyali tovaga biroz sardak solib, o'rtasiga tayyorlangan baliq qo'yiladi, atrofi chiroyli terilgan kartoshka bilan berkitilib, baliq ustidan tayyorlangan piyozli qo'ziqorin qo'yiladi. Agar osyotr oilasidagi baliq bo'lsa, mayda to'g'ralgan pishgan kemirchak suyak qo'shib, ustidan qattiq pishirib doira shaklida kesilgan tuxum qo'yiladi. Tavadagi mahsulot ustidan smetana sardagi quyiladi, qirilgan pishloq sepib, sariyog' yoki margarin eritib purkaladi va 250°C haroratli qovurish shkafiga qo'yilib, qizg'ish qobiq hosil bo'lguncha ushlanadi. Tayyor

bo'lganligini ustidagi qobig'idan va sardagining biroz quyuqlashganidan aniqlash mumkin. Tarqatishda taom tovasi bilan iste'molga tortiladi.

Laqqa baliq 248 g, muz baliq 242 g, yoki sudak 227 g, yoki osyotr 240 g, bug'doy uni 6 g, yangi oq qo'ziqorin 29 g yoki shampinon 46 g, bosh piyoz 19 g, pazandachilik yog'i 11 g, tuxum 1/4 dona, garnir 150 g, sardak 125 g, pishloq 5,4 g, oshxona margarini yoki sariyog' 7 g. Sof og'irligi 370 g.

Tovada tayyorlangan baliq solyankasi. Baliq sof filesi (suyaksiz, terisiz) porsiyasiga 3—4 dona hisobida 25—30 grammdan qilib kubik shaklida to'g'raladi. Sho'r bodring po'sti, urug'i tozalanib, yupqa tilim-tilim shaklida kesiladi. Bosh piyoz somoncha shaklida to'g'raladi. Dimlangan karam tayyorlanadi. Baliq chiqitidan qaynatma tayyorlanib, suzib olinadi. Piyoz jazlanadi. Kesib tayyorlangan sho'r bodring qaynatmada biroz pishiriladi va kaperasi, tomat pyure, jazlangan piyoz solib yana 8—10 minut qaynatilib, tayyorlangan baliq qo'shib aralashtiriladi. Yog'langan porsiyali tovaga dimlangan karamning yarmi solib tekislanib, ustiga baliq, piyoz, sho'r bodring, tomat bilan tayyorlangan mahsulot yoyiladi, uning ustidan qolgan dimlangan karam solinib, usti tekislanib, qirg'ichdan o'tkazilgan pishloq yoki urvoq sepib, yog' purkaladi va qovurish shkafiga qo'yiladi. 15 minut davomida qovurilgan qobiq hosil bo'ladi. Tarqatishdan avval tayyor taom ustiga marinadlangan meva, zaytun mevasi, kesilgan limon parragi, kovul hamda chiroyli kesilgan sho'r bodring qo'yib, ko'kat sepib bezaladi. Tarqatishda tovasi bilan iste'molga tortiladi. Agar solyanka osyotr oilasidagi baliqlardan tayyorlanadigan bo'lsa, pishirib, mayda kesilgan kemirchak suyagi qo'shiladi. Solyankani qovurilgan baliqdan ham tayyorlash mumkin.

10.5. BALIQ KOTLET MASSASIDAN TAYYORLANGAN TAOMLAR

Go'shtdor baliqlardan baliq kotleti tayyorlanadi. Bunda, asosan, to'qimalari orasida qiltanog'i kam bo'lgan treska, laqqa baliq, cho'rtan baliq, sudak, yelim baliq, dengiz okuni, sayda, moyva, kumushrang xek baliqlari ishlatiladi. Baliq kotleti taomlari *qovurib, dimlab, qovurish shkafida yopib* tayyorlanadi.

Baliq kotleti yoki bitochkisi. Baliq kotlet massasidan ma'lum miqdordan uzilib, kotlet yoki bitochki shakli beriladi, urvoqqa belanadi, asosiy usulda ikki yoqlama qobiq hosil qilib 10 minut davomida qovuriladi, qovurish shkafida 5 minut ushlanib iste'molga tayyor holga keltiriladi.

Isitilgan likopchaga qovurilgan yoki pishirilgan kartoshka, kartoshka pyuresi, pishirilgan yoki dimlab pishirilgan sabzavot, pishirilgan grechixa bo'tqasi solinib,

yoniga kotlet yoki bitochki qo'yib, ustidan sariyog' purkaladi yoki bir chetiga tomatli oq yoki smetana sardagi quyib beriladi. Sardakni alohida sardak idishida bersa ham bo'ladi. Bitochki ustiga tomat sardagi, smetana, piyozli smetana sardagi solib beriladi.

Baliq teftelisi. Baliq kotlet massasidan porsiyasiga 3—4 donadan uzib shar shakli beriladi, unga belanib, qobiq hosil qilib qovuriladi, chuqur tovaga terib, ustidan qaynab turgan sardak quyiladi, so'ng 10—15 minut davomida dimlab iste'molga tayyor qilinadi. Bu taomni kotlet massasidagi non o'rniga donador guruch bo'tqasi solib ham tayyorlash mumkin. Tarqatishda isitilgan likopchaga garnir sifatida pishirilgan kartoshka, guruch yoki kartoshka pyuresi solinib, yoniga tefteli qo'yiladi va ustiga tefteli tayyorlangan sardakdan quyiladi. Garnir ustiga eritilgan sariyog' purkab, ko'kat sepib beriladi.

Baliq telnoyesi. Tayyorlanishi bo'yicha xuddi zraziga o'xshash bo'lib, yarim oy shaklida baliq qiymasidan qilinadi. Buning uchun baliq kotlet massasidan 2 dona uzib, «obi non» shakli berib, qiyma solib, yarim oy shaklida chetlari bukiladi, lezonga botirilib, urvoqqa belangandan so'ng ko'p yog'da 3—4 minut qovurilib, yuzaki qobiq hosil qilinadi va suzib olingach, yog'i silqitiladi, qovurish shkafida 250°C haroratda 4—5 minut ushlanadi. Yuzida mayda sharchalar hosil bo'lishi iste'molga tayyor bo'lganligi belgisi hisoblanadi.

Tarqatish uchun isitilgan likopchaga ikkitadan telnoye qo'yilib garnir sifatida sariyog' yoki sut sardagi bilan aralastirilgan ko'k no'xat, qovurilgan kartoshka yoki murakkab garnir solib, ustidan qizdirilgan margarin purkaladi, ko'kat bilan bezaladi.

Laqqa baliq yoki muz baliq 144 g, yoki cho'rtan baliq 163 g, yoki treska 89 g, yoki dengiz okuni 98 g, bug'doy noni 18 g, sut yoki suv 25 g, pazandachilik yog'i 4 g, yangi oq qo'ziqorin 17 g, yoki yangi shampinon 18 g, tuxum 1/6 dona, urvoq 1,5 g, qiyma vazni 28 g, tuxum 1/6 dona, urvoq 6 g, yarim tayyor mahsulot vazni 145 g, pazandachilik yog'i 12 g, garnir 100 g, oshxona margarini 5 g, sardak 75 g. Sof og'irligi 300 g.

Sardak idishda alohida tomat sardagi beriladi. Baliq zrazisini xuddi go'shtli zrazi singari to'rtburchak shaklida ham tayyorlash mumkin.

Baliq frikadelkasi tomat sardagi bilan. Baliq kotlet massasiga mayda chopib jazlangan piyoz, xom tuxum, oshxona margarini qo'shib aralastiriladi va vazni 12—15 gramm qilib sharcha shaklida tayyorlanib, dimlab yoki qaynatmada 10—15 minut qaynatib pishiriladi.

Tarqatishda isitilgan likobchaga garnir sifatida pishirilgan kartoshka, guruch, kartoshka pyuresi yoki qovurib pishirilgan sabzavot yoniga frikadelka qo'yib, ustidan tomatli sardak, smetana yoki tomatli smetana sardagi quyib beriladi.

10.6. DENGIZ MAHSULOTI TAOMLARI

Kalmarlardan taom tayyorlash uchun o'z vazniga nisbatan ikki barobar ko'p suvni qaynatib (1 l suvga 10 g tuz qo'shib), ishlovdan o'tgan kalmar solinib, asosiy usulda 2,5—3 minut qaynatiladi. Suyuqlikka xushbo'y hid-maza beruvchi ko'kat ildizi solinishi, 7—10 minut davomida bug'da pishirilishi mumkin. Pishirilgan kalmarlar o'zi pishirilgan suyuqlikda sovitiladi va suzib olib kesiladi. Agar kalmarlarni qovurish lozim bo'lsa, o'z suyuqligida yana bir minut davomida qaynatib, suyuqlikdan suzib qovurilsa, go'shti yumshoq holda bo'ladi.

Urvoqqa belab qovurilgan kalmar. Pishirilgan kalmar kesib, porsiyaga bo'linib, avval unga, so'ng tuxum va urvoqqa belanadi. Qizib turgan yog'da ikki yoqlama qobiq hosil qilib qovuriladi. Tarqatishda isitilgan likopchaga garnir sifatida qovurilgan kartoshka solinib, yoniga kalmar qo'yiladi, ustidan sariyog' purkab, ko'kat sepib bezaladi.

Smetanada dimlangan kalmar. Pishirib tayyorlangan kalmar bo'laklarga bo'linadi, tuz, murch, sepib chuqur tovada qovuriladi, mayda chopib jazlangan piyoz va un solib yana biroz qovuriladi, ustidan biroz suv va smetana solib 30—40 minut past olovda dimlanadi. Tarqatishda likobchaga garnir sifatida pishirilgan yoki qovurilgan kartoshka, kartoshka pyuresi, pishirilgan yorma, makaron mahsulotlari solinib yoniga kalmar qo'yiladi. Iste'molga tortishdan oldin ko'kat sepib beriladi.

Kalmar kotleti. Pishirilgan kalmar mayda bo'laklarga va suyuqligi siqilgan oq bo'lka non bilan birga aralashtirib qiymalovchi mashinadan ikki marta o'tkaziladi. Tayyorlangan mahsulotga tuz, murch, xom tuxum qo'shib aralashtirib, urib pishiriladi. Porsiyasiga 1—2 donadan bo'linib, o'tkirlangan oval shakli berilib, urvoqqa belanadi va asosiy usulda yog'da qovuriladi. Bu qiymadan bitochki tayyorlash ham mumkin.

Tarqatishda isitilgan likopchaga garnir sifatida pishirilgan yoki qovurilgan kartoshka, ko'k no'xat, pishirilgan makaron yoki guruch solib, yoniga kalmar kotleti, ustidan sariyog' yoki margarin purkab, qo'shimcha garnir (yangi bodring yoki pomidor) va ko'kat sepib beriladi.

Midiyalardan taom tayyorlashda ularni ishlovdan o'tkazib, qaynatib yoki dimlab pishirilganidan foydalaniladi. Midiyalar idishga solinib, sovuq suv quyiladi, suvga xom sabzi, piyoz, ko'kat ildizi, tuz, donador murch solib, qaynatiladi. Qaynab chiqgach, past olovda 30—40 minut qaynatiladi. Dimlab pishirish uchun suv yoki qaynatma ishlatiladi. Pishirish jarayonida ko'kat ildizlari, piyoz, ziravor, limon ishqori qo'shiladi. Tayyor midiya sovitib kesiladi. Suyuqligi sardak va suyuq oshlar uchun ishlatiladi.

Midiyali jarkop. Dimlab pishirilgan midiya o'rtasidan ikkiga bo'linib, tuz, murch qo'shib, unga belanadi va qovuriladi. Qovurish oxirida jazlangan piyoz, tomat, mayda chopilgan sarimsoqpiyoz qo'shib yana 2—3 minut qovuriladi.

Tarqatishda isitilgan likopchaga garnir sifatida pishirilgan yoki qovurilgan kartoshka, yoniga tayyorlangan midiyadan solib, ko'kat sepib beriladi.

Midiyali palov. Dimlab pishirilgan midiya, bosh piyoz, sabzi to'g'ralib, o'simlik yog'ida biroz qovuriladi. Guruch tozalanib yuviladi va qaynatmada yarim tayyor darajada pishiriladi. Tayyorlangan mahsulotlar tuz, ziravor qo'shib aralashtirilib, past olovda dimlanadi.

Tarqatishda avval midiyasi ajratib olinib, qolgan mahsuloti aralashtiriladi. Tarelkaga tog' usulida suzib ustiga midiyasi teriladi va ko'k piyoz sepib beriladi. Qo'shimcha garnir sifatida yangi pomidor yoki marinadlangan olma berish mumkin.

Dengiz toji go'shti muzdan tushirilib, qaynab turgan tuzli suvga (1 kg mahsulotga 2—3 l hisobida) ko'kat ildizi, donador murch bilan birga solinib 10—15 minut qaynatiladi. Bunda dengiz toji go'shti muskul to'qimasiga 57—58% gacha kamayishi mumkin. Pishirilgan go'sht sovitilib, to'qimasiga ko'ndalang holda tilim-tilim yoki to'rtburchakli uzun shaklda kesib taom tayyorlashga ishlatiladi.

Tomat sardagidagi dengiz toji. Pishirilgan dengiz toji to'qimasiga ko'ndalang holda parrak-parrak shaklida kesilib, biroz quritiladi, unga belanib, lezonga botiriladi, urvoqqa belab, tovada o'simlik yog'ida qobiq hosil qilib qovuriladi. So'ng porsiyali tovaga solib, ustidan tomat sardagi quyib 5 minut qizdiriladi. Tarqatishda ustiga ko'kat sepib beriladi.

Dengiz tojidan yana sabzavotlar bilan tomatli sardak yoki smetanali taom tayyorlanadi. Buning uchun dengiz tojini pishirib, sovitilganini parrak-parrak shaklida to'qimasiga ko'ndalang holda kesib chuqur porsiyali tovaga solinadi, yoniga butun holda pishirilgan kartoshka qo'yib, ustidan tomat sardagi quyiladi va 2—3 minut plitada isitiladi. Tarqatishda tovada limon parragi va ko'kat bilan bezab beriladi.

Trepanglardan taom tayyorlash uchun avval ularga ishlov berib, 2—3 soat davomida qaynatib pishiriladi. So'ng turli issiq ishlovlar beriladi. Ko'pincha trepanglar qiyma tayyorlashda ishlatiladi.

Trepangli kartoshka zapekankasi. Yuvilgan trepang sovuq suvda 24—30 soat davomida bo'ktiriladi. Bunda suv 2—3 marta almashtiriladi. So'ngra kesilib, tozalanadi, yuvib, 2—3 soat qaynatiladi, go'sht qiymalovchi mashinadan o'tkaziladi va mayda chopib jazlangan piyoz, tuz, murch bilan aralashtiriladi. Kartoshka ishlovdan o'tkaziladi, pishirib, suyuqligi to'kib eziladi, biroz sovigach, xom tuxum qo'shib tayyorlanadi. Zapekanka tayyorlashning qolgan bosqichlari yuqorida ta'kidlangandek amalga oshiriladi. Tarqatishda porsiyasiga bir donadan likopchaga qo'yiladi. Eritilgan sariyog', qizil piyozli sardak yoki smetana sardaklaridan quyib beriladi.

Qisqichbaqasimonlardan qisqichbaqa va krivetka ishlatiladi.

Pishirilgan qisqichbaqa. Qisqichbaqalar tirik holda keltiriladi. Ular yuvilib, qaynab turgan tuzli suvga bo'laklab kesilgan sabzi, ko'kat ildizi, ukrop, murch, lavr yaprog'i bilan birga solib, 10—15 minut qaynatiladi. Pishirilgan qisqichbaqalarni o'z suvida 30 minut davomida saqlash mumkin. Gazak sifatida iste'molga tortiladi. Agar pishirib, muzlatilgan qisqichbaqalar kelsa, muzlatilgan holda tuzli qaynab turgan suvga solib 4—5 minut qaynatiladi. Salatlar, baliq sovuq taomlarini bezash va gazak sifatida ishlatiladi.

Pishirilgan krivetkalar. Krivetkalar muzdan tushiriladi, yuvilib, tuzli qaynab turgan suvga solinib (1 l suvga 10 g tuz), 3—4 minut qaynatilib, iste'molga tayyor holga keltiriladi, xuddi qisqichbaqalarga o'xshash ishlatiladi. Pishirish jarayonida sabzavot va ziravorlar qo'shiladi.

Krivotka sardak bilan. Yirik krivetkalar bo'laklarga bo'linadi. Qolganlari butun holda qaynab turgan suvda pishirilgandan so'ng go'shti ajratiladi. Tarqatishda isitilgan likopchaga pishirilgan kartoshka yoki sabzavotlar solib, ustidan eritilgan sariyog', yoniga krivetka qo'yib, alohida idishda sut yoki tomatli oq sardak beriladi.

Dengiz karamidan taom tayyorlashdan avval ishlovdan o'tgan dengiz karami ustidan sovuq suv quyilib, 15—20 minut qaynatiladi va suvi to'kiladi. So'ng iliq suv quyib (50°C) yana 15—20 minut qaynatib, suyuqligi to'kiladi. Yana bir bor shu jarayon qaytariladi.

Shunday qilib, dengiz karami tarkibidagi ortiqcha mineral moddalarini kamaytirish va xushxo'rligini oshirish, tashqi ko'rinishini yaxshilash uchun uni 3 marta qaynatib, suyuqligini to'kib tashlash lozim. Pishirilgan dengiz karami sovitiladi va somoncha yoki kubik shaklida to'g'ralib yoki chopilib suyuq taom, salat, issik, quyuq taomlar hamda qiyma tayyorlash uchun ishlatiladi. Ba'zi taomlarni tayyorlashda marinadlangan dengiz karami ishlatiladi.

10.7. BALIQ TAOMLARI SIFATIGA QO'YILADIGAN TALABLAR VA ULARNI SAQLASH MUDDATLARI

Tayyor baliq taomlarining sifati retsepturaga rioya qilinganligi, baliq to'g'ri bo'laklanganligi, kesilishi va urvoqqa belangan holati, issiq ishlov qoidalariga rioya qilinganligi va baliqlarning iste'molga tayyor holga keltirilishi, tayyorlangan taomning hid va mazasi, tashqi ko'rinishi, sardak va garnirning taomga mos kelishi ko'rsatkichlariga qarab baholanadi.

Pishirilgan baliq bir bo'lak hisobida suyagi va terisi bilan, suyaksiz terili file holda; osyotr oilasidagi baliqlar terisi bilan, kemirchak suyaksiz yoki terisiz sof file holda beriladi. Baliq o'z shaklida bir xil yumshoqlikda pishgan rangi, mazasi, hidi tayyorlangan baliqqa xos va oz miqdorda sezilarli ziravor, ko'kat ildizi xushxo'rlikka ega bo'lishi lozim. Qo'shib beriladigan garnirlar — kartoshka bir xil kattalikda yoki bir xil bochkacha shaklida kesilgan va yumshoq pishgan bo'lishi, baliq yoniga qo'yilib, ustidan sardak yoki qizdirilgan margarin quyib berilishi lozim. Sardaklar baliq ustidan quyilgan yoki alohida sardak idishida berilishi mumkin. Ko'kat sof holda taom yoniga qo'yiladi yoki to'g'rab, ustiga sepib beriladi.

Dimlab pishirilgan baliq taomi suyaksiz, terili yoki terisiz holda iste'molga tortiladi. Osyotr oilasidagi baliqlar kemirchak suyaksiz va terisiz tortiladi. Mayda baliqlar butun holda bo'ladi. Baliq bir xil yumshoqlikda pishgan, o'z shaklini saqlab qolgan bo'lishi kerak. Pishirilgan baliq yuzida quyushgan oqsil qoldiqlari bo'lishini nazarda tutib, ularning tashqi ko'rinishini yaxshilash uchun ustidan sardak quyib, limon parragi yoki pishirilgan qo'ziqorin, krab bilan bezaladi. Garnirlar alohida likopchada yoki baliq yoniga qo'yilgan holda beriladi. Baliq tarqatilishidan avval sardakka solib isitib olinadi.

Qovurilgan baliq suyaklari terili, suyaksiz terili yoki terisiz ich qismi yaxshi tozalangan, osyotr oilasi baliqlari kemirchak suyaksiz terili yoki terisiz, mayda baliqlar butun holda ich qismi yaxshi tozalangan holda bo'ladi. Baliq qovurilganda o'z shaklini saqlab qolishi kerak. Ustki qobig'i sarg'ishdan to qizg'ish ranggacha bo'lib, ko'p yog'da qovurilgan baliqning biroz urvoqlari to'kilib qolishi mumkin. Yumshoq qovurilgan, bo'laklarga bo'lganda to'qima orasidagi izlari oson ajraluvchan, mazasi qovurilgan baliqqa xos, tuzi me'yorida, kuymagan, xushxo'r bo'lishi lozim. Zvenoga bo'lib qovurilgan baliqlar to'g'ri burchak ostida kesilib, bo'laklarga bo'linadi. Ust qismi shamolda qurimagan va o'z shaklini saqlagan bo'lishi kerak. Baliq likopchaga qo'yiladi, yoniga garnir solib, ustidan sariyog' purkaladi. Sardak alohida sardak idishda beriladi.

Xamirga botirib qovurilgan baliq likopchaga 6—8 bo'lakdan solib tortiladi. Baliq yaxshi qovurilganligi bilan birga yumshoq ham bo'lishi kerak. Xamiri g'ovak, xushxo'r, yuzi bir xil sarg'ish rangda bo'lib, ko'p yog'da qovuriladigan baliqlar kuyib ketmasligi kerak.

Yopilgan baliq taomlari bo'laklarga bo'lingan suyaksiz, terili yoki terisiz baliqlardan tayyorlanadi. Lesh, lin, karas baliqlari suyaklari bilan yopiladi. Tayyorlangan baliq taomi yuzida sarg'ish yoki qizg'ish qobiq bo'lib, sardaklari quyushgan, lekin qurigan yoki qotgan bo'lmasligi, taom yumshoq bo'lib, kuygan va idishga yopishib qolmagan bo'lishi kerak.

Baliq kotlet massasi taomlari o'z shaklini saqlagan, yorilmagan, bo'lakka bo'linmagan, maydalab yaxshi aralashirilgan bo'lishi kerak. Kesilganda ichidagi rangi oqdan to och kulrangacha, yumshoq g'ovak holda bo'ladi. Yo'l qo'yib bo'lmaydigan kamchiliklar shuki, mahsulot shakli o'zgarmasligi, urvoq mahsulot ichiga aralashib ketmasligi, tashqi hid va mazaga, achigan non hidi va mazasiga, kuygan qobiq hidiga ega bo'lmasligi kerak. Tarqatishda mahsulot isitilgan likopchaga solinib, yoniga garnir suziladi, bitochki va tefteli ustiga sardak purkaladi, qolgan taomlarga esa sardak yoniga solib beriladi.

Oz suvda yoki asosiy usulda pishirilgan baliq tarqatilgunga qadar 30 minut davomida 60—70°C haroratli marmitda saqlanishi mumkin. Qovurilgan baliqni marmit yoki plita ustida 2—3 soat, 6—8°C darajagacha sovitilgan holda 12 soat davomida saqlash mumkin. Tarqatishdan oldin baliq qovurish shkafida yoki plitada 90°C gacha isitilib, 1 soat davomida tarqatilishi kerak. Ko'p yog'da qovurilgan yoki yopilgan baliq taomlari talabga muvofiq tayyorlanib tarqatiladi.

Amaliy mashg'ulot

Baliq taomlarining tayyorlanish texnologiyasi bilan tanishish

Asosiy maqsad. Baliq taomlarining tayyorlanish texnologiyasi bilan tanishish va bu borada malaka o'rttirish.

Uslubiy ko'rsatma. Ma'lumotlar mazkur kitobning «Baliq taomlari» bobida bayon etilgan, ularni o'qib, bilib olish maqsadga muvofiqdir.

Tayyorlanishga tavsiya etilgan «Baliq taomlari»dan o'quv yurtining «Fan sikli hay'ati» tavsiyaga ko'ra taomlarga sarflanadigan oziq-ovqat mahsulotlari miqdorini «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий» (М.: Экономика, 1983) kitobidan 501—567-sonli taomlarning ba'zi birlari hisoblab, aniqlab olinadi.

Bunda barcha texnologik jarayonlar korxonaning ishlab chiqarish sexlarida yoki o'quv laboratoriyasida amalga oshiriladi. Ularni tayyorlashda tavsiya etilgan texnologik kartalar, plakat, diafilmlar va slaydlardan foydalaniladi.

Mashg'ulot o'tkazish tartibi. Buning uchun harxil inventar, pichoq, taxtakach, tovalar, protivenlar, durshlag, turli hajmdagi kastyulkalar va shunga o'xshash asbob-anjomlar kerak bo'ladi. Baliq tozalagich, qanotlarini kesuvchi va elektr plita, elektr pechlari kabi jihozlardan foydalaniladi.

Topshiriq. O'quvchilar tayyorlangan taomlarning ko'rinishi, mazasi, sifati, tayyorlanish texnologiyasi bilan tanishadilar. Lozim bo'lgan ma'lumotlarni daftoriga yozib oladilar. O'qituvchi o'tkazilgan mashg'ulotga yakun yasaydi.

Tekshirish uchun savol va topshiriqlar

1. Issiq ishlov natijasida baliq tarkibida qanday o'zgarish ro'y beradi?
2. Baliqlar qanday pishiriladi va tarqatiladi?
3. 10 kg boshsiz, ichak-chavoqsiz treskadan necha porsiya «Pishirilgan baliq filesi» taomini tayyorlash mumkin?
4. «Bug'da tayyorlanagan baliq» taomining tayyorlash uslubi chizmasini tuzing.
5. Treska, bug'doy uni, o'simlik yog'i, kartoshka, sariyog', limon, ko'kat mahsulotlari turiga qarab taom nomi va tayyorlash usulini aniqlang.
6. Ikki yoqlama jadval tuzib quyidagi mavzular bo'yicha chap tomoniga savol, o'ng tomoniga javob yozib ko'ring: ko'p yog'da qovurilgan baliq turi, ko'p yog'da qovurilgan yarim tayyor mahsulotlar, urvoq turi, qovurish harorati, darajasi, qovurish sharoiti, qovurish vaqti, garnirlar, sardaklari, bezash uchun ishlatiladigan mahsulotlar.
7. «Xamirga botirib qovurilgan baliq» taomini tayyorlash uslubi chizmasini chizing.
8. Baliq telnoyesi qanday tayyorlanib, qanday tarqatiladi?
9. Jadval tuzing, bunda vertikal bo'yicha yopilgan baliq taomi joylashsa, gorizontal bo'yicha baliq yarim tayyor mahsuloti, garniri, sardagi ifodalansin.
10. Tayyor baliq taomlarini saqlash va tarqatish sharoitlari qanday?

XI b o b

GO'SHT VA GO'SHT MAHSULOTI TAOMLARI

Go'sht oqsil, yog', mineral va ekstraktiv moddalarga boy mahsulot hisoblanadi. Go'sht oqsillari kishi to'qimalarining tuzilishiga va mustahkamlanishiga xizmat qiladi. Yog' esa energiya manbaidir. Ekstraktiv moddalar go'shtli taomlarni xushxo'r va mazali qiladi. Shu sababli ular kishi sekretiya bezlaridan suyuqlik ajratish jarayoniga ta'sir etib, taom hazm bo'lishini ta'minlaydi. Go'sht tarkibida uglevod va darmondorilar bo'ladi. Go'shtli taomlarni uglevod, mineral moddalar, darmondorilar bilan boyitish maqsadida ularga garnir sifatida sabzavot, makaron va yormalar qo'shib beriladi. Sabzavot mahsulotlaridan tayyorlangan garnirlar kishi tanasidagi ishqor miqdorini mutanosiblashtirib turadi. Ko'pgina go'sht taomlari sardak bilan tayyorlanadi. Shu sababli taom xushxo'r va turli xil bo'ladi.

Go'sht taomlarini tayyorlashda har xil issiq ishlov turlaridan foydalaniladi, shu sababli go'sht taomlari pishirilgan, qovurilgan, oz suvda pishirilgan, dimlangan, yopilgan turlarga bo'linadi.

Issiq ishlov ta'sirida go'sht tarkibida murakkab o'zgarish ro'y beradi. Go'shtning birlashtiruvchi to'qimalari to'liq bo'lmagan kollagen va elastin oqsillaridan tashkil topgan. Issiq ishlov ta'sirida elastin tarkibidagi moddalarda sezilarli o'zgarish bo'lmaydi. Bo'yin va peshnob go'shtlarida elastin moddalari ko'p joylashgan. Kollagen tolalari issiq ishlovda hajmi o'zgaradi, uzunligi qisqarib, kengligi yo'g'onlashadi. Buning natijasida go'sht tarkibidagi suyuqlik ma'lum darajada siqib chiqariladi. Ma'lum darajada va vaqt birligida issiqlik ta'sirida kollagen suyuqlikda cho'ziluvchan yelim ko'rinishdagi glyutinga aylanadi. Glyutin issiq suvda eruvchan xususiyatga ega. To'qimalar orasidagi bog'liqlik bo'shashib, go'sht yumshaydi. Go'shtlarning yumshashi, uning tarkibidagi kollagen miqdoriga, issiq ishlov ta'siriga bardoshligiga bog'liq bo'ladi. Kollagenlarning bardoshlilik hayvonlarning zotiga, turiga, yoshiga, semizligiga, jinsiga bog'liq bo'ladi. Turli xil hayvonning bir xil tana qismidagi go'sht bo'lagi tarkibidagi kollagenning issiqqa bardoshlilik har xil bo'ladi. Bardoshlilik past bo'lgan kollagenlar 10—15 minut davomida, bardoshlilik darajasi yuqorilari esa issiqlik ta'sirida 2—3 soat davomida yumshaydi. Kollagenning glyutinga aylanish jarayoni harorat 50°C dan bo'lganda boshlanib, 100°C dan oshganda tezlashadi.

Qovurish jarayonida go'sht tarkibidagi kollagenning bardoshlilik darajasi yuqori bo'lsa, kollagenning glyutinga aylanishidan ko'ra go'sht tarkibidagi suyuqlik tez

bug'lanib, go'sht to'qimalari o'z qattqlik holatini ko'proq saqlab qoladi. Shu sababdan qovurish uchun tarkibida kollagenning bardoshlilik darajasi past bo'lgan go'sht bo'laklari ishlatiladi. Bardoshlilik darajasi o'rtacha kollagen to'qimali go'sht bo'laklari qaynatib pishirish va dimlash uchun ishlatiladi. Kollagenlarning glyutenga aylanish jarayoni ishqorli sharoitda biroz sezilarli darajada bo'ladi. Shu sababli ba'zi hollarda go'shtlarga issiq ishlov berishdan avval marinovka qilishda limon sharbati yoki biroz sirka qo'shiladi. Dimlab pishirishda nordonroq sardak yoki tomat ishlatiladi.

To'qima tarkibidagi oqsillar issiqlik ta'sirida o'z tarkibidagi suyuqlikning zichlashish natijasida yo'qotadi va bu suyuqlik ma'lum darajada o'zi bilan birga suyuq holda erigan mahsulotlarni olib chiqadi. Go'sht to'qimalari buning hisobiga zichlashib, suyuqlik shimish xususiyatini yo'qotadilar. Go'sht vazni ham ma'lum darajada kamayadi.

Go'shtni qaynatib pishirish natijasida suyuqlikka ma'lum darajada mineral, ekstraktiv moddalar va eruvchi oqsillar o'tadi. Go'sht bo'lagi qizimaganicha uning tarkibidagi oqsil suyuqlikka o'taveradi. Shuning uchun go'sht qizigandan keyin, ya'ni undagi oqsil erish qobiliyatini yo'qotgandan keyin tuz solinadi.

Qovurish jarayonida go'sht yuzidagi suyuqlik ma'lum darajada bug'lansa, ma'lum darajadagi suyuqlik ichki qismiga shimilib, yuzaki qobiq hosil bo'lish holati ro'y beradi va bu qobiq tarkibida ma'lum darajada ekstraktiv moddalar miqdori ko'payadi. Bundan tashqari, 100°C dan yuqori sharoitda oqsil va boshqa go'sht tarkibidagi moddalarda ham ba'zi o'zgarishlar yuz berib, yangi moddalar hosil bo'ladi.

Go'shtga qizil rang beruvchi miogloblin moddasidir. Issiq ishlov ta'sirida miogloblin parchalanib, go'shtning rangi o'zgaradi.

Go'sht tarkibidagi yog' qovurish natijasida ma'lum darajada erish, pishirishda esa suyuqlikda ma'lum darajada erib yuziga suzib chiqish hisobiga kamayadi.

Go'sht taomlari issiq sexlarda tayyorlanadi. Go'sht qozonlarda, kastyulkalarda, katta temir tovalarda pishiriladi. Qovurish uchun tova, elektr tova, qovurish qozoni, qo'ra va sixlar ishlatiladi. Dimlash uchun kastyulka, katta temir tova, qozonlardan foydalaniladi. Yopish uchun tova, porsiyali tovalar ishlatiladi. Yana asbob-anjomlardan kurakcha, pazandachilik ayrisi, elak, cho'mich, ayrilar, ko'pik suzgichlar, sardak qoshiqlari va boshqalar zarur bo'ladi.

Iste'molga tayyor go'shtli taomlar tarqatilyotganda ularning issiqlik darajasi 65°C dan past bo'lmasligi kerak. Isitilgan idish yoki likopchaga avval garnir suzib, yoniga go'sht taomi qo'yiladi. Go'sht bo'lagi ba'zi hollarda garnirlarga biroz uchini ilintirilgan yoki garnir ustiga qo'yilgan holda xo'randaga tortiladi. Beriladigan garnirlar oddiy yoki murakkab bo'ladi. Oddiy garnir bir xil, murakkab garnir

bir necha xil mahsulotdan tayyorlanadi. Murakkab garnir uchun mahsulot tayyorlashda rangi, xushxo'rligi, mazasiga mos keladiganlari tanlanadi. Murakkab garnir taomning tashqi ko'rinishini bezashi lozim. Go'sht taomiga sardak purkab beriladi. Ba'zan sardak taom yoniga qo'yib yoki alohida sardak idishga quyib ham beriladi. Garnir ustiga sardak purkalmaydi.

11.1. GO'SHT MAHSULOTLARINI PISHIRISH

Ikkinchi quyuq taom uchun mol, qo'y, echki, dudlangan go'sht, kolbasa mahsulotlari pishirib tayyorlanadi. Pishirish uchun tarkibidagi birlashtiruvchi to'qimalari o'rta holda bo'lgan go'sht bo'laklari olinadi. Mol go'shtidan (1-navli tana) to'sh, qo'l, qo'l osti, qovurg'a, sonning yon, tashqi qismlarining lahm go'shtlari ishlatilsa, qo'y, echki go'shtlarining to'sh, bo'yin, qo'l laxm go'shtlari ishlatiladi. Go'sht bo'lagini bir xil pishirish uchun uning vazni 2 kg gacha bo'lishi kerak. Agar qo'y yoki echki to'shlarini suyagi bilan pishirish kerak bo'lsa, ich tomonidan suyak ustidagi pardasi pichoq yordamida chizib kesib qo'yilishi kerak. Bunda pishgan go'shtdan suyakni ajratib olish osonlashadi. Qo'l lahm go'shti silindr shaklidao'ralib (rulet) ip bilan bog'lab pishiriladi.

Pishirish jarayonida 1 kg go'shtga 1—1,5 l suv solinadi. Suv miqdori ko'p bo'lsa go'sht tarkibidagi oziqaviy qiymatga ega bo'lgan mineral, ekstraktiv moddalar suyuqlikka o'tib go'shtning oziqaviyligi pasayadi, mazasi o'zgaradi. Go'shtlarning xushxo'rligini oshirish uchun pishirish jarayonida ko'kat ildizi, sabzavotlar (sabzi, piyoz), ziravorlar qo'shiladi. Go'shtning pishganligini aniqlash uchun pazandachilik ignasini sanchib ko'riladi. Igna qarshilikka uchramay yengil sanchilib, go'sht tarkibidan rangsiz suyuqlik chiqsa, go'sht pishgan hisoblanadi.

Go'shtlarni qaynatib pishirish vaqti go'sht bo'lagining turiga, qattiq-yumshoqligiga va birlashtiruvchi to'qimalarining soniga bog'liq. Pishirish jarayonida go'shtning vazni 38—40% kamayadi.

Pishirilgan go'sht. Issiq ishlovga tayyorlangan (mol, qo'y, echki, buzoq) go'sht 2 kg gacha vaznda olinib, qaynab turgan suvga solinadi va tez qaynash darajasigacha ko'tariladi. Vaqti-vaqti bilan yuziga suzib chiqqan ko'pigi suzib olinadi. Olov pasaytirilib, sekin qaynatib qo'yiladi. Go'shtni bu usulda pishirish jarayonida oziqa moddalarining suvga o'tishi kamayadi, suv ham kam sarf bo'ladi. Go'sht yumshoq pishib, mazali bo'ladi. Pishirilayotgan go'shtning xushxo'rligini, hid, mazasini yaxshilash uchun iste'molga tayyor bo'lishdan 30—40 minut avval xom sabzi, ko'kat ildizi, piyoz tayyor bo'lishidan 10—15 minut avval tuz solinadi. Pishirish jarayonida tuz bilan birga lavr yaprog'i, donador murch ham solish mumkin.

Pishgan go'sht bo'lagi suyuqlikdan suzilib, to'qimasiga ko'nda-lang qilib porsiyasiga 1—2 bo'lak (50, 75, 100 g) hisobida kesib, qaynatmaga solinadi, qaynatib marmitda saqlanadi. Bundan maqsad go'shtga shamol tegib, usti qurib qolishining oldini olishdir.

Tarqatishda isitilgan likopchaga garnir quyib, yoniga pishirilgan go'sht bo'lagi, ustidan qaynatma, sariyog' yoki sardak quyib beriladi. Sardakni alohida sardak idishiga solib berish ham mumkin.

Mol go'shtiga garnir sifatida pishirilgan kartoshka, kartoshka pyuresi, dimlab pishirilgan sabzavotlar, sut sardagida tayyorlangan sabzi, ko'k no'xat yoki donador yorma bo'tqalar, qo'y go'shtiga donador guruch bo'tqasi, yog'liq go'shtli taomga esa dimlangan karam qo'shib beriladi. Mol go'shti va yog'liq go'shtli taomlar uchun qizil sardak, qo'y go'shti uchun oq sardak mos hisoblanadi.

Pishirilgan yog'liq go'shtli biqin yoki son. Bu taomni tayyorlash uchun pishirib dudlangan yoki pishirilgan yog'liq go'sht mahsulotlari ishlatiladi. Ular porsiyalarga bo'linib, ustidan qaynatma quyib bir qaynatiladi. Dudlangan biqin, to'sh go'shtlari pishirilib, suyak va terilari ajratilishi kerak. Xom dudlangan go'shtlar yuvilib, sovuq suvda 2,5—3,0 soat bo'ktirilib, tuzi kamaytirilishi lozim.

Tarqatishda isitilgan likopchaga yoki porsiyali laganga garnir sifatida pishirilgan kartoshka yoki kartoshka pyuresi, ko'k no'xat suzilib, yoniga go'sht bo'lagi qo'yilib, sardak purkab beriladi. Sardaklardan qizil asosiy, vinoli qizil yoki xrenli smetana sardaklari ishlatiladi.

Pishirilgan sosiska yoki sardelka. Sardelkalar iplaridan, sosiskalar sun'iy ichaklaridan tozalanib, qaynab turgan tuzli (1 kg mahsulotga 2 l suv) suvga solinib, qaynatiladi. Qaynab chiqqach olov pasaytirilib sosiskalar 3—5 minut, sardelkalar 7—10 minut qaynatiladi va iste'molga tarqatiladi. Agar mahsulot ko'rsatilgan vaqtdan uzoqroq qaynatilsa, yuzidagi qobig'i yorilib, suvda bo'kib, sifati o'zgaradi. Mahsulot pishgach qaynatmada 20 minut davomida saqlanishi mumkin.

Tarqatishda likopcha yoki laganchaga garnir sifatida kartoshka pyuresi, dudlangan karam, ko'k no'xat yoki donador yorma bo'tqasi suzilib, yoniga sosiska yoki sardelka qo'yiladi, ustidan sariyog' yoki sardak (qizil asosiy, piyozli, gorchitsali, tomatli oq) qo'yib beriladi.

11.2. GO'SHTLARNI QOVURISH

Mol, buzoq, qo'y va echki go'shtlaridan qovurib taom tayyorlanadi. Asosiy qovurish usuli, ko'p yog'da qovurish usuli, tutunsiz olovda (ko'mir yoki elektr-gril yoki gaz grillarida), infraqizil nur ta'sirida, yuqori chastotali tok (YCHT)

apparatlarida qovurib pishirish usullari bor. Go'shtlar yirik, porsiyali bo'lakka bo'lingan, mayda bo'lakka bo'lingan yoki qiymalangan holda qovuriladi.

Qovurish uchun birlashtiruvchi to'qimalari nozik, mayin va kollagenlarining bardoshlilik darajasi past bo'lgan go'sht bo'laklari ishlatiladi. Bunday go'sht bo'laklari tarkibidagi kollagen issiq ishlov ta'sirida yumshoq holga keladi. Buzoq, qo'y, echki go'shti tarkibidagi kollagen mol go'shtinikiga nisbatan bardoshlilik darajasi pastroq bo'lgani sababli qovurishda deyarli hamma qismlarini ishlatish mumkin. Go'shtlarni qovurish uchun tova, protiven, elektr tovalar ishlatiladi. Qovurishda cho'yan tovanidan foydalangan ma'qul, chunki temirdan yasalgan protivenda issiqlik energiyasi bir xilda tarqalmaydi. Natijada mahsulot kuyishi mumkin. Qovurish jarayonida go'sht ustida qobiq hosil bo'ladi, u organik to'qimalardan iborat bo'lib, qovurilgan mahsulotga alohida maza beradi. Qovurish jarayonida paydo bo'lgan qizg'ish qobiq taomga o'ziga xos xushxo'rlik berishi bilan birga iste'molda kishi tanasidagi sekretsiya bezlariga ta'sir etib, suyuqlik ajralish jarayonini tezlatadi, taomning hazm bo'lishiga katta yordam beradi. Go'shtlar sof yoki urvoqqa belangan holda qovuriladi. Ba'zi go'sht mahsulotlari (to'sh) avval pishirilib, sovitiladi, urvoqqa belanadi, so'ngra qovuriladi.

Yirik bo'lakli go'shtni qovurib pishirish

Yirik bo'lakli go'shtni qovurish uchun vazn og'irligi 1—2 kg bo'lgan go'sht bo'laklari ishlatiladi. Qo'l lahm go'shti silindr shaklida o'ralib, ip bilan bog'lanadi, to'sh go'shtlari qovurg'a suyaklari bilan birga olinib qovuriladi, iste'molga tayyor bo'lgandan so'ng qovurg'a suyaklari ajratib olinadi.

Qovurish natijasida go'sht yuzida tez qizg'ish qobiq hosil bo'ladi, lekin go'sht ichiga issiqlik o'tmaydi. Bunday holat yuzaga kelmasligi, qovurish jarayonida issiqlik me'yori katta bo'lakdagi go'sht ichiga ham bir xil ta'sir etishi uchun uni issiqlik juda yuqori bo'lmagan darajadagi qovurish shkaflarida tayyorlash maqsadga muvofiq hisoblanadi.

Tayyorlangan go'sht bo'lagi tuz va garmdori bilan ishqalanib, temir tovada qizib turgan yog'ga solib, aylanma qobiq hosil qilib plitada hamma tomoni qobiq hosil qilguncha qovuriladi. Bunda go'sht bo'laklari bir-biriga tegmasligi, yopishib qolmasligi kerak. Go'sht bo'laklari zich qo'yib qovurilsa, harorat ancha pasayib, qobiq paydo bo'lishi uzoqqa cho'ziladi, go'shtdagi sel ko'p oqib chiqib, go'sht qotib qoladi. Qovurilgan go'sht o'z idishi bilan qovurish shkafiga qo'yilib, har 10—15 minutda aylantirilib, o'z selidan quyib turgan holda 180—200°C li haroratda iste'molga tayyor holga keltiriladi. Go'shtning iste'molga tayyor bo'lganligini aniqlash uchun go'sht bo'lagingining qalinroq qismiga pazandachilik ignasini sanchib, rangsiz

suyuqlik ajralganidan aniqlanadi. Qovurish muddati go'sht bo'lagining yirik-maydaligiga, go'sht turiga, holatiga qarab 40 minutdan 1 soatu 40 minutgacha davom etadi. Tarqatishdan avval go'sht bo'lagi tolasiga ko'ndalang holda porsiyaga taqsimlab kesiladi. Porsiyaga 1—3 bo'lakdan (50, 75, 100 g) go'sht solinadi.

Yirik bo'lakli go'shtni qovurish (rostbif). Mol go'shti (pushti mag'iz, yupqa yoki qalin taloq qismi) yirik bo'lakda, 1—2,5 kg vaznda pay va pardalaridan tozalanib, tuz, qalampir bilan ishqalanib, temir tovada qizib turgan yog'ga solinadi. Go'sht bo'laklari tovaga oralig'i 5 sm qilib solinadi. Olov baland qilinib kuchli issiqlikda qobiq hosil bo'lguncha qovuriladi. So'ng idishi bilan qovurish shkafiga qo'yib 160—170°C li darajada vaqti-vaqti bilan aylantirib, o'z selidan quyib turib iste'molga tayyor holga keltiriladi. Rostbiflar yuzaki qobiqda qoni bilan, yarim pishgan holda yoki qattiq qovurilgan holda tayyorlanadi. Qoni bilan tayyor holga keltirilgan rostbif yuzaki qobiqda, ya'ni ichi xom bo'lib, go'sht ustidan bosilgan zahoti o'z holiga qaytadi. Yarim pishirilgan rostbif kesilganda ichi va go'sht o'rta qismi och qizg'ish yoki pushti rangga ega bo'lib, go'sht bo'lagi bosib ko'rilganda qiyinroq eziluvchan bo'ladi. g'attiq qovurilgan rostbif kesimi bir xil kul rangda bo'lib, go'sht bo'lagi ustidan bosilganda ezilmaydigan darajada bo'ladi. Tayyor rostbif porsiyasiga 2—3 bo'lak hisobida to'qimasiga ko'ndalang holda kesiladi.

Qovurishdan so'ng temir tovada qolgan suyuqlik qaynatilib, bug'lantirilib, yog'i quyib olinadi. Hosil bo'lgan quyqasiga biroz qaynatma qo'shib bir qaynatiladi, elak yoki dokada suzib olinadi. Bu go'sht sardagi qovurilgan go'sht taomlari ustidan quyib beriladi.

Tarqatishda isitilgan likopcha yoki laganchaga garnir sifatida qovurilgan kartoshka yoki murakkab sabzavot garniri (3—4 xil sabzavotdan iborat) suzilib, yoniga qirilgan xren ildizi, uning yoniga porsiyalanib kesilgan rostbif qo'yib, ustiga go'sht sardagi quyib beriladi.

Qovurilgan qo'y yoki echki go'shti. Tayyorlangan qo'y yoki echki go'shtining yirik bo'laklari (son, biqin) tuz, qalampir bilan ishqalanib temir tovada qizib turgan yog'da qobiq hosil qilib plita ustida qovurilgandan so'ng, qovurish shkafida vaqti-vaqti bilan O'z selidan quyib turgan holda aylantirilib iste'molga tayyor holga keltiriladi. Bu go'shtlarni tayyorlashdan avval sabzi, ko'kat ildizi, sarimsoq piyoz bilan shpiglash ham mumkin. Tayyor go'sht bo'lagi to'qimasiga ko'ndalang holda porsiyasiga 1—2 bo'lak hisobida kesilib, go'sht seliga solib qovurish shkafida isitiladi.

Tarqatishda isitilgan likopcha yoki laganchaga garnir sifatida grechixa bo'tqasi, yog' yoki sardakda pishirilgan loviya, pishirilgan yoki qovurilgan kartoshka solinib, yoniga porsiyalanib kesilgan qo'y yoki echki go'shti qo'yiladi, ustidan go'sht sardagi quyib beriladi.

Qiyma tiqilgan to'sh. Qiyma tiqib tayyorlangan qo'y yoki buzoq to'shiga tuz, qalampir sepiladi. Qovurg'a suyagini pastga qilib temir tovaga qo'yiladi. Qovurish shkafida avval 200—250°C li haroratda qobiq hosil bo'lguncha, so'ng 160°C da iste'molga tayyor holiga kelguncha o'z selidan vaqti-vaqti bilan purkab turib qovuriladi. Suyaklari ajratilib, porsiyalarga taqsimlab, likopchaga solinadi, ustidan go'sht sardagi quyib beriladi.

Porsiyalangan lahm go'shtni qovurish

Porsiyalangan lahm go'sht o'z vazniga nisbatan 5—10% yog'da plita ustida yoki elektr tovada qovuriladi. Porsiyalanib kesilgan go'sht bo'lagiga tuz va qalampir sepilib, temir tovadagi qizib turgan yog'ga solinadi, 170—180°C darajada ikki yoqlama qobiq hosil qilib qovuriladi va iste'molga tayyor holga keltiriladi. Porsiyalanib sof holda tayyorlanib qovurilgan go'sht taomlari issiq ishlovda o'z vaznining 37% ni yo'qotadi. Go'sht qovurilgan zahoti tarqatilishi lozim, chunki biroz saqlanishi ham taomlarning sifatiga salbiy ta'sir qiladi. Qovurilgan sof holdagi porsiyalangan go'sht taomlari oddiy yoki murakkab garnir bilan tarqatiladi. Go'sht bo'lagi ustidan go'sht sardagi yoki sariyog' quyib beriladi. Go'shtning qovurilgandan keyingi sof og'irligi 50, 75 yoki 100 g bo'ladi.

Bifshteks. Tayyorlangan pishirishga tayyor mahsulot ikki yoqlama tuz va murch sepilib, qizib turgan yog'ga solinib 15 minut davomida ikki yoqlama qobiq hosil qilinib, iste'molchining talabiga ko'ra: qoni bilan, yarim qovurilgan va qattiq qovurilgan holda tayyorlanadi. Tarqatishda isitilgan likopcha yoki laganchaga qovurilgan kartoshka yoki 3—4 xil sabzavotdan iborat murakkab garnir solib, yoniga qirilgan xren ildizi, uning yoniga bifshteks qo'yiladi va ustidan go'sht sardagi yoki ko'k yog' qo'yib beriladi.

Tuxumli bifshteks. Xuddi bifshteks singari tayyorlanib tarqatiladi. Tarqatishda bifshteks ustiga bir dona sarig'ini qotirmay qovurilgan tuxum qo'yib beriladi.

Piyozli bifshteks. Xuddi bifshteks singari tayyorlanadi. Tarqatishda porsiyali lagancha o'rtasiga bifshteks, atrofiga pishirib qovurilgan kartoshka yoki ko'p yog'da qovurilgan kartoshka qo'yib, bifshteks ustidan go'sht sardagi, uning ustidan halqa shaklida kesib, unga belab, ko'p yog'da qovurilgan piyoz qo'yib beriladi.

File. Qovurishga tayyor mahsulotga ikki yoqlama tuz, murch sepiladi, yog'i qizdirilgan tovada tayyor bo'lguncha qovuriladi.

Tarqatishda likopcha yoki laganchaga garnir sifatida qovurilgan kartoshka yoki murakkab sabzavot garniri yoniga file qo'yib, ustidan go'sht sardagi yoki sariyog' quyiladi. File sardak bilan ham beriladi. Buning uchun fileni kruton (tilim-tilim shaklida kesib, qovurilgan oq bulka non) ustiga qo'yib, ustidan qizil asosiy yoki tomatli oq sardak quyiladi. Qovurilgan kartoshka garnir sifatida alohida beriladi.

Langet. Porsiyalanib kesilgan go'sht bo'lagi (har porsiyasiga 2 bo'lakdan) to'qmoqda biroz urib yumshatiladi, ikki yoqlama tuz, murch sepib, qizib turgan tovadagi yog'da tez qovuriladi va yuqori darajali haroratda iste'molga tayyor holga keltiriladi. Tarqatishda porsiyali laganchaga qovurilgan kartoshka yoki murakkab sabzavot garniri, yoniga langet qo'yib, ustidan go'sht sardagi quyib beriladi.

Antrekot. Pishirishga tayyor mahsulotga ikki yoqlama tuz, murch sepilib, tovadagi qizib turgan yog'ga solib iste'molga tayyor bo'lgunga qadar ikki yoqlama qobiq hosil bo'lguncha qovuriladi.

Tarqatishda porsiyali laganchaga garnir sifatida asosiy usulda yoki ko'p yog'da qovurilgan kartoshka, sutda pishirilgan kartoshka, murakkab sabzavot garniridan (3—4 xil sabzavot) suzib, yoniga qirilgan xren ildizi, uning yoniga antrekot qo'yib, ustidan go'sht sardagi yoki ko'k yog' quyiladi va ko'kat bilan bezaladi. Xuddi tuxumli yoki piyozli bifshteksga o'xshash tarqatiladi.

Mol go'shti 170 g, eritilgan mol yog'i 7 g, xren (ildizi) 16 g, garnir 150 g. Sof og'irligi 239 g.

Qo'y yoki buzoq go'shtidan tayyorlangan sof kotlet. Tayyorlangan kotlet ikki yoqlama tuz, murch sepib, qizib turgan tovada yuqori darajadagi issiqlikda ikki yoqlama qovuriladi. Tarqatishda likopcha yoki porsiyali laganchaga kotlet qo'yib, ustidan go'sht sardagi quyib beriladi. Qo'y go'shti kotletlari uchun piyozli sut sardagini berish mumkin, garnir sifatida esa asosiy usulda yoki ko'p yog'da qovurilgan kartoshka, yog' bilan aralashtirilgan loviya, tomat bilan aralashtirilgan loviya, donador guruch bo'tqasi yoki murakkab garnir beriladi. Buzoq go'shtidan tayyorlangan kotlet uchun asosiy usulda yoki ko'p yog'da qovurilgan kartoshka, sutda pishirilgan kartoshka yoki sut sardagida pishirilgan sabzavotlar garnir sifatida beriladi.

Cho'chqa yoki buzoq go'shtidan tayyorlangan eskalop. Tayyorlangan yarim tayyor mahsulot ikki yoqlama tuz, murch sepilib, tovada qizib turgan yog'da qovurilib, iste'molga tayyor holga keltiriladi. Tarqatishda likopcha yoki porsiyali laganchaga qovurilgan kartoshka, 3—4 xil sabzavot aralashtirib tayyorlangan garnir solinadi, yoniga bug'doy nonidan tayyorlangan kruton, uning ustidan eskalop qo'yilib, ustiga go'sht sardagi quyiladi.

Cho'chqa go'shti 147 g, yoki buzoq go'shti 189 g, yoki qo'y go'shti 175 g, hayvon yog'i 7 g, grenki 20 g, garnir 150 g. Sof og'irligi 255 g.

Sardakli eskalop. Xuddi garnirli eskalop taomiga o'xshash usulda tayyorlanadi. Tarqatishda likopchaga kruton ustidan 2 bo'lak eskalop qo'yiladi, uning ustidan qovurilgan buyrak va pomidor, shampinon yoki oq qo'ziqorin qo'yib, tomatli oq sardak quyiladi va to'g'ralgan ko'kat, chopilgan sarimsoq piyoz aralashmasi sepib, alohida likopchada garnir sifatida qovurilgan kartoshka beriladi.

Go'shtni mayda bo'laklab qovurish

Mayda bo'laklab qovurish uchun pushti mag'iz, qalin yoki yupqa taloq, sonning ichki va yuqori qismlari ishlatiladi. Qizib turgan yog'ga solinadigan go'shtning qavat qatlami 1—1,5 sm bo'lib, qovurish jarayonida pazandachilik ayrisi yoki kurakchada aralashtirib turiladi. Go'shtni qalin qatlamda yog'ga solib bo'lmaydi. Chunki qatlami qalin go'shtda qobiq kech paydo bo'ladi. Qobiq paydo bo'lguncha go'sht tarkibidagi namlik ajralib chiqib go'sht dag'al va quruq bo'lib qoladi.

Befstroganov. Go'sht uzunligini 3—4 sm qilib, to'rtburchakli uzun shaklda kesib, qizib turgan yog'li tovaga solinadi. Tuz, murch sepilib aralashtirilgan holda 3—5 minut davomida qovuriladi. So'ng jazlangan piyoz, smetana sardagi, «Yujniy» sardagi qo'shib qaynash darajasiga yetkaziladi.

Tarqatishda porsiyali tovaga qovurdoq befstroganov solinib, alohida likopchada yuzaki pishirib, qovurilgan kartoshka beriladi. Ko'proq miqdorda tayyorlangan taom likopchalarda tarqatiladi. Garnir sifatida pishirilgan, yog'da qovurilgan kartoshka tortiladi.

Mol go'shti 162 g, bosh piyoz 43 g, margarin 10 g, un 50 g, smetana 30 g, «Yujniy» sardagi 4 g, garnir 150 g. Sof og'irligi 300 g.

Qovurdoq mol, buzoq go'shtidan tayyorlanadi. To'rtburchakli uzun shaklda kesilgan go'sht bo'lakchalari qizib turgan tovadagi yog'da tuz, murch sepib qizg'ish qobiq hosil bo'lguncha, jazlangan piyoz, tomat qo'shib yana 2—3 minut qovuriladi. Tarqatishda qovurdoq porsiyali tovaga solinib, alohida likopcha yoki laganchaga garnir sifatida qovurilgan kartoshka yoki donador yorma bo'tqasi beriladi. Qovurdoq ko'proq miqdorda tayyorlansa, tarqatishda garniri go'sht bilan bir idishda beriladi.

Mol go'shti 162 g, yoki qo'y go'shti 166 g, yoki buzoq go'shti 180 g, bosh piyoz 36 g, eritilgan mol yog'i 10 g, tomat pyure 15 g, garnir 150 g. Sof og'irligi 250 g.

Mol go'shtidan tayyorlangan kabob. Pushti mag'iz 30—40 g hisobida kubik shaklida to'qraladi, dumba yog'i go'shtga nisbatan yarim barobar ingichka to'rtburchak shaklida to'qralib, go'sht, yog' ketma-ketligida va oxirida go'sht sixga tortiladi, ustidan tuz, murch sepilib, qizib turgan tovadagi yog'ga solinadi, har tomonidan qovurib iste'molga tayyor holga keltiriladi.

Tarqatishda likopchaga yoki porsiyali laganchaga donador guruch bo'tqasi suzilib, ustiga kabob, ustidan yog'da qovurilgan piyoz solib, go'sht sardagi quyib beriladi. Alohida idishda «Yujniy» sardagi beriladi.

Kavkaz kabobi. Marinovka qilingan qo'y go'shti sixga tortilib, yog' surtilib, ochiq olovda (laqqa cho'g' ko'mirda) pishiriladi. Pishirish jarayonida go'sht bir xilda pishishi uchun sixlar aylantirib turiladi.

Tarqatishda kabob sixdan olinib likopchaga solinadi, yoniga ko'k piyoz yoki to'qralgan bosh piyoz, yangi pomidor yoki bodring garnir sifatida qo'yilib, limon parragi va ko'kat bilan bezaladi. Alohida idishda «Yujniy» sardagi yoki tkemali va quritib yanchilgan qoraqand aralashmasi beriladi.

Karsk kabobi. Sixga buyrakning yarmi so'ng marinovka qilingan go'sht va oxirida buyrakning ikkinchi yarmi tortilib, yog' surtiladi, ochiq olovda yoki elektrogrilda qovurilib, pishirib iste'molga tayyor holga keltiriladi. «Kavkaz kabobi»ga o'xshash usulda tarqatiladi.

Go'shtni urvoqqa belab qovurish

Urvoqqa belangan go'sht mahsulotlari asosan tovada, ba'zi hollarda ko'p yog'da qovuriladi. Agar oz yog'da qovuriladigan bo'lsa, tovaga yog' solinib qizdiriladi. Yog' qizigach, unga go'sht solinib, ikki yoqlama qobiq hosil qilib qovuriladi va qovurish shkafida iste'molga tayyor holga keltiriladi. Mahsulotning iste'molga tayyor bo'lganligi yuzida hosil bo'lgan rangsiz pufakchalar orqali aniqlanadi. Qovurish jarayonida urvoqqa belangan go'sht bo'lagi o'z vaznini 27% gacha yo'qotadi. Tarqatishda urvoqqa belangan go'sht taomi ustidan eritilgan sariyog' yoki margarin quyib beriladi.

Romshteks. Pishirishga tayyor mahsulot (go'sht yarim tayyor mahsulotlariga qarang) tovada qizib turgan yog'ga solinib, ikki yoqlama qovurilib, qovurish shkafida iste'molga tayyor holga keltiriladi.

Tarqatishda porsiyali lagancha yoka likopchaga garnir sifatida donador yorma bo'tqasi, yog'da qovurilgan kartoshka yoki 3—4 xil sabzavot aralashmasidan tayyorlangan garnir suzilib, yoniga romshteksqo'yiladi, ustidan eritilgan sariyog' quyib beriladi.

Mol go'shti 149 g, tuxum 1/8 dona, urvoq 15 g, eritilgan mol yog'i 10 g, garnir 150 g, sariyog' yoki margarin 5 g. Sof og'irligi 246 g.

Shnitsel. Pishirishga tayyor mahsulot (go'sht yarim tayyor mahsulotlariga qarang) tovada qizib turgan yog'ga solinib, ikki yoqlama qobiq hosil qilib qovuriladi va qovurish shkafida iste'molga tayyorholga keltiriladi.

Tarqatishda likopcha yoki porsiyali laganchaga garnir suzilib, yoniga shnitsel, ustidan sariyog' quyib beriladi. Garnir sifatida qovurilgan kartoshka, dimlab pishirilgan sabzavot, dimlangan karam, donador yorma bo'tqasi, 3—4 xil sabzavot aralashmasidan tayyorlangan garnir ishlatiladi. Shnitsel yana limon va kovul bilan ham berilishi mumkin. Bunda porsiyali likopchaga qovurilgan kartoshka yoniga limon sedrasi (somoncha shaklida to'g'ralib, qaynoq suvda tutilgan) bilan isitilgan sariyog' quyiladi, ustiga tuzlamadan siqib olingan kovul va limon bo'lagi qo'yiladi.

Buzoq go'shti 167 g, yoki qo'y go'shti 154 g, tuxum 1/8 dona, urvoq 15 g, eritilgan mol yog'i 10 g, garnir 150 g, sariyog' yoki margarin 5 g. Sof og'irligi 246 g.

Qo'y, buzoq go'shtlari to'qmoqlanib tayyorlangan kotlet. Pishi-rishga tayyor mahsulot qizib turgan tovadagi yog'ga solinib, ikki yoqlama qobiq hosil qilib qovuriladi va qovurish shkafida iste'molga tayyor holga keltiriladi. Tarqatishda likopchaga yoki porsiyali laganchaga garnir yoniga kotlet qo'yib, ustidan eritilgan sariyog' quyib beriladi. Bu taomga romshteksga qo'shib beriladigan garnir qo'shib beriladi.

Ko'p yog'da qovurilgan qo'y to'shi. Qo'y go'shtining to'shi ko'kat ildizi, boshpiyoz, ziravor qo'shib pishiriladi va issiq holda qovurg'a suyagi olib tashlanib sovutiladi. So'ng porsiyasiga 1—2 bo'lakdan kesib, unga belashdan avval tuz, murch sepiladi, lezonga botirilib, urvoqqa belanadi. Yog'da qizg'ish qobiq hosil bo'lguncha qovuriladi va qovurish shkafida iste'molga tayyor holga keltiriladi.

Tarqatishda likopcha yoki porsiyali laganchaga qovurilgan kartoshka yoki 3—4 xil sabzavotdan tayyorlangan garnir solinib, yoniga yog'da qovurilgan to'sh go'shti qo'yiladi, ustidan sariyog' qo'yib beriladi. Likopchanning bir chetiga yoki alohida idishda tomatli sardak ham berish mumkin.

11.3. DIMLAB PISHIRILGAN GO'SHT TAOMLARI

Go'shtdan dimlab taom pishirishda yirik, porsiyalangan, mayda bo'laklangan go'sht bo'laklari ishlatiladi. Dimlashdan oldin kesib tayyorlangan go'sht bo'lagiga tuz, murch sepib yuzaki qobiq hosil qilib qovuriladi, so'ng chuqur idishga solib mayda va porsiyalangan bo'laklarini to'la ko'madigan holda, yirik bo'laklarini yarim ko'madigan holda suv yoki qaynatma quyilib dimlanadi. Dimlash jarayonida go'sht xushxo'r va mazali bo'lishi uchun taom miqdoriga qarab bosh piyoz, sabzi, petrushka, seldereylar, ziravorlardan donador murch, lavr yaprog'i, zira, kash-nich urug'i, ukrop yoki petrushka ko'kati, qalampirmunchoq, dolchin, muskat yong'og'i, arpabodiyon olinadi.

Dimlash vaqtida idish qopqog'ini yopib, past olovda qaynatish lozim, qattiq qaynatilsa suyuqlik tez bug'lanib, go'shtning xushxo'rliги yo'qoladi. Ziravor va ko'katlar taom tayyor bo'lishidan 25—30 minut avval solinadi. Birlashtiruvchi to'qimalarini yumsha-tish uchun go'shtlarni dimlash jarayonida tomat pyure, nordon sardaklar, marinovka qilingan mevalar sharbati, kvas qo'shish ham mumkin. Go'sht dimlangan qaynatmada qizil sardak tayyorlanishi lozim. Dimlangan go'sht taomlari ikki usulda tayyorlanadi:

1. *Go'shtni garniri bilan dimlab, birga tarqatiladi.* Bu usulda tayyorlangan taomlarning xushxo'rlik darajasi yuqori, yumshoq, mazali bo'ladi. Agar taom

qopqog'i yaxshi berkitilgan sopol ko'zachada tayyorlansa yanada mazali bo'ladi. Lekin garniri bilan dimlangan go'sht taomini porsiyalarga bo'lish(ko'p holda tayyorlanganda) bir ozqiyinchilik tug'diradi.

2. *Go'shtlar garnirsiz dimlanib, garniralohida tayyorlanadi*

Dimlab pishirilgan go'sht. Yirik bo'lakli go'shtni dimlab pishirish uchun mol go'shti sonining tashqi va yon qismi, qo'y go'shtining qo'l qismi ishlatiladi. Vazni 2 kilogrammgacha bo'lgan go'sht bo'lagi tuz, murch bilan ishqalanib, chuqur tovada qizib turgan yog'da aylanma qobiq hosil qilib qovuriladi, yarmigacha qaynatma yoki suv quyilib, jazlangan sabzi, piyoz, tomat solinadi, usti qopqoq bilan berkitilib, 1,5—2,0 soat past olovda dimlanadi. Tayyor bo'lishidan 15—20 minut avval donador murch, lavr yaprog'i, petrushka yoki ukrop ko'kati hamda qalampirmunchoq, dolchin, muskat yong'og'i qo'shiladi. Pishgan go'sht bo'lagi suyuqligidan suzib olinib, qovurish shkafida qizg'ish qobiq hosil bo'lguncha qovuriladi va biroz sovutilib, porsiyalarga taqsimlanadi.

Go'sht dimlangan suyuqlikda qizil sardak tayyorlanadi. Buning uchun qaynatmaga qizg'ish ranggacha jazlangan un solinib, 20—30 minut qaynatiladi. Sabzavotlar elakdan ezib o'tkaziladi. Porsiyaga taqsimlangan go'sht bo'laklari sardakka solinib bir qaynatilib, tarqatilguncha marmitda saqlanadi. Tarqatishda likopcha yoki porsiyali laganchaga garnir suzib, yoniga go'sht bo'lagi, ustiga qizil sardak quyib beriladi. Garnir sifatida pishirilgan kartoshka yoki kartoshka pyuresi, pishirilgan makaron, yorma donador bo'tqalari, dimlab pishirilgan karam beriladi.

Mol go'shti 170 g yoki qo'y go'shti 166 g, sabzi 10 g, bosh piyoz 7 g, petrushka 8 g yoki selderey 9 g, eritilgan mol yog'i 7 g, tomat pyure 15 g, bug'doy uni 5 g, garnir 150 g. Sof og'irligi 325 g.

Orasiga dumba yog'i va sabzavotlar tiqilgan go'sht. Tayyorlangan go'sht yarim tayyor mahsuloti (go'sht yarim tayyor mahsulotlariga qarang) tuz, murch bilan ishqalanib, yuzaki qovuriladi, xuddi dimlab pishirilgan go'shtga o'xshash dimlab iste'molga tayyor holga keltiriladi. Go'sht dimlangan suyuqlikda sardak tayyorlanadi. Iste'molga tayyor go'sht porsiyalarga taqsimlanadi. Tarqatishda likopcha yoki porsiyali laganchaga garnir suzilib, yoniga, orasiga dumba yog'i tiqilgan go'sht bo'lagi qo'yilib, ustidan qizil sardak quyib beriladi. Garnir sifatida pishirilgan kartoshka, yorma, makaron qo'shiladi va ustiga qirilgan pishloq (porsiyasiga 10 g) sepib beriladi.

Nordon-shirin sardakdagi mol go'shti. Bu taom 2 xil usulda tayyorlanadi. *Birinchi usul.* Porsiyalarga taqsimlangan mol go'shti tuz, murch sepilib, yuzaki qobiq hosil qilib qovuriladi, temir tovaga terilib, qaynab turgan suv yoki qaynatma, jazlangan piyoz, tomat qo'shib 1 soat davomida past olovda qaynatib dimlanadi. So'ng donador murch, lavr yaprog'i, sirka, javdar unidan tayyorlangan non

urvog'i, shakar qo'shib yana 15—20 minut dimlanib, iste'molga tayyor holga keltiriladi.

Tarqatishda porsiyali tova yoki likopchaga garnir suzib, yoniga dimlab pishirilgan go'sht bo'lagi, ustidan go'sht dimlangan sardak quyilib, ko'kat bilan bezaladi. Pishirilgan makaron, donador yorma bo'tqasi, pishirilgan yoki qovurilgan kartoshka, 3—4 xil sabzavot aralashmasidan tayyorlangan garnir qo'shib beriladi.

Ikkinchi usul. Go'sht yirik bo'laklanib dimlanadi so'ng porsiyaga taqsimlanadi. Tarqatishda likopchaga garnir solinib, yoniga porsiyalangan go'sht bo'lagi qo'yiladi, ustidan qizil nordon-shirin sardak quyib, ko'kat bilan bezaladi. Garnir sifatida yuqoridagi taomlarga ishlatilgan garnir beriladi.

Mol go'shti 170 g, eritilgan mol yog'i 7 g, bosh piyoz 24 g, tomat-pyure 15 g, shakar 8 g, 9% li sirka 3 g, javdar noni urvog'i 10 g, garnir 15 g. Sof og'irlign 325 g.

Porsiyaga taqsimlab dimlab pishirilgan go'sht. Birlashtiruvchi to'qimasi o'rtacha go'shtni porsiyaga taqsimlab, biroz to'nkada to'qmoq bilan urib yumshatiladi, tuz, murch sepib, yuzaki qobiq hosil qilib qovuriladi, temir tovaga bir qator terib, ustidan qaynatma yoki suv, tomat pyuresi solib, iste'molga deyarli tayyor bo'lguncha dimlanadi. Suyuqligi suzib olinib qizil sardak tayyorlanadi. Go'sht dimlangan idishga pallacha shaklida kesilib, yuzaki qovurilgan kartoshka, jazlangan sabzavotlar (sabzi, piyoz, petrushka ildizi) donador murch, lavr yaprog'i, tayyorlangan sardak quyilib, dimlanadi va tayyor holga keltiriladi.

Tarqatishda likopchaga dimlab pishirilgan go'sht o'z sabzavotlari va sardagi bilan solinib, ko'kat bilan bezaladi. Agar porsiyalangan holda tayyorlash lozim bo'lsa, tayyorlangan go'sht, sabzavotlar, sardak, ziravorlar sopol ko'zachaga solinib, qopqog'i zich yopilib, dimlab tayyorlansa, xushxo'rliqi yuqori bo'ladi.

Agar bu taomlar miqdori ko'proq tayyorlansa, go'sht qovurilib, qaynatma yoki suvda tomat bilan dimlanadi, jazlanib tayyorlangan un, lavr yaprog'i, donador murch qo'shib iste'molga tayyor holga kelguncha dimlanadi. Kartoshka va sabzavotlar tomat qo'shib alohida dimlanib, iste'molga tayyor holga keltiriladi. Tarqatishda esa likopchaga go'sht, yoniga dimlangan kartoshka va sabzavotlardan solib ustidan o'zi dimlangan sardak quyib beriladi.

Mol go'shti 170 g yoki qo'y go'shti 175 g, eritilgan mol yog'i 12 g, kartoshka 193 g, sabzi 25 g, petrushka 13 g, bosh piyoz 30 g, tomatpyure 15 g, bug'doy uni 3 g. Sof og'irligi 325g

To'qmoqlab tayyorlangan zraza. To'qmoqlab tayyorlangan zraza yarim tayyor mahsulotiga (go'sht yarim tayyor mahsulotlariga qarang) tuz, murch sepib, yuzaki qovuriladi, chuqur temir tovaga terilib, ustidan qaynoq suv yoki qaynatma, jazlangan tomat pyuresi qo'shilib, 1 soat davomida dimlab pishiriladi. Suyuqligi

suzibolinib, jazlangan un, sabzi, piyoz, petrushka ildizi qo'shib 15—20 minut qaynatib, qizil sardak tayyorlanadi va suziladi. So'ng zraza ustidan qaynab turgan qizil sardak quyib, donador murch, lavr yaprog'i solinadi va past olovda 30—35 minut dimlanadi.

Tarqatishda porsiyali lagancha yoki likopchaga grechixa yoki guruch bo'tqasi, kartoshka pyuresi solinib, 2 bo'lakdan zraza qo'yiladi, ustidan qizil sardak quyiladi.

Xonaki jarkop. Mol go'shtining tashqi yoki yon son bo'lagidan olinadi. Go'sht porsiyasiga 2 bo'lakdan mo'ljallab vazni 20—30 grammdan qilib to'qraladi. To'qralgan go'sht yuzaki qobiq hosil qilib qovuriladi. Kartoshka va piyoz pallacha shaklida to'qralib, alohida-alohida yuzaki qovuriladi.

Tayyorlangan go'sht va sabzavotlar qozonga qavatma-qavat qilib solinadi. Unga jazlangan tomat, tuz, ziravor solib, masalliqni yuzaki ko'madigan qaynatma quyib, qopqog'i yopib dimlanadi va olov pasaytiriladi. Taom iste'molga tayyor bo'lishidan 5—10 minut avval lavr yaprog'i va donador murch qo'shiladi. Tarqatishda sopol ko'zachalarda tarqatiladi. Bu taomni tomat qo'shmay tayyorlash ham mumkin.

Mol go'shti 162 g, kartoshka 253 g, bosh piyoz 30 g, eritilgan mol yog'i 12 g, tomat pyuresi 15 g. Sof og'irligi 325 g.

Gulyash. Mol go'shti 20—30 grammdan kubik shaklida to'qralib tovada qizib turgan yog'ga 1—1,5 sm qalinlikda qilib solinadi. Tuz, murch solib qizg'ish qobiq hosil bo'lguncha aralashtirib qovuriladi. Qovurilgan mahsulotni chuqur idishga olib qaynoq qaynatma quyiladi, jazlangan tomat 1—1,5 soat dimlanadi. So'ng jazlanib tayyorlangan un, jazlangan piyoz, donador murch, lavr yaprog'i qo'shib past olovda 25—30 minut dimlanadi. Taom tayyor bo'lishidan avval gulyashga smetana yoki sarimsoq piyoz qo'shiladi. Tarqatishda likopchaga garnir solib, yoniga sardagi bilan gulyash suziladi va ustiga ko'kat sepib beriladi. Garnir sifatida guruch bo'tqasi yoki pishirilgan makaron, kartoshka, manna yormasi beriladi.

Mol go'shti 162 g yoki qo'y go'shti 150 g, eritilgan mol yog'i 7 g, bosh piyoz 24 g, tomat pyuresi, 15 g, bug'doy uni 5 g, garnir 150 g. Sof og'irligi 325 g.

Azu. Vazni 10—15 grammdan qilib to'rtburchakli shaklda to'qralgan mol go'shti yog'i yaxshi qizdirilgan tova yoki temir tovaga qalinligi 1—1,5 sm qilib solinadi. Tuz, murch sepib vaqti—vaqti bilan aralashtirib qovuriladi. Qovurilgan go'sht tovadani chuqur idishga ag'dariladi, ustidan issiq qaynatma yoki suv quyiladi, jazlangan tomat pyuresi solinadi va dimlanadi. Kartoshkapallacha yoki to'rtburchakli uzun shaklda to'qralib yuzaki qovuriladi. Bosh piyoz somoncha shaklida to'qraladi va jazlanadi. Sho'r bodring ishlovdan o'tkazilib, o'rta pallacha yoki somoncha shaklida to'g'ralib, o'z suvida biroz qaynatiladi. Tayyorlangan go'sht, sardak, kartoshka, piyoz, sho'r bodring, lavr yaprog'i, donador murch solinib, 15—20 minut dimlanib, iste'molga tayyor holga keltiriladi. Tarqatishdan avval mayda chopilgan

yoki qirg'ichdan o'tkazilgan sarimsoqpiyoz solinadi. Kartoshka bilan birga pallacha shaklida to'qralgan yangi pomidor solish ham mumkin. Tarqatishda likopchaga solinib, ko'kat bilan bezaladi. Agar taom ko'proq miqdorda tayyorlanadigan bo'lsa, kartoshka alohida qovurilib, mahsulot bilan birga dimlanmasdan, taomni tarqatilayotganda garnir sifatida tortiladi.

Mol go'shti 162 g, eritilgan mol yog'i 12 g, tomat pyuresi 15 g, piyoz 30 g, bug'doy uni 5 g, sho'r bodring 50 g, kartoshka 193 g, sarimsoqpiyoz 1,0 g. Sof og'irligi 325 g.

Qo'y ragusi. Vazni 30—40 grammdan qilib kubik shaklida suyagi bilan chopilgan go'sht tovada qizib turgan yog'da bir aylantirib tuz, murch sepib, qizg'ish qobiq hosil bo'lguncha qovuriladi. So'ng mahsulotni tovadani chuqur idishga ag'darib, ustiga qaynatma yoki suv quyiladi, jazlangan tomat qo'shib 30—40 minut dimlanadi. Sabzi, sholg'om, bosh piyoz, petrushka ildizi pallacha yoki kubik, kartoshka katta kubik yoki pallacha shaklida to'g'ralib, yuzaki jazlanadi. Iste'molga yarim tayyor go'shtga jazlangan sabzi, petrushka, sholg'om, piyoz, qovurilgan kartoshka, donador murch, lavr yaprog'i solinib, 25—30 minut davomida dimlanib iste'molga tayyor holga keltiriladi. Iste'molga tayyor bo'lgan taomga pishirilgan ko'k no'xat, qovoqcha, baqlajon, pomidor, gul karam, ko'k loviya, bulg'or qalampiri ham qo'shib tayyorlash mumkin.

Tarqatishda ragu o'z mahsuloti bilan likopchaga suzilib, ustiga ko'kat sepib beriladi. Agar taom ko'proq miqdorda tayyorlansa, qovurilgan go'shtga tomat pyuresi solib, qaynatma quyiladi va 30—40 minut dimlanadi. So'ng jazlanib tayyorlangan un, jazlangan sabzi, piyoz, lavr yaprog'i, donador murch solib iste'molga tayyor holga kelguncha dimlanadi. Unga qo'shib beriladigan garnir alohida tayyorlanadi.

Tarqatishda likopchaga garnir solinib, yoniga sardagi bilan ragu suziladi va ustiga ko'kat sepib beriladi.

Palov. Qo'y go'shtining lahm joyivazni 20—30 grammdan qilib to'g'raladi. Suyaklari gugurt qutichasidek qilib chopiladi. Qozonga yog' solib (1 kg guruchga — 300 g hisobida yog' solinadi) olovni baland qilib qizdiriladi. Yog'dan pag'a-pag'a tutun chiqa boshlagach, bir osh qoshiqda sho'r namokob quyib yog'ning hidi olinadi. biroz qizdirilgach halqacha qilib to'qralgan piyoz solib, biroz qizarguncha qovuriladi. So'ng go'sht solinib yaxshilab qovuriladi. Uning ustiga somoncha qilib to'g'ralgan sabzi solinib yumshaguncha qovuriladi. Shundan so'ng solinadigan guruch miqdoriga mo'ljallab sovuq suv solib 30—40 minut davomida past olovda qaynatib qo'yiladi. Qaynash jarayonida ta'biga ko'ra tuz, zira, zarchava (1 kg 1 g hisobida) solinadi. Saralab yuvilgan, guruch solingach, olov biroz ko'tarilib guruch suvni shimguncha kutiladi. So'ng bir aylantiriladi. Guruch suvni to'liq shimib bo'lgach yana bir aylantirib, qozon o'rtasiga to'plab 20—25 minut dimlab qo'yiladi. Taom iste'molga tayyor bo'lgach, yaxshilab aralashtiriladi.

Tarqatishda palov likopcha, kosa yoki bir necha porsiyali laganlarga tog' usulida suzilib, alohida idishda achiq-chuchuk yoki sabzavot salatlarini bilan tortiladi.

11.4. YOPIB PISHIRILADIGAN GO'SHT TAOMLARI

Yopib pishiriladigan go'sht taomlarini tayyorlashdan avval go'sht suvda pishirib olinadi, dimlab pishiriladi yoki qovurib iste'molga tayyor holga keltiriladi. So'ngra ular porsiyali yoki temir tovada garniri, sardagi bilan yoki ularsiz yopib tayyorlanadi. Yopilgan taomlar 250—300°C li qovurish shkaflarida tayyorlanadi. Ularni yopish jarayonida qizg'ish qobiq hosil bo'lib, taom ichidagi harorat 80—85°C ga yetishi kerak. Aksincha, uning tashqi ko'rinishi va mazasi buziladi. Agar taom porsiyali tovada yopib tayyorlangan bo'lsa, shu tovada xo'randaga iste'mol uchun tortiladi. Ularni tarqatishda ustiga eritilgan sariyog' sepib beriladi.

Go'shtli kartoshka zapekankasi. Pishirilgan kartoshka issiq holda eziladi, sariyog' yoki margarin qo'shib aralashtiriladi, xom tuxum qo'shish ham mumkin. Go'sht bo'laklarga bo'linib, yuzaki qovurilib, biroz qaynatma solinib dimlanadi. Sovitilib, go'sht, qiymalagichdan o'tkaziladi, jazlangan piyoz, tuz, murch qo'shib aralashtiriladi.

Kartoshka pyuresi ikki qismga ajratilib, bir qismi yog'lanib, urvoq sepilgan temir tovaga bir tekis ustidan tayyorlangan go'sht qiymasi, qiyma ustidan qolgan kartoshka pyuresi bir tekis yoyiladi. Yuzi tekislanib, ustidan urvoq sepib, yog' purkaladi va qovurish shkafiga qo'yib iste'molga tayyor holga keltiriladi. Tayyorlangan zapekanka biroz sovitilib, porsiyalarga bo'linadi.

Tarqatishda porsiyali laganchaga yoki likopchaga zapekanka qo'yilib, ustidan sariyog' yoki bir chetiga qizil yoki tomatli oq sardak quyib beriladi.

Go'shtli makaron zapekankasi. Makaron pishirilib, suyuqligi silqitilib 60°C gacha sovitilib, xom tuxum qo'shib aralashtiriladi va ikki qismga ajratiladi. Bir qismi yog'lanib urvoq sepilgan temir tovaga yoyilib, ustidan go'sht qiymasi va uning ustidan ikkinchi qism makaron massasi yoyib tekislanadi. Ustiga yog' purkalib, qovurish shkafiga qo'yib iste'molga tayyor holga keltiriladi. Tayyor zapekanka biroz sovitilib, kesib porsiyalarga bo'linadi. Taomga ishlatiladigan go'sht qiymasi xuddi go'shtli kartoshka zapekankasiga ishlatiladigan qiymaga o'xshash bo'ladi.

Tarqatishda likopcha yoki porsiyali laganchaga zapekanka solinib, ustidan sariyog' quyib beriladi.

Go'sht va guruchli karam do'lmasi. Go'sht go'sht qiymalagichdan o'tkaziladi, donador pishirilgan guruch bilan birga jazlangan piyoz, tuz, murch, mayda chopilgan ko'kat, ziravor qo'shib aralashtiriladi. Agar xom guruch solinadigan bo'lsa, do'lma 1 soat davomida dimlanishi kerak.

O'zagi olinib, tuzli suvda chala pishirilib, barg o'zaklari ezilgan karamga qiyma solinib yassiroq silindr shaklida o'raladi. Do'lma yuzaki 2 yoqlama qovurilib, qizdirilgan yog' surtilgan chuqur temir tovaga terilib, ustidan yog' purkaladi va qaynab turgan sardak quyiladi. So'ng qovurish shkafiga joylab, iste'molga tayyor holga keltiriladi. Qovurish shkafiga joylashdan oldin do'lma ustiga tomatli smetana quyiladi. Tarqatishda likopchaga 2 donadan karam do'lmasi solinib, ustidan O'zi yopilgan sardagi quyilib, ko'kat sepib beriladi.

Yangi karam 218 g, mol go'shti 164 g, guruch 13 g, bosh piyoz 33 g, yog' 10 g, sardak 125 g. Sof og'irligi 427 g.

Piyozli sardakda yopilgan mol go'shti. Go'sht yirik-yirik bo'laklanib, dimlab pishiriladi va porsiyalarga taqsimlab kesiladi. Kartoshka po'sti bilan pishirilib, tozalanib, tilim-tilim yoki parrak-parrak shaklida kesiladi yoki kartoshka pyuresi tayyorlanib, biroz sovitilib, xom tuxum qo'shib tayyorlanishi ham mumkin.

Porsiyali tovaga yog' surtib, biroz piyozli qizil sardak solinib, o'rtasiga 1—2 bo'lak go'sht, atrofiga pishirilgan kartoshka yoki kartoshka pyuresi qo'yilib, ustidan sardak quyilib, uning ustidan qirilgan pishloq yoki urvoq sepib, yog' purkalib qovurish shkafiga joylanadi va iste'molga tayyor holga keltiriladi. Tarqatishda porsiyali tovaning o'zida ko'kat bilan bezab beriladi.

Mol go'shti 164 g, kartoshka 206 g, sardak 100 g, urvoq 2 g yoki pishloq 3,3 g, oshxona margarini 5 g. Sof og'irligi 300 g.

Tovada tayyorlangan go'sht yig'ma solyankasi. Pishirib dudlangan cho'chqa go'shti, mol go'shti, buyrak tilim-tilim, sosiska parrak-parrak yoki tilim-tilim qilib kesilib, yuzaki qovuriladi. Sho'r bodring po'sti, urug'idan tozalanib tilim-tilim shaklida kesilib, o'z suvida biroz qaynatiladi. Go'sht mahsulotiga tayyorlangan sho'r bodring, kovul mevasi, biroz zaytun mevasi solinib, qizil sardak qo'shib bir qaynatiladi.

Porsiyali tova yog'lanib, ko'zda tutilgan dimlangan karamning yarmi ustidan go'shtli mahsulot, uning ustidan qolgan dimlangan karam yoyiladi va ustidan qirilgan pishloq yoki urvoq, eritilgan sariyog' purkalib, qovurish shkafiga qo'yiladi.

Tarqatishda solyankani limon parragi, marinadlangan zaytun mevasi, ko'kat bilan bezab, o'zi yopilgan tovada beriladi.

11.5. SOF QIYMALI GO'SHT TAOMLARI

Sof qiymali go'sht taomlari qovurib tayyorlanadi. Ular iste'molga tarqatishdan avval qovurilishi kerak, chunki ular qovurilib saqlansa mazasi o'zgarib, yumshoqlik

darajasini yo'qotib, iste'moldagi yutimi dag'allashadi. Sof qiymali pishirishga tayyor go'sht mahsuloti ikki yoqlama asosiy usulda qovurilib, qobiq hosil qilinib, qovurish shkafida iste'molga tayyor holga keltiriladi. Qovurish jarayoni davomida mahsulot o'z vaznini 30% gacha yo'qotadi. Tarqatishda go'sht taomi ustidan o'zi qovurilgan yog'i, go'sht sardagi yoki sariyog' quyib beriladi.

Qiymali bifshteks. Bifshteks uchun soz qiyma mahsulotidan tayyorlangan pishirishga tayyor mahsulot tovada qizib turgan yog'da ikki yoqlama qobiq hosil qilib qovuriladi, qovurish shkafiga qo'yib 5—7 minut davomida iste'molga tayyor holga keltiriladi. Ba'zi hollarda bifshteks qovurishdan avval unga belab ham olinadi.

Tarqatishda porsiyali lagan yoki likopchaga garnir suzib, yoniga bifshteks qo'yiladi, ustidan bifshteks qovurilgan yog'dan, sariyog' yoki go'sht sardagi quyilib, ko'kat bilan bezab beriladi. Garnir sifatida qovurilgan yoki pishirilgan kartoshka, pishirilgan sabzavotlar, 3—4 xil sabzavot aralashmasidan tayyorlangan garnir ishlatiladi. Xuddi sof go'shtli bifshteksqa o'xshash qiymali bifshteksqa ham sariyog'i qotirilmay qovurilgan tuxum, yog'da jazlangan piyoz qo'yib berish ham mumkin.

Mol go'shti 109 g, sut 6,76 g, yanchilgan murch 0,04 g, tuz 1,2 g, eritilgan mol yog'i 7 g, garnir 150 g. Sof og'irligi 220 g.

Sof qiymali shnitsel. Sof go'sht qiymasi mol, qo'y go'shtidan tayyorlanadi. Pishirishga tayyor mahsulot qizib turgan yog'da ikki yoqlama yuzaki qobiq hosil qilib qovuriladi, qovurish shkafiga qo'yib iste'molga tayyor holga keltiriladi.

Tarqatishda porsiyali lagancha yoki likopchaga qovurilgan yoki pishirilgan kartoshka, donador yorma bo'tqasi, 3—4 xil sabzavot aralashmasidan tayyorlangan garnir solinadi, yoniga shnitsel qo'yib, ustiga qizdirilgan yog' sepib beriladi.

Lo'la kabob. Pishirishga tayyor mahsulot (sof qiymadan tayyorlangan yarim tayyor mahsulotlarga qarang) sixlarga tortilib, tutunsiz olov damida aylanma qobiq hosil qilib, qovurilib iste'molga tayyor holga keltiriladi. Tarqatishda porsiyali laganchaga lavash qo'yilib, ustiga 2—3 donadan qovurilgan lo'la kabobi sixdan chiqarib joylanadi, biroz o'raladi va yoniga garnir sifatida ko'k yoki bosh piyoz (to'g'ralgani), pallacha shaklidagi limon, pomidor solib, ko'kat bilan bezaladi. Alohida idishda «Yujniy» sardagi yoki quruq zirk mevasi berilishi ham mumkin. Bu taomga lavash berilmay tarqatish ham mumkin.

Lavash tayyorlash uchun elangan un, tuzli suv yordamida oddiy xamir qorilib tindiriladi, bo'lakchalarga bo'lib, qalinligi 1 mm qilib yoyiladi va temir tovada yog'siz qovuriladi.

Qo'y go'shti 277 g, dumba 10 g, bosh piyoz 20 g, tuz 5 g, murch 1 g, un 45 g, suv 12 g, ko'k piyoz 50 g, ko'kat (petrushka) 11 g, zirk mevasi 3 g. Sof og'irligi 235 g.

11.6. GO'SHTLI KOTLET MAHSULOTIDAN TAYYORLANADIGAN TAOMLAR

Go'shtli kotlet mahsulotlaridan qovurib, dimlab va yopib taom tayyorlanadi. Taom g'ovak, mazali, yumshoq bo'lishi uchun pishi-rishga tayyor mahsulotlar tarqatishdan avval ikki yoqlama qobiq hosil qilib qovurilib, qovurish shkafida iste'molga tayyor holga keltirilishi lozim. Taom iste'molga tayyor bo'lganligini uning yuzida oq ko'pikchalar paydo bo'lganligidan yoki asta bosib ko'rganda rangsiz suyuqlik ajralib chiqishidan bilish mumkin. Qovurish jarayonida pishirishga tayyor mahsulot o'z vaznini 19% gacha yo'qotadi. Tarqatishda taom ustidan go'sht sardagi, eritilgan yog' yoki bir chetiga sardak quyib beriladi.

Garnirli kotlet, bitochki. Go'sht kotlet mahsulotidan tayyorlangan kotlet yoki bitochki qizib turgan yog'da ikki yoqlama qobiq hosil qilib qovurilib, qovurish shkafida iste'molga tayyor holga keltiriladi. Tarqatishda porsiyali lagancha yoki likopchaga garnir suzilib, yoniga kotlet yoki bitochki qo'yiladi va ustidan sariyog', go'sht sardagi yoki bir chetiga sardak quyib, ko'kat sepib beriladi. 3—4 xil sabzavot aralashmasidan tayyorlangan garnir ishlatiladi. Sardaklardan esa kotlet uchun — qizil asosiy, piyozli qizil, piyozli va karnishonli qizil, tomatli oq, piyozli smetana, bitochki uchun ham qaymoq, smetana sardaklari ishlatiladi.

«Qiyimli shmitsel» uchun tayyorlangan mahsulot xuddi kotletga o'xshash tayyorlanib, tarqatiladi.

Qiyimli zraza. Pishirishga tayyorlangan qiyimli zraza qizib turgan yog'da ikki yoqlama qobiq hosil qilib tovada qovurilib, qovurish shkafida iste'molga tayyor holga keltiriladi.

Tarqatishda porsiyali lagancha yoki likopchaga guruch yoki grechixa bo'tqasi, kartoshka pyuresidan iborat garnir suzib, yoniga 1—2 dona zraza qo'yiladi, ustidan sariyog' sepib, yoniga qizil yoki piyozli qizil sardak quyib, ko'kat sepib beriladi.

Tefteli. Pishirishga tayyor qiyimli tefteli yuzaki qobiq hosil qilib qovurilib, chuqur tovaga bir qator teriladi, ustidan qaynab turgan sardak quyilib, qovurish shkafida 10—12 minut davomida iste'molga tayyor holga keltiriladi. Sardaklardan qizil yoki tomatli, smetana bilan tomat aralashmasidan tayyorlanganlari ishlatiladi. Yana teftelilar ko'p yog'da yuzaki qovurilib, chuqur tovaga 1—2 qator terib, sardakda dimlab tayyorlanishi ham mumkin.

Tarqatishda porsiyali tova yoki likopchaga donador guruch, grechixa bo'tqasi yoki kartoshka pyuresi suzilib, yoniga tefteli qo'yiladi va tefteli tayyorlangan sardagidan quyib, ko'kat sepib beriladi. Mayda chopilgan sarimsoq ham sepib berish mumkin.

Guruch bilan smetanada yopilgan bitochki (qozoqcha usul). Donador guruch bo'tqasiga jazlangan tomat qo'shib aralashtiriladi. Bitochki ikki yoqlama yuzaki

qovuriladi. Yog'langan porsiyali tovaga bo'tqa solinib, o'rtasi ochiladi va tayyorlangan bitochki o'sha yerga qo'yiladi, ustidan smetana sardagi quyilib, yopiladi. Tarqatishda yopilgan tovasi bilan likopchaga qo'yib, ko'kat sepib beriladi.

Makaronli rulet. Tayyorlangan makaron ruleti qovurish shkafida 30—40 minut davomida harorati 220—230°C li darajada qobiq hosil qilib yopib, iste'molga tayyor holga keltiriladi. biroz sovitilib, porsiyasiga 1 yoki 2 bo'lakdan kesib likopcha yoki porsiyali laganchaga solib, ustidan go'sht sardagi yoki bir chetiga qizil yoki piyozli sardak quyib, ko'kat sepib beriladi. Agar rulet piyozli, tuxumli qiyma bilan tayyorlansa, tarqatishda yoniga garnir berish ham mumkin.

11.7. KALLA-POCHA MAHSULOTLARI TAOMLARI

Kalla-pochalardan tayyorlangan taomlar yuqori oziqalik ahamiyatiga va mazaga darmondorilarga, mineral mahsulotlarga, yuqori oziqali quvvatiga ega. Tarkibidagi oqsil go'sht tarkibidagi oqsilga nisbatan ko'p bo'ladi. Kalla-pocha mahsulotlaridan taom tayyorlashda sanitariya va gigiyena qoidalariga qat'iy rioya qilish lozim. Aks holda kalla-pocha mahsulotlari kasallik tug'diruvchi manba bo'lib qolishi mumkin.

Ishlovdan o'tgan kalla-pocha mahsulotlari darrov issiq ishlovga jo'natilishi lozim. Kalla-pocha mahsulotlari avval pishirilib, so'ng qovurib yoki dimlab iste'molga tayyor holga yetkaziladi. Ba'zi kalla-pocha mahsulotlaridan to'g'ridan-to'g'ri qovurib taom tayyorlanadi.

Pishirilgan til. Ishlovdan o'tgan til issiq suvga solib, qaynash darajasiga ko'tarilib, sabzi, ko'kat ildizi, to'g'ralgan piyoz solib 2—3 soat past olovda qaynatiladi. Iste'molga tayyor bo'lishdan avval tuz solinadi. Agar tuzlangan til bo'lsa, suvda bo'ktirilib, sho'ri ketkaziladi. Pishgan til suzilib, sovuq suvga botirilib, terisi shilib tashlanadi. Porsiyalarga taqsimlab kesiladi, ozroq qaynatma solib qaynatiladi. Tarqatish vaqtigacha qaynatmada saqlanadi.

Tarqatishda porsiyali lagancha yoki likopchaga ko'k no'xat yoki kartoshka pyuresidan tayyorlangan garnir solib, yoniga til qo'yiladi va ustidan piyozli, bodringli qizil yoki xrenli smetana sardagi quyib beriladi.

Mol tili 126 g, yoki qo'y tili 143 g, yoki buzoq tili 127 g, sabzi 4 g, bosh piyoz 4 g, petrushka (ildizi) 3 g, garnir 150 g, sardak 7 g. Sof og'irligi 300 g.

Ruscha tayyorlangan buyrak. Ishlovdan o'tkazilgan buyrak bo'ktirilib, yuvilib, sovuq suvga solib qaynatiladi, suyuqligi to'kilib, yana yuviladi. Yana sovuq suv quyib 1—1,5 soat past olovda qaynatiladi. Pishgan buyrak yuvilib, ustiga ho'l sochiq yopib qo'yib saqlanadi.

Qo'y yoki buzoq buyraklari xom holda, mol buyragi esa avval qaynatilib, tilim-tilim shaklida to'qraladi. Sho'r bodring urug', po'chog'idan tozalanib, romb yoki tilim-tilim shaklida to'g'ralib, o'z suvida biroz qaynatiladi. Kartoshka pallacha yoki katta kubik shaklida to'g'ralib, yuzaki qovuriladi. Jazlangan tomat, sabzi, piyoz biroz suv yoki qaynatmada, sho'r bodring bilan 15—20 minut dimlanadi. Jazlanib tayyorlangan un, tayyorlangan buyrak, kartoshka bilan tuz, ziravor, donador murch, lavr yaprog'i qo'shilib yana 20—25 minut dimlanadi.

Ruscha tayyorlangan buyrakni yana quyidagi usulda tayyorlash ham mumkin. Buning uchun chuqur tovaga qovurilgan buyrak, kartoshka, jazlangan piyoz, sabzi, tomat, o'z suvida qaynatilgan sho'r bodring solinib ustidan qaynab turgan qizil sardak quyib dimlanib, iste'molga tayyor bo'lishidan avval tuz, ziravor, lavr yaprog'i, donador murch solinadi.

Tarqatishda tayyorlangan mahsulotlar aralashtirilib, likopcha yoki porsiyali tovaga suzilib, mayda chopilgan sarimsoq va ko'kat sepib, agar taom ko'proq miqdorda tayyorlanadigan bo'lsa, kartoshkani alohida dimlab, so'ng garnir sifatida yoniga qo'yib beriladi.

Qovurilgan buyrak sardak bilan. Qo'y, buzoq buyraklari xom holda, mol buyragi avval pishirilgan holda parrak-parrak qilib to'qraladi, tuz va murch sepilib biroz ushlanadi va tovada qizib turgan yog'ga solib 5—6 minut qovurib, qizil, piyozli qizil, tomatli yoki smetana sardagi quyiladi va qaynash darajasiga ko'tariladi.

Tarqatishda porsiyali tova yoki likopchaga qovurilgan kartoshka, donador yorma bo'tqasi suzilib, yoniga sardagi bilan buyrak solinadi va ko'kat sepib beriladi.

Pishirilgan miya. Ishlovdan o'tgan miya idishga bir qator zich qilib teriladi, yuzasi bekitarli darajada sovuq suv quyib sabzi, ko'kat ildizi, donador murch, lavr yaprog'i, tuz, biroz sirka qo'shib, past olovda 20—30 minut qaynatiladi. Sirka qo'shilganda nordonroq suvda miya tarkibidagi oqsil zichlashib, rangi yaxshilanib, mazasi xushxo'r bo'ladi. Tarqatilgunga qadar o'z suyuqligida saqlanadi. Pishirilgan miya porsiyalarga taqsimlanadi.

Tarqatishda porsiyali laganga yoki likopchaga pishirilgan guruch, kartoshka pyuresi yoki ko'k no'xat solinib, yoniga pishirilgan miya qo'yiladi, ustiga pishirilib, tilim-tilim shaklida kesilgan oq qo'ziqorin yoki shampinon qo'yib, oq yoki bug' sardagidan quyib, ko'kat sepib beriladi. Taomni qo'ziqorinsiz ham tayyorlash mumkin.

Qovurilgan miya. g'aynatib pishirilgan miya sovutilib, yupqa kesiladi, tuz, murch sepib, unga belanadi, qizdirilgan yog'da ikki yoqlama qobiq hosil qilib qovuriladi.

Tarqatishda porsiyalangan laganchaga qovurilgan kartoshka, kartoshka pyuresi yoki dimlab pishirilgan sabzavot, shuningdek, 3—4 xil sabzavot aralashmasida

iborat garnir solinib, yoniga miya, ustiga limon sharbati qo'shib eritilgan sariyog' quyib, limon parragi qo'yiladi va ko'kat sepib beriladi.

Ko'p yog'da qovurilgan miya. Qaynatib pishirilgan miya yarim yoki butun holda tuz sepib, unga belab, lezonga botirib, urvoqqa belanadi. Qozondagi yog'da qobiq hosil bo'lguncha qovurib, tovaga qo'yib, qovurish shkafida iste'molga tayyor holga keltiriladi. Tarqatishda porsiyali tovaga qovurilgan kartoshka, kartoshka pyuresi, ko'k no'xat yoki 3—4 xil sabzavot aralashmasidan iborat garnir solinib, yoniga ko'p yog'da qovurilgan miya qo'yiladi, ustiga sariyog' yoki bir chetiga tomatli oq sardak quyib, ko'kat sepib beriladi.

Qovurilgan jigar. Ishlovdan o'tkazilib, porsiyalarga bo'lingan jigar tuz, murch sepilgan zahoti unga belanib, qizib turgan yog'da ikki yoqlama qobiq hosil qilib qovuriladi va qovurish shkafiga qo'yib iste'molga tayyor holga keltiriladi. Jigarni uzoq vaqt qovurmaslik kerak, chunki u qotib ketib sifati o'zgaradi. Ba'zi hollarda jigarni unga belashdan avval qaynab turgan suvga botirib olish ham mumkin.

Tarqatishda porsiyali lagancha yoki likopchaga qovurilgan yoki pishirilgan, shuningdek, pyure holdagi kartoshka solinib, yoniga jigar bo'lagi qo'yiladi, ustidan yog' quyib, ko'kat sepib beriladi. Jigar ustiga yana qovurilgan piyoz qo'yib berish ham mumkin.

Sardakda dimlangan jigar. Jigar porsiyaga taqsimlanib, tuz, murch sepib, unga belanadi va ikki yoqlama qovurilib ustidan piyozli smetana yoki smetana sardagi quyilib, 15—20 minut dimlanadi.

Tarqatishda likopchaga garnir sifatida qovurilgan, pishirilgan yoki pyure holdagi kartoshka yoki donador yorma bo'tqasi suzilib, yoniga jigar qo'yiladi va ustiga o'z sardagidan quyiladi. Ustiga ko'kat sepib beriladi.

Mol jigari 127 g, yoki qo'y, buzoq, jigari 119 g, bug'doy uni 5 g, eritilgan mol yog'i 7 g, sardak 75 g, garnir 150 g. Sof og'irligi 300 g.

Strogancha jigar. Ishlovdan o'tgan jigar uzunligi 3—4 sm, og'irligi 5—7 gramm hisobida to'rtburchakli uzun shaklda to'g'raladi va qizib turgan tovadagi yog'ga 1—1,5 sm qalinlikda qilib solinadi, tuz, murch sepib baland olovda 3—4 minut yuzaki qobiq hosil qilib qovuriladi va jazlangan tomat, piyozli smetana sardagi quyilib, «Yujniy» sardagi qo'shilgan holda qaynash darajasiga yetkaziladi. Taomni «Yujniy» sardagisiz ham tayyorlash mumkin.

Tarqatishda likopchaga garnir qo'yib, yoniga strogancha jigar o'z sardagi bilan solinib, ko'kat sepib beriladi. Ko'p hollarda bu taom garniri alohida beriladi. Garnir sifatida qovurilgan, pishirilgan yoki pyure holdagi kartoshka yoki pishirilgan makaron mahsuloti ishlatiladi.

Sardakda tayyorlangan qorin. Ishlovdan o'tgan qoringa tuz, murch sepilib, silindr shaklida o'ralib, rulet holiga keltiriladi va arqon ip bilan bo'g'in-bo'g'in

ko'rinishda bog'lanadi. idishga solib sovuq suv qaynash darajasiga yetkaziladi va tuz solib 3—4 soat past olovda qaynatiladi. Iste'molga tayyor bo'lishidan 30 minut avval sabzavotlar, lavr yaprog'i, donador murch solinadi. Qorin go'shti yumshagandan so'ng suyuqlikdan suziladi, biroz sovitilib, ipi ajratiladi, ugrako'rinishida to'g'ralib, qizil, piyozli yoki tomatli sardakka aralastirib, 15—20 minut dimlanadi. Tarqatishda porsiyali tova yoki likopchaga pishirilgan kartoshka yoki guruch solinib, yoniga sardakda tayyorlangan qorindan suzib, ustiga ko'kat sepib beriladi.

Sardakda tayyorlangan yurak yoki o'pka (gulyash). Ishlovdan o'tgan yurak yoki o'pka pishirilib, 20—30 grammligi kubik shaklida to'g'raladi va yuzaki qovuriladi. Chuqur tovaga solinib, jazlangan piyoz, qizil sardak qo'shib, 15—20 minut dimlanadi va iste'molga tayyor bo'lgandan so'ng mayda chopilgan sarimsoqpiyoz solinadi.

Tarqatishda likopchaga qovurilgan yoki qaynatib pishirilgan kartoshka, kartoshka pyuresi, pishirilgan makaron, donador yorma bo'tqasi solinib, yoniga yurak yoki o'pka gulyashi sardagi bilan suziladi va ustiga ko'kat sepib beriladi.

11.8. GO'SHT TAOMLARI SIFATIGA QO'YILADIGAN TALABLAR VA SAQLASH MUDDATLARI

Pishirilgan go'sht taomlari to'qimasi ko'ndalang, yupqa kesilgan, yuzi shamolda qurimagan. Go'sht kesimining rangi och yoki to'q kulrangda bo'lib, yumshoq pishgan, tuzi me'yorda, go'sht turiga xos xushxo'rlikda bo'lishi lozim.

Sosiska va sardelkalar pishirilib butun holda iste'molga tortiladi. Sosiskalarning sun'iy ichagi bo'lmasligi, rangi oq qizg'ishdan qizg'ish ranggacha, yumshoq, hidi va mazasi mahsulotga xos xushxo'rlikda bo'lishi darkor.

Sof holda qovurilgan go'sht taomlariga ishlatilgan yirik bo'lakli mol yoki qo'y go'shtlari ozroq, o'rtacha va yaxshi, buzoq go'shtlariga to'la-to'kis qovurilgan bo'lishi kerak. Go'sht bo'lagi to'qimalari ko'ndalangiga yupqa kesilgan bo'lib, chekkalari qovurilgan qobiqqa ega bo'lishi kerak. Ozroq qovurilgan go'sht kesimi qizildan pushti ranggacha, o'rtacha qovurilganlari pushtidan kulranggacha, yaxshi qovurilganlari esa kulrangdan qo'ng'ir ranggacha bo'lib, ozroq va o'rtacha qovurilgan go'sht bo'laklari yumshoq, selli, tuzi me'yorida, mazasi qovurilgan go'sht ta'mida bo'ladi.

Mayda bo'laklab qovurilgan go'sht taomlarida go'sht o'z shaklida, yumshoq qovurilgan, dag'al, pay va pardalardan xoli bo'lib, mazasi va hidi qovurilgan go'sht taomiga monand bo'lishi kerak.

Urvoqqa belanib qovurilgan go'sht taomlari yuza oval shaklga ega bo'lib, yuzidagi qobig'i och sariqdan to och qo'ng'ir ranggacha, urvoqlari bir xil qalinlikda bo'lishi

kerak. Yumshoq qovurilgan, tuzi me'yorda, qovurilgan qobig'i kursillaydigan holatda bo'lishi lozim.

Dimlab pishirilgan go'sht rangi to'q qizil bo'lib, o'zi yumshoq, sabzavot, ziravorning xushxo'r ta'miga ega bo'ladi. Yirik bo'lakli dimlab pishirilgan go'sht to'qimasiga ko'ndalang holda yupqa kesiladi. Porsiyalangan va mayda kesilib dimlab pishirilgan go'shtlar o'z shaklida, yumshoq, rangi och qizg'ish rangdan qo'ng'ir ranggacha ko'rinishda bo'ladi.

Sardakda yopilgan go'sht taomlari qizg'ish qobiqqa ega, go'shti yumshoq bo'lib, sardagi qurib qolishiga yo'l qo'ymaslik rangi och qo'ng'ir rangda bo'lishi lozim.

Sof qiymali go'sht taomlari yuzida qizg'ish qobiq bo'lib, yonlari yorilmagan, me'yorida tuzlangan, ziravorlar qo'shilgan, kesimning ichki rangi och yoki to'q kul rangda, bir xil yumshoqlikda, suvliroq, pay choklari va birlashtiruvchi to'qimalarining dag'alligi sezilmaydigan darajada bo'lishi kerak.

Kotlet massasidan tayyorlanadigan taomlar o'z shaklida, yupqa urvoqqa belangan, yuzasi yorilmagan, bo'laklarga bo'linmagan, qizg'ish qobiq bilan qoplangan, tuzi me'yorida, achigan non mazasidan xoli, sof go'sht ta'miga ega bo'lishi kerak.

Pishirilgan go'sht taomlari oz miqdordagi 50—60°C haroratli qaynatmada 3 soatgacha qopqog'i yopiq holda saqlanishi mumkin. Uzoqroq muddat saqlash uchun go'sht muzlatiladi va sovitkichga qo'yib 48 soat davomida saqlanadi.

Yirik bo'lakli qovurilgan go'sht taomlari issiq holda 3 soatgacha, sovitilgan holda muzxonalarda 48 soatgacha saqlanadi. Porsiyalangan va mayda kesilgan sof go'sht mahsulotlariga tarqatishdan avval issiq ishlov berish lozim. Urvoqqa belab, porsiyalarga taqsimlangan go'sht taomlari iste'molga tarqatilguncha 30 minut davomida saqlanishi mumkin. Sof qiyma yoki go'sht kotlet massasi taomlarini tarqatishdan oldin qovurish ma'qul. Ular tarqatilguncha 30 minut davomida saqlanishi mumkin. Dimlab pishirilgan yoki yopilgan taomlar esa 2 soat saqlanadi.

Amaliy mashg'ulot

Go'sht va go'sht mahsuloti taomlarining tayyorlanish texnologiyasi

Asosiy maqsad. Go'sht va go'sht mahsuloti taomlari texnologiyasi bilan tanishish va bu borada malaka o'rnatish.

Uslubiy ko'rsatma. Ma'lumotlar mazkur kitobning «Go'sht va go'sht mahsuloti taomlari» bobida bayon etilgan. Ularni o'qib, bilib olish maqsadga muvofiqdir. Tayyorlanishga tavsiya

etilgan «Go'sht va go'sht mahsuloti taomlari»dan mazkur o'quv yurtining «Fan sikli hay'ati» tavsiya etgan taomlarga sarflanadigan oziq-ovqat mahsulotlari miqdorini «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий»(Ekonomika, 1983-y.) kitobining go'sht va go'sht mahsuloti taomlariga tegishli ba'zi birlarini hisoblab, aniqlab olinadi. Bunda hamma texnologik jarayonlar korxonaning ishlab chiqarish sexlarida yoki laboratoriyasida amalga oshiriladi. Ularni tayyorlashda tavsiya etilgan texnologik kartalar, plakat, diafilm va slaydalardan foydalaniladi.

Mashg'ulot o'tkazish tartibi. Buning uchun har xil inventar, pichoq, taxtakach, tovalar, ninalar va protivenlar, durshlag, turli hajmdagi kastyulkalar va shunga o'xshash asbob-anjomlar kerak bo'ladi. Mexanik sovitgich va issiqlik jihozlaridan foydalaniladi.

Topshiriq. O'quvchilar tayyorlangan taomlar ko'rinishi, mazasi, sifatini yorlanish texnologiyasi bilan tanishadilar. Lozim bo'lgan ma'lumotlarni daftariga yozib oladilar. O'qituvchi o'tkazilgan mashg'ulotga yakun yasaydi.

Tekshirish uchun savol va topshiriqlar

1. Issiq ishlov ta'sirida go'sht tarkibida qanday o'zgarishlar ro'y beradi?
2. Issiq quyuq taomlar uchun go'shtlar qanday pishiriladi?
3. Pishirilgan qo'y, mol go'shtlariga qanday garnir qo'shib, beriladi?
4. Yirik bo'lakli go'sht qanday qovuriladi?
5. Bifshteks qanday tayyorlanib tarqatiladi?
6. Sof holda qovurilgan go'sht taomiga nima qo'shi beriladi?
7. Befstroganov tayyorlash uslubini chizmada chizib ko'rsating.
8. Sof holda qovurilgan go'sht taomidan urvoqqa belab qovurilgan go'sht taomini tayyorlashdagi farq nimada?
9. Sof holda qovurilgan va urvoqqa belab qovurilgan go'shtlarning qovurilganda vazni necha foiz kamayadi?
10. Go'shtni dimlab pishirish uslubini chizmada chizib ko'rsating.
11. Porsiyalangan go'sht qanday dimlab pishiriladi va to'qmoqlab tayyorlangan zraza, porsiyalanib duxovkada pishirilgan mol go'shti qanday tarqatiladi?
12. Gulyash tayyorlash uslubini chizmada chizib ko'rsating.
13. Lo'la kabob va kaboblar qanday tayyorlab tarqatiladi?
14. Sof qiyma yarim tayyor mahsulotlari qanday qovuriladi?
15. Sof qiymali va kotlet massasi taomlarini tayyorlashda ularning vazni necha foiz kamayadi?
16. Pishirilgan til, miya va ruscha tayyorlangan buyrak taomlari qanday tayyorlab tarqatiladi?
17. Piyozli qizil sardakka yopilgan mol go'shti taomi qanday tayyorlanadi?

XII b o b

PARRANDA VA ILVASIN GO'SHTILARIDAN TAYYORLANADIGAN TAOMLAR

Parranda va ilvasin go'shtidan tayyorlangan taomlar tarkibida to'liq oqsil, tez eruvchi yog', ekstraktiv moddalar ko'p, xushxo'rlik darajasi yuqori bo'lib, tez hazm bo'lish xususiyatiga ega. Parranda filesi tarkibi nozik to'qimalardan tashkil topganligi va azot birikmali moddalari ko'p bo'lganligi sababli ulardan tayyorlangan taom qimmatli hisoblanadi. Ilvasin go'shtlari taxirroq mazaga ega bo'lib, ularda ishtaha ochar moddalar ko'p bo'ladi.

Ikkinchi issiq taom uchun parranda va ilvasin go'shti pishirilib, qovurilib, dimlab pishirilib, yopib taom tayyorlanadi. Parranda birlashtiruvchi to'qimasi tez yumshash xususiyatiga ega. Issiq ishlov usulini belgilashda parranda turi, yog'liqlik darajasi, yoshi va boshqa belgilariga ahamiyat berish kerak. Tovuq, kurkalar qaynatib pishirish, qovurish yoki dimlab pishirish uchun, o'rdak va g'ozlar qovurish va dimlab pishirish uchun ishlatiladi. Qari parrandalar qaynatib yoki dimlab pishiriladi, chunki ularning go'shti qattiq bo'lganligi sababli, qovurish jarayonida yaxshi yumshamaydi.

12.1. QAYNATIB PISHIRILGAN PARRANDA GO'SHTI

Tovuq, jo'ja, kurkalarni, ba'zi hollarda g'oz-o'rdaklarni pishirib, ikkinchi issiq taom tayyorlanadi. Pishirilgan ilvasinlar sovuq taom sifatida, tovuq, jo'ja, kurka pishirilgan suyuqlik sardak uchun ishlatiladi. Parrandaning katta-kichikligi, yoshiga qarab pishirish muddati 20 minutdan 1,5 soatgacha davom etadi. Pishirish jarayonida parranda vazni 25% gacha kamayadi.

Qaynatib pishirilgan tovuq, jo'ja, kurka go'shti. Bog'langan parranda go'shti qaynab turgan suvga (1 kg mahsulotga 2—2,5 l suv) solinib, olov balandlatiladi va qaynatiladi. Qaynaguncha va qaynash davomida ko'piklari suzib olinib, tuz, piyoz, ko'kat ildizlari, sabzi, ziravor qo'shib past darajada (85—90°C) qaynatib iste'molga tayyor holga keltiriladi. Go'shtning pishganligini aniqlash uchun parrandaning go'shtdor qismiga pazandachilik ignasi sanchiladi. Igna oson sanchilib, go'shtdan rangsiz suyuqlik ajralib chiqsa bu go'shtning iste'molga tayyor bo'lganlik belgisidir.

Pishgan parranda suyuqlikdan suzib olinib, sovitilib, uzunasiga ikkiga bo'linib file va son qismlaridan bir bo'lakdan chopilib, porsiyasiga 2 bo'lakdan qilib tayyorlanadi. So'ng bo'laklar chuqur idishga solinib, ustidan qaynatma quyiladi va qaynatiladi. Tarqatilgunga qadar qopqoq bilan yopgan holda marmitda saqlanadi. Tarqatishda porsiyali lagancha yoki likopchaga donador guruch bo'tqasi, pishirilgan yoki pyure holdagi kartoshka solinib, yoniga pishirilgan parranda go'shti qo'yiladi. Ustidan oq yoki tuxumli oq sardak quyib, ko'kat sepib beriladi.

Tovuq 208 g, yoki jo'ja 184 g, yoki broyler jo'jasi 175 g, yoki kurka 186 g, bosh piyoz 4 g, petrushka (ildizi) 4 g, garnir 150 g, sardak 75 g. Sof og'irligi 325 g.

12.2. QOVURILGAN PARRANDA VA ILVASIN GO'SHTI

Parranda va ilvasinlarning go'shti butun yoki porsiyalarga bo'lingan holda ozroq yog' bilan tovada, ko'p yog' solib qozonda yoki qovurish shkaflarida qovuriladi. Qovurish natijasida chuqur tovada hosil bo'lgan suyuqlikdan go'sht seli tayyorlanib, u parrandalarni iste'molga tarqatishda ustidan quyib beriladi. Parrandalar qovurilganda ular turiga va yog'liqlik darajasiga qarab vaznining 25—40 foizini yo'qotadi. Yog'liq o'rdak va g'oz qovurilganda uning 15 foizgacha yog'i erib chiqadi.

Qovurilgan tovuq, jo'ja go'shti. Ishlovdan o'tib bog'langan butun parranda ichi va ustidan tuz bilan ishqalanib, qizib turgan yog'ga yelkasi bilan qo'yilib, so'ng aylanma holda qizg'ish qobiq hosil bo'lguncha yon, to'sh, yelka hollariga ag'darib qovuriladi. So'ng qovurilgan parranda qovurish shkafiga qo'yilib 200°C darajada iste'molga tayyor holga keltiriladi. Parranda qovurish shkafida qovurilayotganda vaqti-vaqti bilan aylantirib turiladi. Aylantirilayotganda o'zidan ajralib chiqqan sel va yog'idan sepib turiladi. Agar yog'siz tovuq va jo'jalar qovuriladigan bo'lsa, ularning yuzida sezilarli qobiq hosil bo'lishi uchun smetana surtib chiqiladi. Parranda go'shtining pishganligini aniqlash uchun parranda sonining qalin qismiga pazandachilik ignasi sanchib ko'riladi. Agar rangsiz suyuqlik ajralib chiqsa, bu go'shtning pishganligidan dalolat beradi. Qovurilgan parranda uzunasiga ikki bo'lib porsiyasiga ikki donadan (to'sh qismi va son qismi) qilib chopiladi va chuqur idishga terilib, ustidan go'sht seli quyiladi va 5—7 minut isitilib, iste'molga tarqatishga tayyorlanadi. To'sh qismidan bo'lak ajratishda to'g'ri chopib, son qismidan esa burchak ostida chopib bo'laklarni ajratish lozim. Mayda jo'jalarni ikkiga bo'lib yoki butun tarqatish ba'zi hollarda ikkiga bo'lib, file va son go'shtlarini mo'ljallab 3—5 bo'lakka chopib porsiyalash ham mumkin.

Tarqatishda porsiyali lagancha yoki likopchaga qovurilgan kartoshka solib, yoniga qovurilgan parranda qo'yiladi, ustidan go'sht sardagi yoki sariyog' quyib, ko'kat

sepib beriladi. Qo'shimcha garnir sifatida alohida vazada, salat idishida yoki likobchada ko'k salat, yangi rediska yoki yangi karam salati, marinovka qilingan mevalar berilishi mumkin.

Tovuq 218 g, yoki jo'ja 213 g, yoki broyler jo'jasi 190 g, smetana 3 g, oshxona margarini 5 g, sariyog' 7 g, garnir 150 g. Sof og'irligi 257 g.

Qovurilgan g'oz, o'rdak, kurka go'shti. Ishlovdan o'tib bog'langan butun parranda go'shti ichi, usti tuz bilan ishqalanib, chuqur tovada qizib turgan yog'ga yelkasi bilan qo'yiladi va qovurish shkafiga joylab har 10—15 minutda aylantirib, o'z yog'i va selidan sepib turiladi. Kurkani qovurish shkafiga joylashdan oldin eritilgan yog' surtiladi, o'rdak va g'ozlar esa qaynoq sut bilan ho'llanadi. Parranda yuzi qizarib, qobiq hosil bo'lgach, uni aylantirib, qovurish shkafidagi haroratni biroz kamaytiriladi va iste'molga tayyor bo'lgunga qadar qovuriladi. Agar parranda qari bo'lsa, qovurishdan avval yarim tayyor holgacha pishirib olinadi.

Qovurilgan parranda porsiyalarga bo'linib, idishga solib sovitgichda saqlanadi. Iste'molga tarqatishdan oldin chuqur tovaga terilib, ustidan biroz go'sht sardagi quyilib, qovurish shkafida 160—180°C li haroratda 5—7 minut qizdirib olinadi.

Tarqatishda porsiyali laganga yoki likopchaga qovurilgan kartoshka yoniga g'oz, o'rdak yoki kurkaning qovurilgan bo'lari qo'yilib, ustidan go'sht sardagi quyiladi va ko'kat sepib beriladi. O'rdak yoki g'ozga garnir sifatida dimlangan karam yoki yopilgan olma qo'shib berish tavsiya etiladi.

Qovurilgan ilvasin go'shti. Ishlovdan o'tkazilib bog'langan butun holdagi ilvasinlar (kaklik, qirg'ovul, qur, qarqur, yovvoyi o'rdak) go'shtining usti va ichi tuz bilan ishqalanib plita ustida yoki duxovkada ustidan smetana surtib, vaqt-vaqti bilan aylantirib o'z selidan sepib, qovurib iste'molga tayyor holga keltiriladi. Tayyor ilvasinlar katta-kichikligiga qarab: chil va kaklik ikkiga, qur beshga, qirg'ovul to'rtga, qarqur sakkizga bo'linib porsiyalarga taqsimlanadi.

Mayda ilvasinlar (o'rmon loyxo'ragi, loyxo'rak, bedana, o'rmon kartovug'i) ishlovdan o'tgandan so'ng qovurishdan avval yupqa kesilgan cho'chqa yog'iga o'ralib, ip bilan bog'lab tayyorlanadi, chuqur temir tovalarda qovuriladi. Agar yuza tovada qovurilsa, yog' harorati oshib ketib masalliqni kuydirib yuboradi. Qizib turgan yog'da aylanma qobiq hosil qilib qovurilgan ilvasin go'shti usti qopqoq bilan yopilib, iste'molga tayyor holga keltiriladi.

Tarqatishda porsiyali lagancha yoki likopchaga qovurilgan kartoshka (ko'p yog'da yoki asosiy usulda), yoniga butun yoki porsiyalab qovurilgan ilvasin go'shti qo'yilib, ustidan sariyog' yoki go'sht sardagi quyiladi va ko'kat sepib beriladi. Qo'shimcha garnir sifatida qizil yoki oq o'zakli karam salati yoki marinadlangan meva beriladi.

Smetana sardagidan tayyorlangan qovurilgan ilvasin go'shti. Ilvasin go'shti qovurilib, porsiyalarga bo'linadi, o'zi qovurilgan idishiga terilib, ustidan smetana

sardagi quyilib, qopqog'i yopiladi va 5—7 minut isitib, iste'molga tayyor holga keltiriladi. Tarqatishda porsiyali laganchaga ilvasin go'shti qo'yilib, ustidan smetana sardagi quyiladi. Qovurilgan kartoshkali garnir alohida likopchada ustiga ko'kat sepib beriladi.

Jo'ja tabakasi. Ishlovdan o'tgan jo'ja to'sh qismi bo'ylab uzunasiga yorilib, yoyib kengaytiriladi va yassi holga keltiriladi. Ilik suyaklari bir, ikki yeridan sindiriladi. Agar jo'ja yirik bo'lsa, uzunasiga ikkiga bo'linadi. Tayyorlangan jo'ja aylanma tuz, sarimsoqpiyoz, smetana bilan ishqalanib, qisqichli tovada qizib turgan yog'ga solinib, ustidan qisqich qopqog'i yopilgan holda ikki yoqlama qizg'ish qobiq hosil qilib qovuriladi.

Tarqatishda porsiyali lagancha yoki likopchaga pishgan jo'ja go'shti qo'yilib, atrofiga pomidor, ko'k piyoz, bosh piyoz, limon parragidan iborat garnir solinadi hamda ko'kat sepib beriladi. Alohida sardak idishida tkemal sardagi, sarimsoqpiyoz, ukropni maydalab chopib, tomat sharbatida aralashtirilgan sardagi beriladi.

Jo'ja 414 g, sariyog' 18 g, smetana 5 g, tkemal sardagi 50 g yoki sarimsoqpiyoz 26 g, tomat sharbati 30 g. Sof og'irligi 250/50 g.

Tovuq yoki ilvasin lahm go'shtidan tayyorlangan kotlet. Parranda lahm go'shtidan suyagi bilan tayyorlangan sof kotlet tovada qizib turgan yog'da ikki yoqlama qobiq hosil qilib qovurilib, iste'molga tayyor holga keltiriladi.

Tarqatishda porsiyali lagancha yoki likopchaga 3—4 xil sabzavot aralashmasidan tayyorlangan garnir solinib, yoniga bug'doy unidan yoki qatlama xamirdan tayyorlangan lochira non qo'yilib, ustiga parranda kotleti, sariyog' quyib beriladi. Garnirlarni alohida idishlarda berish ham mumkin.

Urvoqqa belanib qovurilgan parranda yoki ilvasin go'shti kotleti. Tayyorlangan kotlet (parranda yarim tayyor mahsulotlariga qarang) tovada qizib turgan yog'da ikki yoqlama sarg'ish qobiq hosil qilib qovuriladi va qovurish shkafiga qo'yib iste'molga tayyor holga keltiriladi.

Tarqatishda porsiyali lagancha yoki likopchaga 3—4 xil sabzavot aralashmasidan iborat garnir solinib, yoniga lochira non va ustidan sariyog' qo'yib beriladi. Garnirni alohida idishda berish ham mumkin.

Kiyevcha kotlet. Tayyorlanib sovitkichda saqlangan yarim tayyor mahsulot qozonda qizib turgan ko'p yog'da 5—7 minut davomida sarg'ish qobiq hosil bo'lguncha qovuriladi, so'ng 3—5 minut davomida qovurish shkafida ushlanib, iste'molga tayyor holga keltiriladi.

Tarqatishda porsiyali lagancha yoki likopchaga 3—4 xil sabzavot aralashmasidan tayyorlangan garnir, somoncha qilib to'qrab, yog'da qovurilgan kartoshka, ko'k no'xat, gulkaram, loviya solinib, yoniga lochira non, ustiga iste'molga tayyor kotlet qo'yiladi va eritilgan sariyog' sepib beriladi. Garnirni alohida idishda bersa ham bo'ladi.

Tovuq 231 g, sariyog' 30 g, tuxum 1/4 dona, bug'doy noni 28 g, pazandachilik yog'i 15 g, garnir 50 g, sariyog' 10 g. Sof og'irligi 288 g.

Parranda, ilvasin go'shtidan tayyorlangan shnitsel. Tayyor parranda shnitseli iste'molga tarqatishdan avval qovuriladi. Buning uchun qizib turgan yog'ga shnitsel solinib, ikki yoqlama sarg'ish qobiq hosil qilib qovurilib, qovurish shkafida 3—5 minut ushlanib, iste'molga keltiriladi. Tarqatishda porsiyali likopchaga 3—4 xil sabzavot aralashmasidan garnir solinib, yoniga lochira non, ustiga shnitsel, konservalangan meva va sariyog'dan gul yasab qo'yib beriladi.

Tovuq 272 g yoki broyler jo'ja 316 g, bug'doy noni 37 g, tuxum 1/2 dona, sariyog' 20 g, garnir 150 g, sariyog' 10 g. Sof og'irligi 290 g.

Parranda va ilvasin go'shtidan tayyorlangan qiymali kotlet. Tayyor kotlet massasidan porsiyalarga taqsimlanib kotlet tayyorlanadi, urvoqqa belanadi, chuqur tovada qizib turgan yog'ga solib ikki tomonlama qobiq hosil qilib qovuriladi va qovurish shkafiga joylab, iste'molga tayyor holga keltiriladi.

Tarqatishda porsiyali lagancha yoki likopchaga garnir yoniga 2—3 dona kotlet qo'yib, ustidan sariyog' quyib, ko'kat sepib beriladi. Qovurilgan, pishirilgan yoki pyure holidagi kartoshka, guruch yoki grechixa bo'tqasi, ko'k no'xat, 3—4 xil sabzavot aralashmasidan iborat garnir ishlatiladi.

12.3. PARRANDA GO'SHTI DIMLAB PISHIRILADIGAN TAOMLAR

Parranda va ilvasinlar porsiyalangan, mayda chopilgan, ba'zida butun holda dimlab pishiriladi. Ular avval butun yoki porsiyaga bo'linib qovurilib, so'ng biroz suv yoki qaynatma quyilib, ko'kat ildizi, ziravor, ba'zi hollarda tomat, qo'ziqorin qo'shib dimlanadi.

Sardakda dimlangan parranda. Qovurilgan parranda porsiyalarga bo'laklanadi. So'ng chuqur temir tovaga terilib, ustidan qizil yoki piyozli sardak solinib 15—20 minut dimlanadi.

Tarqatishda likopchaga garnir sifatida guruch bo'tqasi yoki qovurilgan kartoshka solib yoniga parranda go'shti qo'yiladi va o'z sardagidan quyib, ko'kat sepib beriladi.

Xonaki usulda dimlab pishirilgan o'rdak yoki g'oz go'shti. Ishlovdan o'tgan parranda go'shti porsiyasiga 2—3 dona hisobida chopilib, qizib turgan yog'ga solib, bir aylantirib tuz sepiladi va biroz qobiq hosil bo'lguncha qovuriladi. Taqsimlangan porsiyalar sopol ko'zachaga solinib, ustidan yuzaki qovurilgan kartoshka, jazlangan piyoz, lavr yaprog'i, tuz, murch va mahsulot ko'milarli darajada qaynatma solib, qovurish shkafiga qo'yiladi va iste'molga tayyor holga keltiriladi. Tarqatishda ko'zachasi bilan ustiga ko'kat sepib beriladi.

Chaxombili. Ishlovdan o'tgan parranda go'shti chopib, bo'laklarga bo'linib, chuqur temir tovada qizib turgan yog'ga solinib, bir aylantirib, tuz, murch sepiladi va qizg'ish qobiq hosil qilib qovurilib, chuqur idishga solinib, jazlangan piyoz, mayda to'g'ralgan pomidor, jazlangan un, qaynatma yoki suv, sirka, kashnich ko'kati, mayda chopilgan sarimsoqpiyoz, lavr yaprog'i bilan dimlanadi.

Tarqatishda porsiyali lagancha yoki likopchaga chaxombili o'z sardagi bilan suzilib, ustiga ko'kat sepib, limon parragi qo'yib beriladi. Ba'zi hollarda alohida garnir sifatida donador guruch bo'tqasi ham berilishi mumkin.

Parranda kalla-pochasidan tayyorlanadigan ragu. Ishlovdan o'tgan parranda kalla-pochasi chopib mayda bo'laklarga ajratiladi. Oshqozonlar avval pishirilib, keyin bo'laklarga bo'linadi. So'ng chuqur temir tovada qizib turgan yog'ga solib bir aylantirib tuz, murch sepiladi, biroz qovurib, jazlangan tomat, qaynatma yoki suv qo'shib, 35—40 minut past olovda dimlanadi. Suyuqligi suzilib qizil sardak tayyorlanib, parranda chiqiti, yuzaki qovurilgan pallacha shakldagi kartoshka, jazlangan sabzi, piyoz, ko'kat ildizi, sholg'om, qalampir, lavr yaprog'i solinib 15—20 minut dimlanadi.

Tarqatishda likopchaga ragu suzilib, ko'kat sepib beriladi.

12.4. PARRANDA VA ILVASIN GO'SHTIDAN TAYYORLANADIGAN TAOMLAR SIFATIGA QO'YILADIGAN TALABLAR VA ULARNI SAQLASH MUDDATLARI

Pishirilgan parranda go'shti ikki qismdan — son va to'sh qismidan iborat bo'lib, rangi oqishdan to och pushti ranggacha, suvli, yumshoq, tuzi me'yorida, parranda turiga xos xushxo'r va totimli bo'ladi.

Qovurilgan parranda taomi yuzida qizg'ish qobiq bo'lib, kesimidagi rangi: tovuq, kurka filesi — oq, soni — och kul rangdan och qo'ng'ir ranggacha; o'rdak va g'oz — och yoki to'q qo'ng'ir rangda bo'lib, suvli yumshoq terisi toza, qontalash joylari yo'q, tuk qoldiqlaridan xoli bo'lishi kerak.

Urvoqqa belab qovurilgan tovuq filesi kotleti yuzi sarg'ish rangda, ta'mi xushxo'r, suvli, yumshoq, qobig'i kumirlovchi bo'ladi. Urvoq bir xil qalinlikda, ko'chgan joylari bo'lmasligi kerak.

Qiy mali parranda kotleti yuzi och sarg'ish qobiqli, kesimidagi rangi oq kul rangdan sarg'ishroq pushti ranggacha, yumshoq, g'ovak bo'ladi.

Butun holda pishirilgan yoki qovurilgan parrandalar issiq holda 1 soatgacha saqlanishi mumkin. Uzoqroq vaqt saqlash uchun ular sovitilishi, sovitilgan parranda tarqatishdan avval porsiyaga bo'laklanib, so'ng isitilishi lozim. Parranda lahm go'shti

mayda ilvasinlardan tayyorlangan taomlar iste'molchi talabiga ko'ra tayyorlanadi, chunki ularni uzoqroq saqlash natijasida sifati o'zgaradi. Parranda kotlet massasi taomlari tarqatish jarayonida issiq holda 30 minut davomida, dimlab pishirilgan taomlar esa 2 soat davomida saqlanadi.

Amaliy mashg'ulot

Parranda va ilvasin va go'shtidan taom tayyorlash texnologiyasi

Asosiy maqsad. Parranda va ilvasin go'shtidan taom tayyorlash texnologiyasi bilan tanishish va bu borada malaka orttirish.

Uslubiy ko'rsatma. Ma'lumotlar mazkur kitobning «Parranda va ilvasin go'shtidan tayyorlangan taomlar» bobida bayon etilgan. Ularni o'qib, bilib olish maqsadga muvofiqdir.

Tayyorlanishga tavsiya etilgan «Parranda va ilvasin go'shtidan tayyorlangan taomlar» dan «Fan sikli hay'ati» tavsiya etgan taomlarga sarflanadigan oziq-ovqat mahsulotlari miqdorini «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий» (М., Экономика, 1983) kitobidan 697—743-sonli taomlarning ba'zi birlari hisoblab, aniqlab olinadi.

Bunda barcha texnologik jarayonlar korxonaning ishlab chiqarish sexlari yoki laboratoriyasida amalga oshiriladi. Ularni tayyorlashda tavsiya etilgan texnologik kartalar, plakat, diafilm va slaydalardan foydalaniladi.

Mashg'ulot o'tkazish tartibi. Buning uchun harxil inventar, pichoq, taxtakach, tovalar va protivenlar, durshlag, turli hajmdagi kastyulkalar va shunga o'xshash asbob-anjomlar kerak bo'ladi. Mexanik va issiqlik jihozlaridan foydalaniladi.

Topshiriq. O'quvchilar tayyorlangan taomlarning ko'rinishi, mazasi, sifati, tayyorlanish texnologiyasi bilan tanishadilar. Lozim bo'lgan ma'lumotlarni daftariga yozib oladilar. O'qituvchi o'tkazilgan mashg'ulotga yakun yasaydi.

Tekshirish uchun savol va topshiriqlar

1. Parranda go'shti pishirish va qovurish uchun qanday tayyorlanadi?
2. Parrandalar qanday pishiriladi?
3. Tovuq, g'oz, o'rdak, ilvasin go'shtlari qanday qovuriladi?
4. Qovurilgan va pishirilgan parrandalarni tarqatishda qanday garmir ishlatiladi?
5. Parranda lahm go'shti taomlari, urvoqqa belangan kotlet, parranda shnitsefi, kiyevcha kotlet qanday tarqatiladi?
6. Tovuqni sardakda, g'ozni xonaki dimlab qanday pishiriladi?

XIII b o b

TUXUMDAN TAYYORLANADIGAN TAOMLAR

Tuxumdan tayyorlanadigan taomlar odamning ovqatlanishida katta ahamiyatga ega. Tarkibidagi oqsil, yog‘, A, D, B₁, B₂ darmondorilari kishi tanasi uchun zarur bo‘lgan mineral moddalar — temir, fosfor, kalsiy, oltingugurt, shuningdek, kishi tanasining yashovchanligini ta‘minlovchi (nerv sistemasi faoliyatini tartibga soladigan, qon ishlab chiqaradigan) xolesterin va litsitinlarga boyligi bilan belgilanadi.

Taom tayyorlashda tuxum turlaridan tovuq tuxumi, melanj va quritilgan tuxumlardan foydalaniladi.

Tovuq tuxumlari o‘z saqlanish muddatlariga qarab parhez, yangi, sovuqxonada saqlangan va ohaklanib saqlangan turlarga bo‘linadi. Parhez va yangi tuxumlarning ozuqalik ahamiyati yuqori bo‘lib, sarig‘i qotirilmay qovurilgan, pishirilgan holda ishlatilganda tuxum sarig‘i o‘z shaklini aniq saqlab qolish xususiyatiga ega bo‘ladi. Tuxum sarig‘ida oqiga nisbatan ozuqalik ahamiyatiga ega bo‘lgan moddalar ko‘p bo‘ladi. O‘rdak va g‘oz tuxumlari umumiy ovqatlanish korxonalarida ishlatilmaydi.

Melanj — tuxum oqi va sarig‘i aralashmasidan tashkil topgan. Ularni tayyorlashda tuxum po‘chog‘idan ajratilib, elakdan suzib o‘tkazilib, maxsus metall idishlarga solinib muzlatiladi. Tuxum oqi va sarig‘i aralash holda ishlatish mumkin bo‘lgan taomlarni tayyorlash uchun II darajali 1 dona tuxum o‘rnida 40 gramm melanj ishlatilishi mumkin. Ulardan quymoqlar, tuxum bo‘tqalari va boshqa taomlar tayyorlanadi. Melanjlar tez buzilish xususiyatiga ega bo‘lganligi sababli muzlatilgan holda saqlanadi. Ular ishlatilishidan avval muzidan tushiriladi. Buning uchun taom uchun zarur miqdordagi melanj uy haroratida yoki idishga solingan holda 50°C darajadagi suvda muzdan tushiriladi. Muzdan tushirilgan melanj yaxshilab aralastirilib, elakdan o‘tkazib suziladi. Ishlatilguncha 4—6°C li muzxonalarda saqlanadi.

Quritilgan tuxum tarkibida tuxum oqi va sarig‘i quritilgan holda bir xil aralashgan bo‘ladi. Bir dona tuxum hisobiga (40 g) 11,2 g quritilgan tuxum melanjdan tayyorlanadigan taomlar uchun ishlatiladi. Quritilgan tuxum elanib, iliq yoki sovuq suv yoki sutda (1:3,5 hisobida) aralastirib, 30 minut davomida bo‘ktirib qo‘yiladi va tayyor bo‘lgan zahoti ishlatiladi.

Tuxumlarning sifati ovoskop yordamida aniqlanadi. Ishlatishga yaroqli tuxum yuviladi yoki tuz bilan ishqalanadi. Tuxum po‘stlog‘i yorilib ketmasligi uchun

qattiq sovitilgan tuxum ma'lum vaqt uy haroratida saqlanadi. Tuxum tarkibidagi oqsil issiqlik ta'sirida quyuqlashadi. Bu hodisa koagulyatsiyalanish deyiladi. Go'sht va baliq oqsillaridan farq qilgan holda tuxum oqsillari issiqlik ta'sirida o'z tarkibidan suyuqlik ajratmaydi. Koagulyatsiyalanish jarayoni 50°C da boshlanib 80—85°C ga borib tugaydi. Tuxum oqsili quyuqlashib qoladi. Tuxum sarig'i va aralashtirilgan tuxumning quyuqlashishi 70°C haroratda amalga oshadi. Agar tuxumlarga suv yoki sut, tuz, shakar solib aralashtirib taom tayyorlansa, oqsillarning g'ovakligi oshib, yumshoq holda koagulyatsiyaga uchraydi. Sof holda pishirilgan tuxumlar esa koagulyatsiyaga qattiq holda uchrab, kishi tanida kech hazm bo'ladi. Shu sabablarga ko'ra quymoqlarda tuxum bo'tqalarining g'ovaklik darajasi qancha yuqori bo'lsa, zichlashgan miqdori shuncha kam, hazm bo'lish jarayoni shuncha tez bo'ladi.

Issiq ishlov berilishiga qarab tuxum taomlari *qovurilgan, qaynatib pishirilgan, yopib tayyorlangan* bo'ladi. Parhez taomlarini tayyorlashda bug'da pishirish usuli qo'llanadi.

13.1. TUXUMNI PISHIRISH

Tuxum po'chog'i bilan yoki po'chog'idan ajratib pishiriladi va maxsus moslamalar bilan jihazlangan tuxum pishiruvchi idish, kastyulka, chuqur temir tova, maxsus to'rtli qozonlardan foydalaniladi. Bu moslamalar yordamida tuxumlarni suvga solish va suvdan olish osonlashadi. Bir dona tuxumni pishirish uchun 250—300 gramm suv ishlatiladi. Pishirish uchun ketgan vaqtga qarab tuxum turlicha yumshoqlikda (*yumshoq pishgan, chala pishgan va to'la pishgan*) pishadi.

Yumshoq pishgan, (ilitilgan) tuxum. Qaynab turgan tuzsiz suvga ishlovdan o'tgan tuxum solinib, 2,5—3 minut qaynatiladi va sovuq suvda chayib iste'mol qilinadi. Bunda tuxum oqi biroz quyuqlashgan, sarig'i esa suyuq holda bo'ladi. Asosan, ertalabki nonushtaga 1—2 donadan likobchaga yoki maxsus idishga issiq holda qo'yib beriladi. Tuxumga qo'shimcha non va sariyog' ham berish mumkin.

Chala pishirilgan tuxum. Qaynab turgan tuzsiz suvga ishlovdan o'tgan tuxum solinib 4,5—5 minut qaynatiladi. Sovuq suvda chayilib, po'chog'i bilan yoki po'chog'i tozalanib likobchada iste'molga tarqatiladi. Po'chog'i tozalanib, tiniq qaynatmaga solib ham beriladi. Bu usulda pishirilgan tuxumlar tarkibidagi oqsil mahsulotining po'chog'iga yaqin qismigina quyuqlashadi, sarig'i va sarig'iga yaqin qismi esa yumshoqligicha qoladi. Bu usulda pishirilgan tuxum kesimi o'z holatiga ko'ra «xaltacha ko'rinishda» pishgan tuxumga o'xshash, ya'ni quyuqlashgan tuxum oqi xaltachani eslatadi.

To'la pishirilgan tuxum. Ishlovdan o'tgan tuxum qaynab turgan tuzli suvda 10—12 minut qaynatilib, sovuq suvda chayilib, po'sti tozalanmay iste'molga tarqatiladi. Tozalangan holda salatlar, sovuq taomlar, suyuq taomlar, sardaklar qiymaga aralashtirish uchun ishlatiladi. To'la pishirilgan tuxumning oqi va sarig'i quyuq, zich ko'rinishda bo'ladi. Agar tuxum uzoq muddatda qaynatilsa zichlanish darajasi davom etaverishi natijasida qattiq holga kelib, hazm bo'lishi qiyinlashadi.

Tuxum tuzli suvda pishirilganda tuxum ichidagi bosimga nisbatan yuqoriroq sun'iy osmatik bosim hosil qilinadi. Shu sababdan tuxum suvga solganda yorilsa tuz solish natijasida uning suvga oqib chiqishi to'xtaydi. To'la pishirilgan tuxum sovuq suvga solib sovitiladi. Agar sovuq suvda sovitilmasa, oqsil tarkibidagi oltingugurtli vodorod birikmasi bilan tuxum sarig'idagi temir elementlari o'zaro reaksiyaga kirishib temirli oltingugurt birikmasini hosil qiladi va tuxum sarig'i ustida qoramtir dog' hosil bo'ladi. Bunday hodisaning oldini olish uchun pishirilgan tuxum qaynoq suvdan olinib, sovuq suvda sovitilishi kerak.

Po'choqsiz holda tuxumni pishirish. Kastryulkadagi suvni qaynash darajasiga ko'tarib, tuz, sirka solib, aylanma holda aralashtirib, o'rtasidagi o'rama chuqurlikka tuxum chaqib solinadi va 3—4 minut davomida past darajada qaynatiladi. Bunda ajralib chiqqan oqsillar pichoq bilan taniga yopishtirib turiladi. Tuxum sarig'i suyuqroq bo'lib, tuxum oqining o'rtasida joylashishi kerak.

Bunday usulda pishirilgan tuxumlar sovuq yoki issiq holda berilishi mumkin. Tarqatishda qovurilgan oq bulka non ustiga qo'yib, ustidan sardak quyib yoki issiq go'sht taomlariga qo'shib beriladi. Bu usulda tuxumni pishirish uchun 1 l suvga 50 g sirka, 10 g tuz solinadi.

Qovurilgan non, tuxum va dudlangan yog'liq go'sht. Tuxum «xaltacha ko'rinishida» pishirilib po'chog'i tozalanadi. 1 sm qalinlikda kesilgan oq bulka non ikki yoqlama sariyog'da qovuriladi. Dudlangan yog'liq go'sht yupqa kesilib, qovurilib, qovurilgan non ustiga qo'yiladi, uning ustidan tayyorlangan tuxum qo'yib, ustidan tomatli oq sardak quyib beriladi.

Tuxum bo'tqasi. Tuxum chaqilib, po'chog'idan ajratilib tuz, sut yoki suv, biroz sariyog' qo'shib yaxshilab aralashtiriladi. So'ng kichikroq idishga solib olovga qo'yiladi. Qaynash darajasiga yetkazmay aralashtirib turiladi va quyuqlashguncha qizdiriladi. Isitilgan likobchaga uyub suzib, atrofiga qovurilgan non yoki jo'xori bodrog'i qo'yib yoki ustidan qirilgan pishloq sepib beriladi. Tuxum bo'tqasiga qo'shimcha holda yana qovurilgan go'sht mahsulotlari (sosiska, dudlangan yog'liq go'sht, buyrak) yoki qo'ziqorin, ko'k no'xat, pishirilgan gulkaram ham bo'tqa ustidan qo'yib berilishi mumkin.

Tuxum 2 dona yoki melanj 80 g, sut 40 g, sariyog' 5 g, qovurilgan non 35 g yoki pishloq 15 g. Sof og'irligi 140, 120 g.

13.2. QOVURILGAN VA YOPILGAN TUXUM TAOMLARI

Qovurilgan tuxum taomlariga sarig'i qotirmay qovurilgan tuxum, quymoqlar kiradi. Ularni tayyorlashda asosiy usulda qovurish usulidan foydalaniladi. Bu usulda qovurishda harorat 140—160°C bo'ladi. Tuxumni yana 180°C li darajadagi ko'p yog'da qovurish ham mumkin. Ko'p tayyorlanadigan qovurilgan tuxum taomlariga sarig'i qotirilmay qovurilgan tuxum taomi kiradi. Bu taom sof holda yoki garnir bilan tayyorlanib tarqatiladi.

Sof holda sarig'i qotirilmay qovurilgan tuxum. Porsion tova yoki maxsus tuxum qovurishga mo'ljallangan tovaga sariyog' solinib, eritilib, biroz qizdiriladi va ehtiyotlik bilan chaqilgan tuxum solinib (sarig'i butun holda bo'lishi lozim), tuxum oqiga tuz sepib, quyuqlashguncha 2—3 minut davomida qovurilib iste'molga tayyor holga keltiriladi. Tuxum qovurish uchun katta va chuqur temir tovalardan ham foydalanish mumkin. Bunda tuxum sarig'i oz sezilarli darajagacha quyuqlashgan bo'lishi kerak. Agar tuz tuxum sarig'iga sepilsa, tuxum sarig'i ustida dog'lar hosil bo'lishi mumkin. Tuxumni qovurish jarayonida shishib qoladigan holatlardan saqlash uchun tuzning bir qismi yog'ga solinadi. Tuxum sarig'iga biroz murch sepih mumkin.

Tarqatishda tayyorlangan porsiyali tovada yoki likobchaga solib ustidan sariyog' qo'yib, ko'kat sepib beriladi. Ular alohida taom va issiq gazak yoki go'sht taomlariga qo'shimcha (tuxumli bifshteks yoki tuxumli antrekot), buterbrod sifatida beriladi.

Sarig'i qotirilmay qovurilgan tuxum garnir bilan. Qovurilgan tuxum uchun har xil garnir — kolbasa, sosiska, sardelka, dudlangan yog'liq go'shtlar, qora non, ko'k piyoz, qovoqcha, kartoshka, ko'k loviya, qo'ziqorin, ko'k no'xat, pomidorlar ishlatiladi.

Go'sht mahsulotlari kubik, tilim-tilim, somoncha yoki parrak-parrak shaklda to'g'ralib, porsiyali tovada qovuriladi. Ko'k loviya pishiriladi, konservalangan ko'k no'xat isitiladi va eritilgan sariyog' bilan aralashtiriladi. Qovoqcha, baqlajon, xom yoki pishirilgan kartoshka tilim-tilim pomidor esa parrak-parrak shaklida to'g'ralib, qovuriladi. g'ora non qobig'i tozalanib, kubik yoki tilim-tilim shaklda kesilib, qovuriladi. Tayyorlangan garnir yog' solingan porsiyali tovaga solinib, ustidan chaqilgan tuxum sarig'i butun holda qilib solib tuxum oqi quyuqlashguncha qovuriladi va tuxum oqiga tuz sepib iste'molga tayyor holga keltiriladi. Tarqatishda likobchaga solib, ko'kat sepib beriladi. Agar pomidor bilan tayyorlanadigan bo'lsa, qovurilgan tuxum ustidan qovurilgan pomidor qo'yib berilishi ham mumkin.

Go'sht mahsulotlari bilan sarig'i qotirilmay qovurilgan tuxum. Pishirilgan kolbasa, sosiska yoki dudlangan yog'liq go'sht tilim-tilim yoki parrak-parrak shaklda to'g'ralib, porsiyali tovada qizib turgan yog'ga solinib 2—3 minut qovurilib, ustidan

tuxum chaqib solinadi va yana 2—3 minut oqi quyuqlashguncha qovurib, tuz sepiladi va iste'molga tayyor holga keltiriladi. Tarqatishda o'zi qovurilgan porsiyali tovada beriladi.

Tuxum 2 dona, oshxona margarini 13 g, sosiska yoki pishirilgan kolbasa yoki yog'liq go'sht 34 g. Sof og'irligi 105 g.

Quymoqlar. Quymoqlarning qovurilgan tuxumlardan farqi shundaki, ularga sut, suv yoki qaymoq qo'shib tayyorlanadi. Quymoqlar sof holda, aralash holda va qiyma tiqib tayyorlanadi.

Quymoqlar uchun tovuq tuxumi, melanj, quritilgan tuxum uni ishlatiladi. Ishlovdan o'tib tayyorlangan tuxum sut, tuz bilan ko'pirarli darajada aralashtiriladi. Quymoq mahsulotiga biroz eritilgan sariyog' qo'shish mumkin. 1 dona tuxum uchun 15 g sut berilishi mumkin.

Sof quymoq. Osti qalin cho'yan tovaga yog' surtilib, tayyorlangan quymoq mahsuloti quyiladi. So'ng pichoq bilan aralashtirilgan holda quyuqlashguncha qovuriladi va chetlari bukilib gumma ko'rinishi berilib, likobchaga choki pastga qilib qo'yiladi. Tarqatishda tayyorlangan quymoq ustiga sariyog' quyib yoki ko'kat sepib beriladi.

Aralash quymoq xuddi sof quymoqqa o'xshash qovuriladi. Aralashtirib tayyorlangan quymoq mahsulotiga mayda to'g'ralgan sabzavot yoki qo'ziqorin, go'sht mahsuloti, qirilgan pishloq solib aralashtiriladi va qovuriladi.

Pishloqli quymoq. Qirilgan pishloq qo'shib tayyorlangan aralash quymoq mahsuloti xuddi sof quymoqqa o'xshash usulda qovuriladi.

Tuxum 2 dona yoki melanj 80 g, sut 30 g, pishloq 16,5 g, oshxona margarini 5 g, sariyog' 5 g. Sof og'irligi 120 g.

Qiyma tiqilgan quymoq. Bunday quymoqlar go'sht, sabzavot garnirlari yoki shirin garnir bilan tayyorlanadi. Quymoq mahsuloti qizibturgan yog'li tovaga solinib, quyuqlashguncha qovurilib, o'rtasiga tayyorlangan qiyma solinib, chetlari buklanib gumma shakli beriladi va choki pastga qilib qo'yiladi. Tarqatishda likobchaga solinib, ustidan sariyog' quyib beriladi.

Go'sht mahsulotlaridan qiyma tayyoriash uchun yog'liq go'sht (dudlangan), pishirilgan kolbasa, sosiskalar, pishirilgan buyrak, jigar va go'sht mayda kubik yoki somoncha shaklida to'g'ralib, qovuriladi, qizil, tomatli oq yoki smetana sardagida bir qaynatib olinadi. Sabzavotlar mayda kubik shaklida to'g'raladi. Ko'k loviya, gulkaram pishiriladi, konservalangan ko'k no'xat o'z suyuqligida isitiladi, sabzi va ismaloq dimlab pishiriladi, qovoqcha, qo'ziqorin qovuriladi. Tayyorlangan mahsulot sut yoki smetana sardagi bilan yoki smetana bilan aralashtiriladi. Qiyma uchun

ishlatiladigan garnir mahsuloti bir yoki bir necha xil mahsulotdan tashkil topishi mumkin.

Shirin quymoq tayyorlashda limon mevasi maydalanib, shakar bilan ezilib, quymoq mahsulotiga (tuxum, sut, tuz) qoʻshib aralashtiriladi va sof quymoqqa oʻxshash usulda qovurilib, oʻrtasiga meva murabbosi, djemi yoki povidlosi gu'mma shaklida buklanib, likobchaga solinib, ustidan shakar sepib beriladi.

Yopilgan tuxum taomlariga sof quymoq, aralash quymoq, sut sardagida yopilgan tuxum va boshqa taomlar kiradi. Ular 160—180°C haroratli qovurish shkaflarida yopib tayyorlanadi.

Yopilgan sof quymoq. Quymoq mahsulotlari koʻpirarli darajada aralashtirilib, yogʻlangan chuqur temir tovaga quyiladi va qovurish shkafiga qoʻyib, quyulashib yuzida qobiq hosil boʻlguncha ushlanadi. Bunday usulda miqdori koʻproq quymoq tayyorlanadi. Aslida quymoq bir porsiya hisobida tayyorlanadigan boʻlsa, porsiyali tovada tayyorlanadi.

Isteʼmolga tayyor quymoq biroz sovitilib toʻrtburchak, uchburchak shaklida kesiladi va likobchaga solib chuqur temir tovada qovuriladi va ustidan quymoqlarni yopiq buterbrod tayyorlashda va tiniq qaynatmalar uchun ishlatiladi.

Aralash yopilgan quymoq tayyorlashda qovurilgan kartoshka, dimlab pishirilgan sabzi yoki karam, donador guruch boʻtqasi, goʻsht, goʻsht mahsulotlaridan iborat turli xil garnirlar ishlatiladi.

Qovurilgan kartoshkali yopilgan quymoq. Ishlovdan oʻtgan kartoshka kubik yoki tilim-tilim shaklida toʻgʻralib, chuqur temir tovada qovuriladi va ustidan quymoq mahsuloti quyilib isteʼmolga tayyor boʻlguncha qovurish shkafida yopiladi. biroz sovitilib, toʻrtburchak, uchburchak shaklida porsiyasiga 1 dona hisobida kesib, likobchaga qoʻyib, ustidan sariyogʻ quyib beriladi.

Tuxum 3 dona, sut 45 g, kartoshka 100 g, oshxona margarini 10 g, sariyogʻ 5 g. Sof ogʻirligi 205 g.

Drachena. Quymoqdan farqi shundaki, tayyorlanishda un va smetana qoʻshib tayyorlanadi. Ishlovdan oʻtgan tuxum idishga chaqilib tuz, sut bilan aralashtirilib, ustidan elangan un (jazlangan undan foydalanish ham mumkin) qoʻshib chilchoʻp yordamida koʻpirarli darajada aralashtiriladi va elakdan oʻtkaziladi. Tayyorlangan mahsulotga sariyogʻ yoki smetana ham qoʻshish mumkin. Chuqur temir yoki choʻyan tovaga yogʻ surib 1 sm gacha qalinlikda tayyorlangan mahsulotdan quyib, qovurish shkafiga qoʻyib, yuzaki qizgʻish qobiq hosil boʻlguncha yopiladi va shu zahoti isteʼmolga tarqatiladi. Buning uchun porsiyaga taqsimlab, likobchaga solib, ustidan sariyogʻ quyib beriladi. Agar yopilgan drachena uzoqroq muddat saqlansa, tashqi koʻrinishi va mazasi yomonlashadi.

Sut sardagida yopilgan tuxum. Oq bulka non kesib qovuriladi. Buning uchun non qobig'idan tozalanib, to'qri to'rtburchak shaklida kesilib, o'rtasi biroz kesib tashlanib chuqurroq holga keltiriladi va sariyog'da ikki yoqlama qovuriladi. Tuxum «xaltacha» usulida pishirilib, po'chog'i tozalanadi. YOg'langan porsiyali tovaga qovurilgan non qo'yib, ustidan tuxum, uning ustidan o'rta quyuqlikdagi sut sardagi quyiladi, ustiga qirilgan pishloq sepilib, yog' purkaladi, qovurish shkafida sarg'ish qobiq hosil bo'lguncha yopib, iste'molga tayyor holga keltiriladi. Tarqatishda porsiyali tovada ustidan sariyog' quyib beriladi.

Tuxum 2 dona, bug'doy noni 20 g, sariyog' 10 g, sardak 100 g, pishloq 6,5 g. Sof og'irligi 175 g.

13.3. TUXUM TAOMLARI SIFATIGA QO'YILADIGAN TALABLAR VA ULARNI SAQLASH MUDDATLARI

Yumshoq pishirilgan tuxum oqi chala pishgan, sarig'i suyuq bo'lishi kerak. «Xaltacha» usulida pishirilgan tuxumning oqi yuza tomoni quyuq, qolgani oz sezilarli quyuqlikda, sarig'i ham oz sezilarli quyuqlikda, agar po'chog'i tozalangan tuxum bosib ko'rilsa biroz eziluvchan, to'la pishirilgan tuxumning oqi va sarig'i quyuq holda bo'ladi. Pishgan tuxumning yuzida ifloslangan joylari bo'lmasligi lozim.

Sarig'i qotirilmay qovurilgan tuxum o'z shaklini saqlagan, sarig'i yayilib ketmagan, yarim suyuq holda, ost qismida ifloslangan joylari yo'q bo'lishi kerak. Agar qovurilgan tuxum garnir bilan tayyorlansa, garnir mahsuloti yumshoq qovurilgan, bir xil shaklda to'g'ralgan bo'lmog'i lozim.

Qovurilgan quymoq gumma shaklida, rangi och sarg'ishdan to och qo'ng'ir ranggacha qobiqda; aralash quymoqdagi mahsulotlar mayda to'g'ralgan va bir xil tarqalgan; qiyma tiqilgan quymoqlar garniri suvli, yumshoq, sardak aralashtirilgan; yopilgan quymoqlar yuzida qizg'ish qobiq bo'ladi.

Drachena quyuq, yaxshi yopilgan, tuzi me'yorida, yuzi kuymagan bo'lishi kerak. Tuxum taomlari hidi va mazasi yangi tuxumga xos va qo'shilgan mahsulotlariga moyil bo'ladi.

Tuxum taomlari saqlanmaydi, tayyorlangan zahoti dasturxonga tortiladi. Quymoq, tuxum bo'tqasi, sarig'i qotirilmay qovurilgan tuxum, drachena, yumshoq pishirilgan tuxum iste'molchi talabiga muvofiq tayyorlanadi va tayyor bo'lgan zahoti tarqatiladi. To'la pishirilgan tuxum sovuq suvda chayilgach, po'chog'i quruq holda, «xaltacha» usulida pishirilgan tuxum tuzli suvda saqlanadi. Tuxumdan tayyorlangan sovuq mahsulotlar 0—6°C li haroratda saqlanadi.

Amaliy mashg'ulot

Tuxumdan tayyorlanadigan taomlarning tayyorlanish texnologiyasi bilan tanishish

Asosiy maqsad. Tuxumdan tayyorlanadigan taomlarning tayyorlanish texnologiyasi bilan tanishish va bu borada malaka o'rttirish.

Uslubiy ko'rsatma. Ma'lumotlar mazkur kitobning «Tuxumdan tayyorlanadigan taomlar» bobida bayon etilgan. Ularni o'qib, bilib olish maqsadga muvofiqdir.

O'quv yurtining «Fan sikli hay'ati» tomonidan tayyorlanishga tavsiya etilgan ba'zibir taomlarga ketadigan oziq-ovqat mahsulotlari miqdorini «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий» (М.: Экономика, 1983) kitobidan 453—480-sonli taomlarning retsepturalaridan hisoblab, aniqlanadi. Bunda barcha texnologik jarayonlar, korxonaning ishlab chiqarish sexlarida yoki o'quv yurtining laboratoriyasida amalga oshiriladi. Ularni tayyorlashda ishlab chiqarilgan texnologik kartalar, plakatlar, diafilm, slaydalardan foydalaniladi.

Mashg'ulot o'tkazish tartibi va kerakli asbob-anjomlar. Buning uchun har-xil inventarlar, pichoqlar, taxtakachlar, tovalar, soteyniklar, protivenlar, durshlag, turli hajmdagi kastyulkalar va shunga o'xshash asbob-anjomlar kerak bo'ladi. Elektr plitalar, elektr pechlar, tovalar, frityurnitsa va boshqa mexanik va issiqlik jihozlaridan foydalaniladi. Barcha qilinadigan ishlar texnologik jarayon asosida olib boriladi.

Topshiriq. O'quvchilar tayyorlangan taomlarning ko'rinishi, mazasi, sifati, tayyorlanish texnologiyasi bilan organoleptik usulda tanishadilar. Lozim bo'lgan ma'lumotlarni daftariga yozib oladilar. O'qituvchi o'tkazilgan mashg'ulotga yakun yasaydi.

Tekshirish uchun savol va topshiriqlar

1. Tuxumlarni pishirish usullari o'zaro qanday farqlanadi? Pishirilgan tuxum qanday ishlatiladi?
2. Kolbasa bilan, qora non bilan, ko'k piyoz bilan sarig'i qotirilmay qovurilgan tuxum qanday tayyorlanadi?
3. Quymoqning qovurilgan tuxumdan farqi nimada? Tayyorlash usuli bo'yicha quymoqlarning qanday turlari bor?
4. Sabzavot qiymali quymoqni tayyorlash uslubi chizmasini chizing.
5. Yopilgan quymoqlar qanday garnirlar bilan tayyorlanadi?
6. Drachena qanday tayyorlab, tarqatiladi va quymoqdan qanday farqlanadi?
7. Sut sardagida yopilgan tuxum taomini tayyorlash uslubi chizmasining chizing.
8. Tuxum taomlarini tayyorlashda uning sifatiga qanday talablar qo'yiladi?
9. Tuxum taomlarini saqlash mumkinmi?

XIV b o b

TVOROG TAOMLARI

Tvorog taomlarining ovqatlanishda ahamiyati katta bo'lib, tarkibida 16,6% oqsil, 18% gacha yog', ko'p miqdorda kalsiy tuzlari (140%), A, E va B guruhidagi darmondorilar bor.

Tvorog tarkibidagi yuqori konsentratsiyali sut oqsili va yog', kam uchrovchi aminokislotalar, kalsiy, fosfor tuzlari kishi tanasi hayot faoliyatining me'yorida o'tishida o'z ta'sir kuchini ko'rsatadi.

Tvorog taomlari tarkibidagi oqsil davolash xususiyatiga va ko'p miqdorda mineral moddalarga egaligi sababli bolalar va parhez taomlarida ko'p ishlatiladi. Sanoatda tvoroglar tarkibida 20% gacha yog'i bo'lgan yog'li, 9—10% gacha yog'i bo'lgan yarim yog'li va yog'siz holda ishlab chiqariladi. Yog'li tvoroglar, asosan, sof holda tarqatish uchun tvorog massasi tayyorlashda, yog'siz tvoroglar sirniklar, zapekankalar, vareniklar, tvorog qiymalarini tayyorlashda ishlatiladi. Tvorog taomlarini tayyorlashda sariyog' qo'shish mumkin.

Tvoroglardan taom tayyorlashdan avval ko'zdan kechirilib, ozrog'i elakdan o'tkaziladi yoki ezuvchi mashinadan o'tkazib eziladi. Bunda tvorog vaznining 2% ni yo'qotadi.

Agar tvorog suyuqroq holda bo'lsa, qalinroq gazmolga solib, press ostida siqib, suyuqligi kamaytiriladi. Tvoroglarning xushxo'rligini oshirish uchun qirg'ichda qirilgan meva vanilinlar ham qo'shish mumkin. Tayyorlanadigan tvorog taomlari sovuq yoki issiq taomga bo'linadi. Tvoroglardan sovuq taom tayyorlash lozim bo'lsa, pasterizatsiyalangan tvoroglar ishlatiladi.

Ishlatiladigan issiqlik usuliga qarab tvorog taomlari pishirilgan, qovurilgan va yopilgan taomlarga bo'linadi.

14.1. SOVUQ TVOROG TAOMLARI

Sut, qaymoq, smetana yoki shakar bilan aralashtirilgan tvorog. Sof holda tarqatish uchun ezilmagan yog'li yoki yarim yog'li tvoroglar ishlatiladi. Tvorog likobcha yoki salat idishiga tog' usulida solinib, ustidan sovitilgan sut yoki qaymoq quyiladi. Shakar yoki qand alohida idishda, shakar porsiyasiga 10—25 gramm

hisobida qo'shib, sut va qaymoq alohida stakan yoki sut idishida, agar tvorog smetana bilan beriladigan bo'lsa, tvorog o'rtasi biroz chuqurlashtirilib, u yerga qaymoq quyib, ba'zan ustiga shakar sepib ham beriladi. Tvorog qaymoq bilan qo'shib berilishidan avval eziladi. Ba'zi hollarda sof tvorog faqat shakar bilan beriladi.

Tvorog massasi elak yoki ezuvchi mashinadan o'tkazilgan yog'li yoki o'rtacha yog'li tvorog, shakar, shakar upasi, yumshatilgan sariyog', kishmish, vanilin, asal, yong'oq, smetana hamda tuz, tomat, murch aralashmalaridan iborat bo'ladi. Tvorog massalarini tayyorlash jarayonida sanitariya qoidalariga qat'iy rioya qilinishi lozimligi tufayli, ularni umumiy ovqatlanish korxonalarida tayyorlash man etiladi. Shu sababdan sanoatda ishlab chiqarilgan tvorog massasiga (tuzli yoki shirin) qo'shimcha mahsulotlar qo'shib korxonalarda ishlatiladi.

Tayyor tvorog massasi likobcha yoki salat idishiga quyib solinib yoki qandolatchilik qopchig'idan chiqarib idishga solib, tarqatishda yangi yoki konservalangan meva murabbo yoki salat qo'shib beriladi. Tvorog massasidan buterbrod tayyorlashda yoki alohida taom sifatida ham foydalaniladi.

Kishmish yoki asal bilan aralashtirilgan tvorog. Kishmish saralanib, yuvilib, suvi silqitiladi. Vanilin biroz issiq suvda eritiladi. Tayyorlangan mahsulotlar asal, ezilgan tvorog massasiga qo'shib yaxshilab aralashtiriladi. Tarqatishda likobchaga uchburchak, konus yoki piramida shaklida solib (porsiyasiga 100—200 g hisobida) beriladi.

Yong'oqli tvorog massasi. Yong'oq yoki danak chaqilib, po'chog'i tozalanib, qaynab turgan suvga botirib olinadi va po'sti artilib, maydalab chopiladi va duxovkada qizarguncha qovurib oli-nadi.

Shirin tvorog massasi likobchaga solinib, ustidan smetana quyiladi, maydalab chopilgan yong'oq sepilib, pallacha shaklida kesilgan apelsin yoki mandarin bilan bezatiladi.

Tvorog massasi smetana bilan. Tuzli yoki shakarli tvorog massasi likobchaga uyib solinadi, o'rtasi biroz chuqurlashtirilib, smetana quyiladi. Tuzli tvorog massasiga biroz zira qo'shsa ham bo'ladi.

Tvorog massasi 102 g, smetana 25 g. Sof og'irlik 125 g.

14.2. ISSIQ TVOROG TAOMLARI

Pishirilgan taomlar. Tvorogdan tayyorlanadigan pishirilgan taomlarga tvorog solingan chuchvara va bug'da tayyorlangan pudinglar kiradi. Issiq taomlarni tayyorlashda 1 kg tvorogga 10 g tuz qo'shiladi.

Tvorog solingan chuchvara. Bu taomni tayyorlash xamir tayyorlash, qiyma tayyorlash, chuchvara tugish, pishirishga tayyor mahsulotni sovuq joyda saqlash va pishirish jarayonlarida amalga oshiriladi.

Tvorogli chuchvara uchun xamir tayyorlash. Xuddi chuchvara uchun xamir tayyorlangandek tayyorlanadi. Sut yoki suvga tuxum solib aralashtiriladi va tuz, shakar solib eritiladi. So'ng elangan un solib aralashtiriladi. O'rtacha qattqlikdagi xamir qoriladi va usti ho'l mato bilan yopilib, 40 minut tindiriladi, bunda xamirning cho'ziluvchanlik darajasi oshadi.

Qiyma tayyorlash uchun tvorog elak yoki mashina yordamida eziladi xom tuxum, shakar, tuz qo'shib yaxshilab aralashtiriladi va yumaloq yong'oq shaklida qilib bo'linadi. Xamir 1,5—2 mm qalinlikda yoyilib, diametri 4—5 sm doira shaklida kesiladi, o'rtasiga tvorog qiymasi solinib, xamir chetlariga xom tuxum surtiladi, qiyma usti berkitilgan holda yarim oy shakli berilib, xamir chetlari yopish tirib chiqiladi. Bundan tashqari, tvorogli chuchvara tayyorlashda boshqacha usuldan ham foydalanish mumkin. Buning uchun xamir yoyilib, bir chiziqda xamir ustiga oraliq'ini 4—5 sm qilib sharcha shaklida tvorog qiymasi qo'yiladi, atrofidagi xamir yuziga tuxum surtilib, qiyma usti buklangan xamir bilan yopilib, maxsus kesuvchi asbobda yarim oy shaklida qiyma atrofidan xamir kesilib shakl beriladi. Chuchvaralarga shakl berib kesishda keng taxtakach yoki usti taxtali stollardan foydalaniladi. Tayyorlangan yarim tayyor mahsulotni pishirguncha patnis yoki lotoklarga un sepib bir qator terib — 6 dan 0° gacha sovuq xonalarda saqlanadi. Agar xona harorati iliq bo'lsa, 20 minutgacha vaqt jarayonida saqlash mumkin.

Tvorogli chuchvaralar yuzasi keng idishga su v solib (1 kg mahsulotga 4 l suv hisobida) qaynatib, me'yorini ushlab tuz solinadi. Biroz qaynagach tvorogli chuchvara solnib, olov balandlatiladi. Qaynab chiqqach, olov pasaytirilib, 5—8 minut davomida qaynatib, iste'molga tayyor holga keltiriladi. Suv yuziga sizib chiqqan chuchvaralarni chovlida suzib, suyuqligi silqitilib, istalgan likobchaga solib, ustidan eritilgan sariyog' yoki smetana quyib beriladi. Smetanani alohida idishda berish ham mumkin.

Xamir uchun: bug'doy uni 57 g, tuxum 1 dona, sut yoki suv 20 g, shakar 2 g, tuz 1 g; qiyma uchun: tvorog 87 g, tuxum 1 dona, shakar — 8 g, bug'doy uni 4 g, vanilin 0,01 g, xom chuchara og'irligi 185 g, sariyog' yoki smetana 25 g. Sof orirligi 210, 225 g.

«**Dangasa**» tvorogli chuchvarasi. Bu chuchvaraning farqi tvorog xamirga o'ralmagan holda tayyorlanishidadir. Ezilgan tvorogga xom tuxum, shakar, tuz, mo'ljallangan unning 3/1 qismi qo'shib aralashtiriladi, urib pishiriladi. Qolgan 1/4 qismdagi un stol ustiga sepilib, tayyorlangan mahsulot 1 sm qalinlikda bir xil yoyilib, kengligi 2—2,5 sm qilib to'rtburchak yoki romb shaklida kesib tayyorlanadi. Agar aralashma o'qlog' shaklida qilib tayyorlansa, u ko'ndalangiga yumaloq shaklda

kesiladi. Agar chuchvarani saqlash lozim bo'lsa, tvorogli chuchvara saqlangan sharoitda saqlanadi. Pishirish uchun qaynab turgan tuzli suvga solinib, 4—5 minut davomida past haroratda qaynatiladi. Tarqatishda suyuqlikdan suzilib, biroz suvi silqitilib, isitilgan likobchaga solib, ustidan sariyog' yoki alohida smetana quyib beriladi. Agar chuchvara ko'proq miqdorda tayyorlansa, tvorog massasiga shakar solinmay tayyorlanadi, chunki shakar tvorog massasini suyultirib yuboradi. Mo'ljalidagi shakar miqdori tayyor taom ustidan sepib beriladi.

Tvorog 159 g, bug'doy uni 22 g, tuxum 1/4 dona, shakar 11 g, tuz 1,5 g, xom chuchvara vazni 190 g, margarin yoki sariyog' 10 g yoki smetana 25 g, shakar 20 g. Sof og'irligi 210, 225, 230 g.

Bug'da pishirilgan tvorog pudingi. Tvorog ezilib, saralab yuvilgan kishmish, tozalab, maydalangan yong'oq, xom tuxum sarig'i, shakar, vanilin, donador manna bo'tqasi qo'shib aralashtiriladi. Tuxum oqi yaxshilab ko'pirtiriladi va tayyorlangan aralashmaga qo'shgan zahoti yog'langan formaga 3/4 qismda to'ldirib solinadi, yuzi tekislanib, urvoq sepiladi va 20—30 minut davomida bug'da pishiriladi.

Tayyor puding tarqatishda biroz sovutilib, formasidan bo'shatiladi, likobchaga solib, bir chetiga yoki alohida idishga smetana, murabbo, shirin meva sardagidan qo'shib beriladi. Donador manna yorma bo'tqasi sutda tayyorlanadi.

Qovurilgan tvorog taomlariga sirnik va tvorogli blinchik kiradi.

Tvorogli sirnik. Sirnik shirin, shakarsiz, vanilin solib tayyorlangan bo'ladi. Sirniklarni tayyorlashda yog'li tvorogni ishlatish maqsadga muvofiqdir. Agar yog'siz tvorog ishlatilsa, namligini kamaytirish lozim, aks holda ko'p miqdorda un aralashtirish natijasida sifati buziladi (1 kg tvorogga 120 g gacha un, 10 g gacha tuz tishlatiladi). Sirniklar manna yormasi yoki quyuq manna bo'tqasi, pishirilgan kartoshka, biroz dimlab pishirilgan sabzi va boshqa mahsulotlar bilan qo'shib tayyorlanadi. Tvorog ezilib, tuxum, shakar, un yoki manna yormasi, tuz qo'shib, yaxshilab aralashtiriladi va porsiyasiga 2 donadan bo'linib, shayba shakli berib, usti pichoq bilan bezalib, unga belanadi. Qovurish jarayonigacha sirniklar un sepilgan patnisga qo'yilib muzxonada saqlanadi. Qizib turgan yog'ga sirnik solinib, ikki yoqlama och qizg'ish qobiq hosil bo'lguncha qovuriladi va 5—7 minut qovurish shkafida ushlanib, iste'molga tayyor holga keltiriladi. Tarqatishda likobchaga 2 bo'lakdan sirnik qo'yilib, ustiga shakar sepib yoki yoniga murabbo, smetana quyib beriladi. Yana sirnik uchun alohida shirinsut, smetana sardaklari hamda smetana ham berish mumkin. Tarqatishdan avval asosiy usulda qovurish maqsadga muvofiqdir.

Sirniklarga un qo'shib tayyorlanganda suvda eruvchanligini oshirish uchun biroz rangini o'zgartirmay jazlab ishlatiladi.

Tvorog 152 g, bug'doy uni 20 g, tuxum 1/8 dona, shakar 15 g, yarim tayyor mahsuloti 170 g, oshxona margarini 5 g, smetana yoki murabbo 20 g yoki sariyog' 5 g, shakar 5 yoki smetana 10 g, sardak 75 g. Sof og'irligi 170, 155, 180, 225 g.

Yopilgan taomlar. Yopilgan tvorogli taomlarga zapekanka va pudinglar kiradi. Pudinglar zapekankalardan g'ovakliligi bilan farq qiladi. Pudinglarni tayyorlashda tuxum oqi ko'pirtirib solinadi. Undan tashqari kishmish, yong'oq, vanilin, danak mag'zi ham solinishi mumkin.

Tvorog zapekankasi. Yog'siz tvorog ezilib, bug'doy uni yoki quyuq manna bo'tqasi, shakar, tuxum, tuz qo'shib yaxshilab aralashtiriladi. Yog'lanib urvoq sepilgan chuqur temir tovaga yoki porsiyali tovaga qalinligi 3—4 sm qilib tayyorlangan mahsulot solinadi, usti tekislanib, tuxum yoki smetana surtilib, qovurish shkafida 250°C darajada qizg'ish qobiq hosil bo'lguncha saqlanadi. Chuqur temir tovada yopilgan zapekanka biroz sovilib, kvadrat yoki to'g'ri to'rtburchak shaklda porsiyalarga bo'linadi. Tarqatishda likobchaga zapekanka qo'yilib, alohida idishda smetana yoki sut sardagi beriladi.

Tvorog 141 g, manna yormasi 10 g yoki bug'doy uni 12 g, shakar 10 g, tuxum 1/10 dona, oshxona margarini 5 g, urvoq 5 g, smetana. Tayyor zapekanka vazni 150 g, sardak 75 g, yoki smetana 25 g. Sof og'irligi 225, 175 g.

Yopilgan tvorog pudingi. Tvorog eziladi, tuxum sarig'i oqidan ajratiladi va oqi ko'pirtiriladi, manna yormasi donador bo'tqa holda pishiriladi. Tayyorlangan tvorog tuxum sarig'i, manna yorma bo'tqasi, shakar, kishmish, yumshatilgan sariyog', tuz, vanilin, yong'oq mag'zi qo'shib yaxshilab aralashtiriladi. Yog'lanib urvoq sepilgan tova yoki chuqur temir tovaga solishdan avval ko'pirtirilgan tuxum oqi aralashtiriladi.

Tayyor tvorog massasi qolipli idish yoki chuqur temir tovaga solinib, usti tekislanadi, tuxum, smetana yoki lezon (tuxum, shakar, smetana, sut aralashmasi) surtib, qovurish shkafida 25—35 minut davomida yuzida qizg'ish qobiq hosil bo'lguncha ushlanadi. Chuqur tovadani puding 5—10 minut sovilib, kvadrat yoki to'g'ri to'rtburchak shaklida kesib, porsiyalanib, likobchaga solib yoki porsiyali tovaning o'zida tarqatiladi. Tarqatishda puding ustiga eritilgan sariyog', sut sardagi, smetanadan biri quyib beriladi.

Tvorog 152 g, manna yormasi 15 g, shakar 15 g, tuxum 1/4 dona, kishmish 20,4 g, oshxona margarini yoki sariyog' 5 g, vanilin 0,05 g, urvoq 5 g, smetana 25 g yoki sardak 75 g. Sof og'irligi 220, 275 g.

14.3. MUZLATILGAN PISHIRISHGA TAYYOR TVOROG TAOMLARI

«Tvorogli chuchvara» va «Dangasa» tvorogli chuchvarasi taomlarining yarim tayyor mahsulotlari tayyorlashni sanoat asosida ishlab chiqarishga mo'ljallab mexanizatsiyalash, ularni umumiy ovqatlanish korxonalarida ko'proq ishlatish imkoniyatini yaratdi. «Moskvacha» muzlatilgan tvorogli chuchvara 2 xil ko'rinishda, ya'ni tuzli yoki shakarli bo'ladi. Ularni tayyorlash uchun kislotaliligi 210°C oshmagan yog'li tvorog, oliy navli bug'doy uni, shakar, tuxum yoki melanj, suv ishlatiladi. Tvorogli chuchvaralarni tayyorlash jarayoni: mahsulotlarga ishlov berish, yarim tayyor mahsulotga shakl berish, muzlatish, idishga solish, nomlash va saqlashdan iborat. Chuchvara uchun qorilgan xamir harorati 26—28°C ni tashkil etishi, 40 minut tindirish lozim. Chuchvaralarga shakl berish chuchvara apparatlarida olib boriladi. Shakl berilgan vareniklar — 18°C da muzlatiladi, bunda tayyorlangan chuchvara 15—20 minut davomida muzxonada turishi, qiyma vazni chuchvara vaznining 50% ini tashkil qilishi lozim.

Tvorogli chuchvara muzlatilgandan so'ng paket yoki polimer plenkaga solinib, quti yoki karton qutilarga joylanadi. Muzlatilgan tvorogli chuchvaralar 10°C li haroratda 15 kun davomida saqlanishi mumkin.

«Dangasa» tvorogli chuchvarasi silindr shaklida avtomat mashinalarda tayyorlanadi. Bunday avtomat mashinalar 1 soatda 300—400 kg gacha tvorogli chuchvara tayyorlaydi. «Dangasa» tvorogli chuchvarasini muzlatish uchun yog'och listlarga bir qator terilib, 30 minut davomida — 25°C li muzxonada saqlanadi. Tayyor chuchvaralar yuqoridagi usulda idishga joylanadi. Umumiy ovqatlanish korxonalarida chuchvaralarni 3 sutka davomida — 10°C li haroratda saqlanadi.

14.4. TVOROG TAOMLARINING SIFATIGA QO'YILADIGAN TALABLAR VA ULARNI SAQLASH MUDDATLARI

Pishirishga tayyor tvorogli chuchvara mahsuloti yarim oy shaklida bo'lib, chetlari yaxshi yopishtirilgan, o'zaro bir-biri bilan yopishib qolmagan, o'z shaklini saqlagan bo'lishi, xamirining qalinligi 2—3 mm dan oshmasligi lozim. Bir dona chuchvaraning xom holdagi o'rtacha vazni 12—14 g yoki pishgan holda 20—25 g bo'ladi. Pishirilgan chuchvaralar o'z shashklini saqlab, bir xil yumshoqlikda, rangi oq sarg'ish izli, yuzi yog'ning yaltiroq ko'rinishiga ega, tashqi hid va mazadan xoli nordonligi me'yorida bo'lib, tvorogga xos mazaga, shirinroq ta'mga ega bo'lishi lozim.

Pishirishga tayyor «Dangasa» tvorogli chuchvarasi bir xil shaklli: romb, to'rtburchak, to'g'ri to'rtburchak yoki parrak-parrak shaklda, yopishib qolmagan, deformatsiyaga uchramagan, bir donasining o'rtaicha vazni 15 g gacha bo'lishi kerak.

Sirniklar shayba shaklida yumaloq bo'lib, och qizg'ish yoki sarg'ish qobiq bilan qoplangan, kuygan, uvoqlangan joylari bo'lmasligi, kesilganda ichi bir xil ko'rinishda, qumoqlashmagan, tvorog hidiga, nordon-shirin mazaga ega bo'lishi kerak.

Tvorogli zapekankalar yuzi silliq, yorilmagan, kuymagan, bir xil qizg'ish yoki sarg'ish qobiq bilan qoplangan, kesilganda oq yoki sarg'ish rangda, mazasi nordonroq-shirin bo'lishi lozim.

Tvorog mahsulotlari taxir, achchiq, zah mazali, o'ta suyuq, o'ta nordon bo'lmasligi kerak. Tvorogli pishirishga tayyor mahsulotlar va sovuq taomlar tarqatish jarayonida 0—6°C haroratli muzxonalarda saqlanadi. Tvorogli chuchvara, sirnik, blinchiklar tarqatilgunga qadar issiq holda 15; pudinglar 30; zapekankalar 60 minutgacha; tvorog va tvorog mahsulotlari sirlangan idishlarga usti berkitilib, sovuqda 6 soatdan 24 soatgacha saqlanadi.

Amaliy mashg'ulot

Tvorog taomlarning tayyorlanish texnologiyasi bilan tanishish

Asosiy maqsad. Tvorog taomlarining tayyorlanish texnologiyasi bilan tanishish va bu borada malaka o'rnatirish.

Uslubiy ko'rsatma. Ma'lumotlar mazkur kitobning «Tvorog taomlari» bobida bayon etilgan, ularni o'qib, bilib olish maqsadga muvofiqdir. O'quv yurtining «Fan sikli hay'ati» tomonidan tayyorlanishga tavsiya etilgan ba'zi-bir taomlarga ketadigan oziq-ovqat mahsulotlarining miqdorini «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий» (М.: Экономика, 1983) kitobidan 481—500-sonli taomlar retsepturalaridan hisoblab, aniqlanadi. Bunda barcha texnologik jarayonlardagi korxonaning ishlab chiqarish sexlarida yoki o'quv yurtining laboratoriyasida amalga oshiriladi. Ularni tayyorlashda ishlab chiqarilgan texnologik kartalar, plakatlari, diafilm, slaydalardan foydalaniladi.

Masbg'ulot o'tkazish tartibi va kerakli asbob-anjomlar. Buning uchun har xil inventarlar, pichoqlar, taxtakachlar, tovarlar, soteyniklar, protivenlar, durshlag, turli hajmdagi kastyulkalar va shunga o'xshash asbob-anjomlar kerak bo'ladi. Elektr plitalar, elektr pechlar, tovalar, frityurnitsa va boshqa mexanik va issiqlik jihozlaridan foydalaniladi.

Asosiy bajariladigan vazifalar texnologik jarayon asosida olib boriladi.

Topshiriq. O'quvchilar tayyorlagan taomlarining ko'rinishi, mazasi, sifati, tayyorlanish texnologiyasi bilan organoleptik usulda tanishadilar. Lozim bo'lgan ma'lumotlarni daftariga yozib oladilar. O'qituvchi o'tkazilgan mashg'ulotga yakun yasaydi.

Tekshirish uchun savol va topshiriqlar

1. Tvorog tarkibida qanday oziqa moddalari bor? Nima uchun u ovqatlanishda zarur mahsulot hisoblanadi?
2. Tvorog massasi qanday mahsulotlardan tashkil topgan?
3. «Tvorogli chuchvara» taomini tayyorlash chizmasini chizing va «Dangasa» tvorogli chuchvara taomidan farqini aniqlang.
4. Tvorog, bug'doy uni, tuxum, shakar, tuz, sariyog', smetana mahsulotlaridan foydalanib qanday taom tayyorlash mumkin? Bu taomni tayyorlash uslubi chizmasini chizing.
5. Tvorog pudingi qanday tayyorlanadi va tarqatiladi? Uning tvorog zapekankasidan farqi nimada?
6. «Smetanali sirnik» va «Tvorogli zapekanka» taomlari sifatiga talab nimadan iborat?
7. Tvorog taomlari qancha vaqt saqlanishi mumkin?

XV b o b

SOVUQ TAOM VA GAZAKLAR

Sovuq taomlar tarkibidagi mahsulotlar turlicha bo'lganligi sababli, ularning oziqaviy ahamiyati katta. Sovuq taom va gazaklar sabzavotlardan, mevalardan, qo'ziqorin, tuxum, go'sht, baliq yoki gastronom mahsulotlaridan tayyorlanadi. Ularga qo'shimcha mahsulot sifatida mayonez, smetana, turli sardaklar ishlatiladi. Ko'p hollarda sovuq taom va gazaklar o'z tarkibidagi oziqaviy mahsuloti ko'pligi sababli to'yimlilik darajasi yuqori hisoblanadi. Ularga dudlangan cho'chqa go'shtlari, baliq uvuldurug'i, pishloqlar, mayonez sardakli salatlar va boshqalar kiradi.

Sovuq taom tarkibidagi mahsulotlar ta'm jihatda bir-birining xushxo'rligini oshiradigan qilib tanlansa va did bilan bezatilsa, iste'molchining ishtahasini ochadi, taom yaxshi hazm bo'ladi.

Hamma sovuq taom va gazaklarni quyidagi besh guruhga ajratish mumkin: buterbrodlar, salat va vinegretlar, sabzavotli taomlar, baliq taomlari, go'sht taomlari. Sovuq taom va gazaklarni tayyorlash, saqlash, tarqatish jarayonlarida sanitariya qoidalariga qat'iy rioya qilinishi zarur, chunki ularni tayyorlashda ishlatiladigan mahsulotlar tarqatishdan avval issiq ishlovdan o'tkazilmaydi. Sovuq taom va gazaklar did bilan chiroyli bezalishi lozim. Bezash uchun mahsulotlarning sarasi tanlab olinadi va ishlatiladi. Pomidor, qizil rediska, sabzi, qisqichbaqalar, ko'k no'xat, salat bargi, ko'katlar sovuq taom va gazaklarni bezash uchun ishlatiladigan mahsulotlar hisoblanadi. Sovuq taom va gazaklarni tarqatishda ularning harorati 12°C dan oshmasligi kerak.

15.1 SOVUQ TAOMLARDA ISHLATILADIGAN MAHSULOTLARNI TAYYORLASH

Sabzavot va ko'katlar. Salat va vinegret uchun kartoshka, sabzi va lavlagilar po'sti bilan pishiriladi, sovutilib, taom tayyorlashdan avval tozalanib, to'g'raladi. Biroq ularni avval tozalab, so'ng pishirib, to'g'rab taom tayyorlansa, taom sifati, sanitariya holatlari yaxshilanadi, saqlash muddati uzayadi. Qizilcha po'chog'i tozalanib, kesiladi va suvda yumshoq holga kelguncha pishiriladi. Uning rangini saqlab qolish uchun tayyor bo'lishdan avval 3% li sirka solinadi. Sirkani qizilchani

pishira boshlash jarayonida solish tavsiya etilmaydi, chunki sirka qancha erta solinsa, qizilchanning yumshab pishishi shuncha uzoqqa cho'ziladi. 10 kg qizilchaga 100 g sirka ishlatiladi. Sabzi, sholg'om tozalanib, butun holda pishiriladi. Sabzini yana tozalab, kesilgandan so'ng biroz suv va o'simlik yog'i (10 kg sabziga 150—200 g yog' solinadi) qo'shib, qopqog'i yopilib pishiriladi. Bunda sabzi tarkibidagi A darmondorisi (karatin) yog'da erib, saqlanib qolishi bilan birga kishi tanasida hazm bo'lishi yaxshilanadi.

Tez muzlatilgan ko'k no'xat tuzli, qaynab turgan suvga solib qaynatiladi va iste'molga tayyor holga keltiriladi.

Pishirilgan sabzavotlar sovutilgan holda alohida-alohida idishlarda 8—10°C haroratli joyda saqlanadi. Po'chog'i tozalab pishirilgan sabzavot mahsulotlari iste'molga tarqatilgunga qadar 12 soat davomida saqlanishi mumkin.

Sovuq taomlar uchun garnir sifatida va taomlarni bezash uchun-sabzi, oq va qizil o'zakli karam, yangi yoki sho'r bodring, marinovka qilingan pomidor, salat bargi, ko'k piyoz, qirilgan xren ildizi, limon parragi va ko'katlar ishlatiladi. Har bir sabzavot oddiy ishlovdan o'tkazish bilan birga qaynatib sovutilgan suvda yana bir bor yuvilishi ko'katlar (salat bargi, ko'k piyoz, petrushka, selderey, ukrop) diqqat bilan ishlovdan o'tkazilishi lozim. Chunki ularning bakteriyalar bilan zararlanishi yuqori bo'ladi. Ayniqsa, issiqxonada yetishtirilgan ko'k piyoz bunga juda moyildir. Ko'katlarga ishlov berish va yuvishda ishlatish uchun zarur miqdordagilari olinishi va ular 1 soat mobaynida ishlatilishi kerak. Ishlatishgacha ularni sovuqxonalarda saqlash lozim.

Baliq sovuq taomlari uchun pishirilgan, qovurilgan, dudlangan, tuzlangan, konservalangan baliqlar, qisqichbaqa, kalmar va krevetkalar ishlatiladi. Baliqlarning turlari zvenolarga bo'lingan holda (osyotr oilasidagilari), porsiyali bo'laklarga bo'lingan holda filelar ko'rinishda (terili suyakli yoki terili suyaksiz yoki sof file), dimlab, qaynatib pishirib, sovutiladi

Semga, keta, losos kabi baliqlarning suzgich qanotlari, boshi ajratilib, uzunasiga umurtqa suyagi bo'ylab ikkiga ajratiladi, terisi bilan taxtakachga qo'yib, umurtqa va qovurg'a suyaklari ajratiladi, dum tomoniga qarab burchak ostida porsiyaga taqsimlab, terisini taxtakachda qoldirib lahm joyi ajratiladi. Baliqning qolgan qismi lahmi ajratib olingan terisi bilan yopib, keyingi ishlatilgunigacha saqlanadi. Baliqning umurtqa qismi terisi va umurtqa suyaklaridan tozalanadi, qotgan, shamoldan rangi o'zgargan qismlari olib tashlanadi va to'qimasiga ko'ndalang holda porsiyasiga 2—3 bo'lakdan qilib kesiladi. Dudlangan baliqning qovurg'a suyaklari tozalanib, shamoldan rangi o'zgargan qismlari olib tashlanadi va porsiyalanib kesiladi. Dudlangan siga, treska, dengiz okuni baliqlari teri, suyaklaridan tozalanib lahmga ajratiladi.

Dudlangan yoki quritilgan baliq terisi tozalanib, ko'ndalangiga suyagi bilan kesiladi. Yirik baliqlar umurtqa suyagi bo'ylab uzunasiga kesib olib, so'ng

ko'ndalangiga porsiyalarga ajratib kesiladi. Seld balig'i suyagi bilan yoki lahm qilib ajratib bo'laklanadi.

Konservalangan kilki, shprot, sardina, sayra va shunga o'xshash baliqlar o'z holatiga qarab ishlovdan o'tkaziladi. Kilkalar bochka yoki bankadan olinib, boshi, ichi, dumini ajratiladi. Shprot, sayra, sardinalar ishlovdan o'tkazilmay iste'molga tortiladi. Konservalar ochilgan zahoti quruq, toza idishga solinadn yoki porsiyalanib tarqatiladi. Sharbati, yog'i yoki sardagi tarqatishda bir xilda ustidan quyib beriladi.

Go'sht va go'sht mahsulotlariga qaynatib pishirilgan, qovurilgan, dudlangan, dimlab pishirilgan go'sht, kalla-pocha, parranda va boshqa mahsulotlar kiradi. Sovuq taomlar tayyorlashda pishirilgan mol go'shti, til, cho'chqa go'shtlari (son, biqin, to'sh), qovurilgan, pishirilgan parranda va ilvasin go'shti, kolbasa, pishloq turlari ishlatiladi.

Pishirib dudlangan cho'chqa soni (okorok) suyaklari, ortiqcha yog'idan, terisidan ajratiladi va to'qimasiga ko'ndalang holda porsiyalanib kesiladi.

Mol, cho'chqa, qo'y go'shtlari yirik bo'lakda qovurilgan yoki pishirilgan bo'lsa, qotib qolgan bo'laklari yuzaki kesib ajratib olinadi va tarqatishda avval to'qimasiga ko'ndalang kesib porsiyalanadi.

Kolbasalar (dudlangan yoki pishirilgan) ishlatishdan avval sochiq bilan yaxshilab artilib, yuzi quritiladi. Tarqatish miqdoriga qarab ichagidan tozalangan zahoti kesib tarqatiladi, chunki tozalangan holda saqlansa mikroorganizmlar bilan ifloslanadi. Agar kolbasa ichagi ajralishi qiyin bo'lsa, uni 1—2 minut issiq suvga botirib olib, quritib, artilib, so'ng ichagidan tozalanadi.

Pishloqlar holatiga qarab to'g'ri to'rtburchakli bo'lsa ko'ndalan-giga, dumaloq bo'lsa o'z sektori bo'ylab bo'laklarga bo'linib, yuzidagi qobig'i tozalanadi va 2 mm dan oshmagan qalinlikda kesib, porsiyalarga bo'linadi.

Sariyog'lar yuza tozalanib, to'rtburchakli uzun bo'laklarga bo'linib, ko'ndalangiga 0,5—1 sm qalinlikda kvadrat shaklida kesiladi. Kesilgan sariyog' likobchaga qo'yib beriladi. Sariyog'ni kesishda oziq-ovqat pichog'i yoki arra ko'rinishga ega pichoqdan foydalaniladi. Agar kesilgan sariyog' biroz saqlanishi lozim bo'lsa, muzdek suvga solib qo'yiladi.

Sariyog'ni tozalash va kesish iste'molchiga tarqatish oldidan kerakli miqdorda olinib amalga oshiriladi.

15.2. BUTERBRODLAR

Buterbrodlar ko'p ishlatiladigan gazak turi hisoblanadi. Ular uchun bug'doy yoki javdar nonlari qobig'i bilan yoki qobiqsiz holda 1 sm qalinlikda kesib tayyorlanadi. Buterbrodlar uchun go'sht, baliq, gastronom mahsulotlari, pazandachilik

mahsulotlari, pishloqlar, pishloq massalari, povidlo, djem, tuxum, sariyogʻ, yogʻ aralashmalari, har xil sardaklar, sabzavotlar, mevalar va boshqa mahsulotlar ishlatiladi. Bu mahsulotlar taʼmi, rangi bilan bir-birining xushxoʻrligini oshiradigan boʻlishi lozim. Buterbrodlar uchun mahsulot yupqa kesilishi va non ustini toʻliq berkitishi kerak. Mahsulot turiga qarab buterbrod ustiga 1—3 boʻlakdan kesilishi mumkin, lekin undan ortiq boʻlakda kesish tavsiya etilmaydi. Buterbrodlarni tayyorlashda mahsulotlar isteʼmolga tarqatishdan avval kesilishi lozim, agar isteʼmolga tarqatish jarayoni biroz choʻzilib qolsa, mahsulot 30—40 minutgacha sovuq xonada saqlanishi kerak. Buterbrodlar tayyorlanishi boʻyicha ochiq, yopiq (sandvich) va gazak uchun (kanape) tayyorlanadi.

Ochiq buterbrodlar. Bu buterbrodlar oddiy yoki murakkab boʻladi. Oddiy ochiq buterbrodlar bir turdagi mahsulotdan, yaʼni sariyogʻ, pishloq yoki kolbasa va hokazolardan tayyorlanadi. Oq bugʻdoy uni batoni yoki javdar nonidan qobiqsiz holda qalinligi 1—1,5 sm, kengligi 10—12 sm qilib toʻrtburchak shaklida, vazni 30—40 g hisobida kesiladi va ustiga tayyorlangan, mahsulot qoʻyiladi. Agar buterbrod yogʻsiz mahsulotdan tayyorlanadigan boʻlsa, nonga sariyogʻ surtilishi yoki sariyogʻdan gul yasab mahsulot ustiga qoʻshib berilishi kerak. Ochiq buterbrodlar javdar noni ustiga choʻchqa yogʻi (shpig) kilki, keta baligʻi uvuldurugʻi, seld baligʻi qoʻyib tayyorlanadi. Murakkab buterbrod bir necha turdagi mahsulotlar qoʻyib tayyorlanadi. Ochiq buterbrodlar salat bargi, shpinat, koʻkat (ukrop, petrushka, kashnich) pallacha shaklidagi pomidor yoki bodring, rediska, marinovka qilingan yoki yangi qalampirlar bilan bezaladi. Bunda tabiiyki, uning vazni oʻzgaradi.

Sariyogʻli, shokoladli, meva yogʻi yoki margarinli buterbrod. Sariyogʻ va yogʻ turlari kesilgan nonni berkitadigan darajada yupqa kesilib, nonga qoʻyib tarqatiladi.

Pishloqli buterbrod. Ishlovdan oʻtgan pishloq qalinligi 2—3 mm qilib non usti yopiladigan miqdorda kesilib tayyorlanadi. Tayyorlangan non ustiga sariyogʻ yoki margarin yupqa surtilib, ustiga tayyorlangan pishloq qoʻyib beriladi. Pishloq non yuzasini toʻliq qoplashi kerak.

Kolbasali buterbrod. Kolbasa qalinalari koʻndalangiga bir boʻlak hisobida, ingichkalari burchak ostida 2 yoki 3 boʻlakdan qilib kesib tayyorlanadi. Nonga sariyogʻ, yogʻli gorchitsa yoki margarin surtilib, ustiga kolbasa qoʻyib beriladi.

Murakkab buterbrodlar (assorti yoki markazcha). Taʼmi va rangi oʻzaro uyushadigan va xushxoʻrligini oshiradigan bir necha xil mahsulotlardan tayyorlanadi. Kesilgan goʻsht mahsulotlari, dudlangan mahsulotlar, semga, seld filelari va boshqa mahsulotlarni yupqa kesib, konus shaklida oʻralib, ichiga salat yoki mayonez sardagi yoki koʻk noʻxat, pishirib chopilgan tuxum solib tayyorlanadi. Ularni bezashda yangi pomidor, bodring, qizil qalampir, rediska, sabzi, pishirib chopilgan tuxum, koʻkat va boshqa mahsulotlar ishlatiladi. Bezash oxirida yumshatilgan sariyogʻ,

har xil mahsulotli yog' bilan qandolatchilik qopchig'idan foydalanib nozik bezak beriladi.

Yopiq buterbrodlar (sandvichlar). Oq baton non qobig'i tozalanib, ko'ndalangiga ikkiga bo'linib, uzunasiga 0,5 sm qalinlikda yupqa kesiladi. Non ustidan sariyog' surtilib, ustidan yupqa kesilgan mahsulot (go'sht, baliq, baliq uvuldurug'i yoki pishloq va hokazo) qo'yib, ustidan sariyog' surtilgan ikkinchi non bo'lagi bilan berkitilib, yengil bosib qo'yiladi va kengligi 7—8 sm qilib kesiladi.

Sandvichlar 2 yoki 3 qavatli yoki aralash mahsulotli qilib tayyorlanadi. Bunday usulda tayyorlangan buterbrodlarga bug'doy uni bulochka-nonchalari bilan tayyorlanadigan dorojniy buterbrodlar kiradi. Buning uchun noncha ko'ndalangiga o'rtasidan kesilib, bir cheti o'zaro ilinadigan holda qoldirilib, kesilgan yuzaga yupqa sariyog' surtilib, noncha orasiga yupqa kesilgan mahsulot qo'yiladi. Mahsulot bilan birga yangi yoki konservalangan, achchiq bo'lmagan qalampir, ko'k piyoz va boshqalar yupqa kesib qo'yilishi mumkin. Mahsulot sifatida pishloq, kolbasa, qovurilgan yoki pishirilgan go'sht, kotlet va boshqalar ishlatiladi.

Gazak uchun buterbrodlar (kanapelar). Gazak uchun tayyorlanadigan buterbrodlar uchun suvi qochgan oq bug'doy non, qora javdar noni yoki qatlama xamirdan tayyorlangan mahsulotlar ishlatiladi.

Biroz suvi qochgan bug'doy yoki javdar noni qobig'idan tozalanib, qalinligi 1—1,5 sm, kengligi 5—6 sm qilib kesiladi, sariyog' yoki margarinda yuzaki qovurilib, sovutiladi va yuziga yupqa sariyog' surtiladi. Go'sht, baliq, pishloq, kolbasa yoki boshqa mahsulotlar kengligi 0,5—1 sm dan, qalinligi 2—3 mm dan lenta shaklida kesilib tayyorlangan non ustiga qo'yiladi va ularning orasi ko'kat, ko'k piyoz, pishirib chopilgan tuxum bilan to'ldirib, qandolatchilik qopchig'idan foydalanib sariyog', qaymoqlar setka yoki jimjimador bezaklar ko'rinishida ham bezaladi. Buterbrodlarni tayyorlashda bir xil yoki bir necha xil mahsulotlardan foydalanish mumkin. Tarqatishdan avval tayyorlangan buterbrodlar kvadrat, to'g'ri to'rtburchak, uchburchak yoki romb shaklida porsiyasiga 2—6 dona hisobida kesiladi. Diametri 4 sm qilib doira shaklida kesilishi ham mumkin. Doira chetlari seld yoki jimjimador qilib, o'rtasi ko'k piyoz, sariyog', chopilgan tuxum, zaytun mevasi va boshqa mahsulotlar bilan bezaladi. Gazak uchun buterbrodlarga ishlatiladigan nonni qovurmay ishlatish ham mumkin.

15.3. SALATLAR

Salatlar yangi, pishirilgan, achitilgan, marinovka qilingan, tuzlangan, tuzlab muzlatilgan sabzavot, qo'ziqorin, dukkaklilar, yangi yoki konservalangan meva, sitrus mahsulotlaridan tayyorlanadi. Ba'zi hollarda salatlar go'sht, baliq, parranda,

seld, tuxum dengiz va boshqa mahsulotlardan qo'shib tayyorlanishi ham mumkin. Salatlariga yumshoqligini oshirish uchun smetana, mayonezlar qo'shiladi. Bu mahsulotlar qo'shib tayyorlangan salat 1 soat davomida istemolchilarga tarqatilish kerak. Kesib tayyorlangan, lekin nordon qaymoq, mayonez qo'shilmagan mahsulotlarni muzxonalarda 4—8°C li haroratda 12 soat davomida saqlash mumkin. Bundan uzoqroq muddatda saqlansa shamol tegib, yuzi qotib qolib, mahsulot va taom sifati o'zgaradi, C darmondorisining miqdori kamayadi.

Yangi yoki pishirilgan sabzavotlar salatlar uchun kubik, tilim-tilim, parrak-parrak, somoncha shakllarida to'g'raladi. Salatlar o'zi alohida taom sifatida salat idishlarida yoki mayda likobchalarda beriladi. Ko'kat va sabzavot salatlariga go'sht, baliq taomlari uchun qo'shimcha garnir sifatida berilishi mumkin. Salatlarini bezash uchun ko'kat, salat barglari, ko'k piyoz, ukrop, petrushka, selderey, tuxum, go'sht, baliq, meva, sitrus mevalari va boshqa salat tarkibiga kirib, o'z rangi bilan salatni bezashga yordam beruvchi mahsulotlardan (qizil qalampir, pomidor, bodring) foydalaniladi.

Salatlarni bezashni ikki xil usulda olib borish mumkin. *Birinchi usulda* to'g'rab, muzxonada saqlangan salat mahsulotlari aralashtirilib, sardak yoki smetana, tuz, ziravor bilan yana bir aralashtirilib, idishga uyib solinib, ko'kat bilan bezaladi. *Ikkinchi usulda* mahsulotlar to'g'ralib, uning 1/3 qismi sardak bilan aralashtiriladi va salat idishiga uyib solinadi. Ustiga go'sht, baliq, parranda, qisqichbaqa, tuxum qo'yib, tuzlangan bodring, pomidor va ko'katlar bilan bezaladi. Qolgan mahsulotlar kesilib, salat atrofiga terib chiqiladi. Bezalgan mahsulot ustiga sardak qo'yilmaydi.

Ko'k salat. Yuqoridagi saralangan salat barglari 3—4 ga bo'linadi yoki somoncha shaklida to'g'raladi va likobcha yoki salat idishiga uyib solinib, ustidan salat sardagi yoki smetana quyiladi. Yarimta yoki chorakta pishgan tuxumni pallacha shaklida to'g'rab, salat ustiga qo'yib berish ham mumkin. Bunda shu miqdorga salat vazni oshiriladi. Agar bu salat go'sht, baliq, parranda taomlariga qo'shimcha garnir sifatida berilsa, mahsulot maydaroq to'g'ralishi lozim.

Yangi bodring salati. Ishlovdan o'tgan yangi bodring tilim-tilim yoki parrak-parrak shaklida to'g'ralib, salat idishiga yoki likobchaga solinib, ustidan salat sardagi yoki smetana quyib, ko'kat yoki salat bargi bilan bezaladi.

Ko'k piyoz salati. Birlamchi ishlovdan o'tgan ko'k piyoz uzunligi 1—1,5 sm qilib to'g'ralib, tuz bilan aralashtirilgan zahoti likobcha yoki salat idishiga uyib solinadi, atrofi pallacha shaklda kesilgan pishgan tuxum bilan bezalib, ustidan smetana quyib beriladi.

Rediska salati. Qizil rediska barg va uch qismidan tozalaniib, yaxshilab yuviladi. Oq rediskaning po'sti tozalaniishi lozim. Tayyorlangan rediska parrak-parrak shaklida to'g'raladi. Ishlovdan o'tgan ko'k piyoz mayda to'g'ralib, tuz, rediska bilan

aralash tirilib, salat idishga uyib solinadi, atrofi pishirib pallacha shaklda to'g'ralgan tuxum va ko'kat bilan bezalib, ustidan salat sardagi yoki smetana quyiladi. Yana tuxum sarig'i ajratilib kesib ichiga qo'shilishi, oqi esa mayda to'g'ralib, to'g'ralgan ko'kat bilan aralash tirilib, salat ustidan sepib berilishi ham mumkin.

«Bahor» salati. Ishlovdan o'tgan rediska, yangi bodring tilim-tilim qilib, salat bargi kvadrat shaklida, ko'k piyoz mayda to'g'ralib, tuz, murch, smetana bilan aralash tiriladi va likobcha yoki salat idishga uyib solinadi, atrofi pishirib shakl berib kesilgan tuxum, ko'kat bilan bezaladi. Agar salatga bodring qo'shilmay tayyorlansa, uning evaziga rediska va salat bargi miqdori oshirilishi mumkin.

Salat bargi 42 g, rediska 40 g, yangi bodring 40 g, ko'k piyoz 25 g, tuxum 1/2 dona, smetana 40 g. Sof og'irligi 200 g.

«Yoz» salati. Pishirib, tozalanib tilim-tilim shaklida to'g'ralgan kartoshka va bodring, pallacha shaklida to'g'ralgan pomidor, 3—4 bo'lakka bo'lingan salat bargi, mayda to'g'ralgan ko'k piyoz, ishlovdan o'tgan ko'k no'xat, tuz, murch, smetana hammasi aralash tiriladi va salat idishga yoki likobchaga uyib solinadi, yangi bodring parragi, pishirilgan tuxum, pallacha shaklda to'g'ralgan yangi pomidor, ko'kat bilan bezaladi.

Sabzi salati. Yangi sabzi ishlovdan o'tkazilib, mayda somoncha shaklida to'g'raladi yoki mayda ko'zli qirg'ichdan o'tkaziladi, smetana, shakar, tuz bilan aralash tirib, likobcha yoki salat idishga uyib solinadi va ko'kat bilan bezaladi. Salatga mayda to'g'ralgan olma yoki qora olxo'ri qo'shish mumkin. Ular avval bo'ktirilib, danagi olib tashlanishi lozim.

Yangi pomidor salati. Yangi pomidor band atrofidan kesib tashlangandan so'ng parrak-parrak shaklida to'g'ralib, likobcha yoki salat idishga solinib, yoniga ko'k yoki bosh piyoz to'g'ralib qo'yiladi, ko'kat bilan bezalib, ustidan tuz, murch, salat sardagi yoki smetana quyib beriladi. Salatni piyozsiz tarqatish ham mumkin.

Piyozli sho'r bodring salati. Ishlovdan o'tgan sho'r bodring tilim-tilim shaklida to'g'ralib, mayda to'g'ralgan bosh yoki ko'k piyoz, dog'langan o'simlik yog'i bilan aralash tirib, likobcha yoki salat idishga uyib solinib, ko'kat bilan bezaladi.

Oq o'zakli karam salati. Bu salat ikki usulda tayyorlanadi.

Birinchi usul. Ishlovdan o'tgan yangi karam somoncha shaklida to'g'raladi. Katta kastyulkaga solib, tuz (1 kg karamga 15 g tuz) 3% li sirka solinib plita ustida aralash tirilgan holda hajmi kamayib, biroz yumshaguncha isitiladi. Tayyorlangan karam plita ustidan olinib sovitiladi, ishlovdan o'tgan maymunjon, o'simlik yog'i, shakar, ishlovdan o'tib mayda to'g'ralgan ko'k piyoz yoki sabzi qo'shib aralash tiriladi. Tarqatishda ustiga mayda to'g'ralgan piyoz sepib beriladi. Karamni plita ustida isitishda kuzatib borish lozim. U juda yumshoq, holga kelguncha isitilmasligi kerak. Chunki uning kursillash xususiyati yo'qolib, sifati buziladi.

Ikkinchi usul. Karam ishlovdan o'tkazilib, mayda somoncha shaklida to'g'raladi, tuz bilan aralashtirib, biroz yumshaguncha qo'lda eziladi va shakar, sirka, dog'langan o'simlik yog'i qo'shib aralashtiriladi.

Oq o'zakli karam salatini tayyorlashda yangi tuzlangan olma, marinadlangan olxo'ri yoki olcha, uzum, maymunjon, yangi sabzi ham qo'shish mumkin. Agar marinadlangan mevalar qo'shib tayyorlansa sirka o'rniga marinaddan qo'shilsa salatning xushxo'rliqi oshadi. Bunda salat vazni biroz oshib ishlov berish vaqti tejaladi. Salat uchun qattiq karamlarni ishlatish maqsadga muvofiq hisoblanadi. Salatlariga meva qo'shmay tayyorlash ham mumkin.

Yangi karam 102 g, maymunjon 15 g, ko'k piyoz 15 g yoki sabzi 15 g, 3% li sirka 15 g, shakar 7 g, o'simlik yog'i 7 g. Sof og'irligi 150 g.

Qizil o'zakli karam salati. Ishlovdan o'tgan qizil o'zakli karam somoncha shaklida to'g'raladi, qaynoq suvga bir botirilib, suyuqligi silqitiladi, mayda tuz (1 kg karamga 15 g tuz) sepib aralashtiriladi va 15—20 minut ushlanib, biroz yumshab, suyuqligi ajraguncha eziladi. Siqib suyuqligidan ajratib olinib, sirka bilan aralashtirib, sovuq xonada 1,5—2 soat ushlanib, dolchin va qalampirmunchoq qaynatilgan shakarli suv bilan aralashtiriladi. Tarqatishda likobcha yoki salat idishiga uyub solib ustidan dog'langan o'simlik yog'i quyib beriladi. Dolchin va qalampirmunchoq shakarli suvini tayyorlash uchun suvga dolchin va qalampirmunchoq solib qaynatiladi. Biroz qaynagach usti yopilgan holda 30 minut stol ustida tindiriladi va suyuqligi suzib olinadi. Tarqatishda ustiga o'simlik yog'i quyib beriladi.

Bu salat xuddi oq o'zakli karam salatiga o'xshash tayyorlanishi, alohida taom yoki garnir sifatida ishlatilishi.

Sho'r karam salati. Sho'r karam ishlovdan o'tkazilib, somoncha shaklda kesilgan olma, mayda to'g'ralgan piyoz, shakar, dog'langan o'simlik yog'i qo'shiladi. Yangi olma o'rniga maymunjon, mandarin, apelsin, gilos yoki marinadlangan olma solish mumkin.

Sarimsoqpiyozli, pishloqli qizilcha salat. Pishirilgan qizilcha somoncha shaklida to'g'raladi va mayda chopilgan sarimsoqpiyoz bilan aralashtirilib, likobcha yoki salat idishiga uyub solinadi, ustidan qirilgan pishloq sepib beriladi.

Go'sht salati. Pishirilgan yoki qovurilgan go'sht (mol, qo'y, buzoq, cho'chqa) yupqa tilim-tilim qilib pishirilgan kartoshka, yangi yoki sho'r bodringlar — yupqa tilim-tilim shaklda to'g'raladi, tuz, mayonez, «Yujniy» sardagi qo'shib aralashtirib salat idishi yoki likobchaga uyub solinadi, atrofi yupqa kesilgan go'sht, bodring parragi, pishirib pallacha shaklida kesilgan tuxum, qisqichbaqa bo'yni va ko'kat bilan bezatiladi.

Mol go'shti 48 g, pishirib tozalangan kartoshka 40 g, bodring 30 g, tuxum 15 g, krab (konservasi) 15 g, mayonez 30 g, «Yujniy» sardagi 8 g, ko'kat 2 g, ziravorlar. Sof og'irligi 150 g.

Kartoshka salati. Pishirib tozalangan kartoshka tilim-tilim qilib to'g'raladi, to'g'ralgan piyoz, salat sardagi yoki smetana bilan aralashtirilib, likobcha yoki salat idishiga uyub solinadi va ko'kat bilan bezaladi. Bu salatga yana pishirilgan sabzi, sho'r bodring, karam, qo'ziqorin va seld qo'shib tayyorlash ham mumkin.

Kartoshka 68 g, bosh yoki ko'k piyoz 34 g, smetana yoki mayonez 30 g. Sof og'irligi 200 g.

«**Markaz**» salati. Parranda yoki ilvasin go'shti pishirilib, go'shti ajratilib yupqa va tilim-tilim shaklida kesiladi. Pishirilgan kartoshka, sho'r bodring yoki kornishon tilim-tilim, salat bargi yirikroq qilib to'g'raladi. Tilim-tilim kesilgan parranda go'shti, kartoshka, bodring, tuz, mayonez va «Yujniy» sardaklari aralashtiriladi. Likobcha yoki salat idishiga salat bargi terilib, ustiga salat uyub solinadi, atrofi yupqa kesilgan parranda go'shti, pallacha kesilgan pishgan tuxum, qisqichbaqa bo'yni yoki krivetka, bodring, ko'katlar bilan bezaladi. Salat smetanali mayonez yoki oq sardak bilan tayyorlansa ham bo'ladi.

Baliq salati. Pishirilgan kartoshka, yangi yog'i sho'r bodring tilim-tilim yoki kubik shaklida to'g'ralib, ishlovdan o'tgan ko'k no'xat bilan birga mayonez, «Yujniy» sardagi aralashtirib tayyorlanadi. Pishirib yupqa kesilgan baliq bo'laklarini ham qo'shsa bo'ladi. Likobcha yoki salat idishiga salat bargi yoyilib, ustiga uyub salat solinadi, atrofi baliq, bodring, pomidor, ko'kat bilan bezaladi. Bu salatni laganda tarqatsa ham bo'ladi. Buning uchun lagan o'rtasiga uyub salat solinadi. Atrofi sabzavotlar bilan bezaladi va salat sardagi quyiladi. Undan qolgan mahsulot kesilib, to'p-to'p qo'yilib bezab tarqatilishi ham mumkin. Krablardan va treska jigaridan ham xuddi shu usulda salatlar tayyorlanishi mumkin.

Kalmarli kartoshka salati. Pishirilgan kalmar lahm go'shti tilim-tilim qilib kesiladi va kartoshka salatiga o'xshash mahsulot yordamida tayyorlangan salatga qo'shib aralashtirib, salat idishi yoki likobchaga uyub solinadi va yangi pomidor, salat bargi, yupqa kesilgan kalmar va ko'kat bilan bezaladi.

15.4. VINEGRETLAR

Vinegretlar salat turlaridan biri bo'lib, unga, albatta, qizilcha qo'shib tayyorlanadi. Qizilcha rangini o'zida ko'proq saqlab qolishi uchun pishirib to'g'ralgandan so'ng dog'langan o'simlik yog'i bilan aralashtirib qo'yilishi kerak.

Sabzavot vinegreti. Pishirilgan qizilcha, sabzi, kartoshka tilim-tilim qilib to'g'raladi. Tuzlangan bodring ishlovdan o'tkazilib tilim-tilim qilib kesiladi. Bosh piyoz halqa yoki yarim halqa, ko'k piyoz 1—1,5 sm uzunlikda qilib to'g'raladi. Tuzlangan karam tuzlamadan olib siqiladi. Agar u sho'r bo'lsa sovuq suvda chayib maydalab to'g'raladi. Tayyorlangan sabzavotlar aralashtiriladi, salat sardagi yoki mayonez sardagi qo'shib qorishtiriladi va salat idishga yoki likobchaga uyub solinadi, chiroy beruvchi pichoqda kesilgan sabzi, qizilcha, kartoshka, bodring parragi bilan bezaladi, salat bargi, ko'katlar sepib tarqatiladi.

Vinegretlarga yangi yoki sho'r pomidor qo'shish mumkin. Vinegretidagi sho'r karam va bodring hisobini kamaytirish uchun 50 grammdan 100 grammgacha ko'k no'xat, vinegretni go'sht, baliq, seld, kalmar lahm go'shti va boshqa mahsulotlar qo'shib tayyorlash ham mumkin.

Qizilcha 150 g, kartoshka 210 g, sabzi 100 g, ko'k yoki bosh piyoz 150 g, sho'r karam yoki bodring 300 g, salat sardagi yoki smetana 100 g. Sof og'irligi 1000 g.

15.5. SABZAVOT, QO'ZIQORIN TAOMLARI VA GAZAKLARI

Sabzavot, qo'ziqorin sovuq taom va gazaklarni tayyorlash uchun yangi, pishirilgan, marinadlangan va tuzlangan sabzavotlar, qo'ziqorinlar, ko'katlardan foydalaniladi.

Yog' yoki smetanaqa qorilgan turp. Turp ishlovdan o'tkazilib somoncha yoki tilim-tilim shaklda to'g'raladi, biroz tuz sepiladi, suyuqligi silqitilib, dog'langan o'simlik yog'i yoki smetanaqa aralashtiriladi va likobcha yoki salat idishiga solib, ko'kat bilan bezaladi. Turpga o'rdak, g'oz, tovuq yog'i qo'shib tayyorlash ham mumkin. Turpning bir qismini sabzi bilan almashtirsa ham bo'ladi.

Go'sht salati tiqilgan pomidor. Pishirilgan go'sht, sabzavotlar, tuxum mayda kubik yoki tilim-tilim shaklida to'g'ralib, mayonez, «Yujniy» sardagi bilan aralashtirilib go'sht salati tayyorlanadi. Qiyma tiqishga mo'ljallab tayyorlangan pomidor ichiga go'sht salati to'ldirilib, usti tuxum va ko'kat bilan bezaladi. Xuddi shu usulda pomidorga baliq salati, tuxum va piyoz, qo'ziqorin va boshqa mahsulotlar tiqib tayyorlanadi.

Baqlajon ikrasi. Baqlajon bandi uzib tashlanib, qovurish shkafida yumshaguncha ushlanadi va sovitiladi. Po'sti tozalanib, mayda chopilib, o'simlik yog'i, jazlangan piyoz, tomat qo'shib aralashtirilgan holda quyuqlashguncha qovuriladi. Tayyor bo'lish oldidan sirka, tuz bilan ezilgan sarimsoqpiyoz solinadi. Tarqatishda alohida taom sifatida likobchaga solib, ko'kat bilan bezaladi. Baqlajon ikrasiga sarimsoqpiyoz qo'shmasa ham bo'ladi.

Baqlajon 105 g, bosh piyoz 11 g, o'simlik yog'i 6 g, tomat 11 g, 3% li sirka 3 g, sarimsoqpiyoz 0,5 g, ziravor. Sof og'irlign 1000 g.

Sabzavot ikراسi. Bandi uzilgan baqlajon va qovoqcha qovurish shkafida yopilib, sovitiladi, po'sti tozalanib, mayda chopiladi. Mayda to'g'ralgan piyoz, sabzi jazlanib yumshoq holga kelgandan so'ng tomat qo'shib, biroz jazlanib, mayda to'g'ralgan karam solinib yumshaguncha dimlanadi va dimlash oxirida tayyorlangan baqlajon, qovoqcha solinib, aralastirilgan holda yana dimlanib quyuuq holga kelgandan so'ng sovitiladi, sirka, tuz, murch qo'shib aralastiriladi. Agar karam biroz taxir bo'lsa, qaynoq suvga botirib olinib, so'ng keyingi ishlovga jo'natilishi lozim. Tarqatishda ikra ko'kat bilan bezab beriladi.

Tuzlangan yoki marinadlangan qo'ziqorin piyoz bilan. Qo'ziqorin o'z suyuqligidan suzilib, yiriklari bo'linadi, qizitilgan o'simlik yog'i bilan aralastirilib, likobchaga yoki salat idishiga solinadi, ustidan mayda to'g'ralgan bosh yoki ko'k piyoz solib beriladi.

Qo'ziqorin ikراسi. Quritilgan qo'ziqorin ishlovdan o'tkazilib pishiriladi, sovitilib maydalab chopiladi yoki qiymalovchi mashinadan o'tkaziladi. Piyoz o'simlik yog'ida jazlanadi va tayyorlangan qo'ziqorin solib 10—15 minut qovuriladi. Sirka, tuz, murch qo'shib iste'molga tayyor holga keltiriladi. Agar tuzlangan qo'ziqorin bo'lsa, yuvilib mayda chopilishi lozim. Tarqatishda qo'ziqorin ikراسi likobchaga solinib ko'kat bilan bezaladi. Qo'ziqorin ikراسi qovoqcha, baqlajon va qalampir do'lmalarini tayyorlashda ishlatiladi.

15.6. BALIQ SOVUQ TAOMLARI VA GAZAKLARI

Sovuq taomlar va gazaklar uchun yangi baliq yoki gastronom baliq mahsulotlari ishlatiladi. Yangi baliqlarga ishlov berish va bo'laklarga bo'lish issiq baliq taomlarinikiga o'xshash olib boriladi.

Tuzlangan baliq (porsiyalangan). Baliq porsiyasiga 2—3 bo'lakdan qilib yupqa kesiladi va likobcha yoki laganchaga qo'yiladi. Tarqatishda baliq yoniga limon parragi va ko'kat solib beriladi. Agar taom osyotr oilasidagi baliqlardan tayyorlansa, uni pishirib, yupqa kesilgan kemirchak suyaklari bilan bezab beriladi.

Shprot, sardina limon bilan. Shprot yoki sardina konserva bankasi ochilib, bir qator qilib likobchaga terilib, ustidan sharbati quyiladi. Ustiga limon parragi qo'yilib, ko'kat sepib beriladi.

Kilki, hamsa yoki salaka piyoz va yog' bilan. Saralab, tozalanib yuvib ishlovdan o'tgan kilki, hamsa yoki salaka balig'i likobchaga terilib, bir chetiga mayda to'g'ralgan ko'k yoki bosh piyoz qo'yilib, ustidan dog'langan o'simlik yog'i quyilib ko'kat

bilan bezaladi. Dog'langan yog' o'rniga salat sardagi quyib berilishi ham mumkin. Bu taomga pishirilgan kartoshka (100, 150 g) ko'k piyoz (15 g) qo'shib berilishi ham mumkin.

Seld garnir bilan. Ishlovdan o'tib lahmga ajratilgan seld porsiyasiga 2—3 donadan bo'linib, seld likobchasiga (seledochnitsa) qo'yiladi, yoniga pishirib kubik shaklida kesilgan kartoshka, sabzi, qizilcha, parrak-parrak shaklida kesilgan yangi bodring, pallacha shaklida kesilgan pomidor, ishlovdan o'tgan ko'k no'xat, tuxum, to'g'ralgan ko'k piyoz, halqa shaklida to'g'ralgan bosh piyozlardan qo'yib beriladi. Seld salat bargi va ko'kat bilan bezalishi mumkin. Garnirlar rangiga qarab ketma-ket qo'yiladi.

Seld ustidan salat sardagi yoki gorchitsali salat sardagi berilishi mumkin. Sabzavotlar shakldor pichoqlar yordamida kesiladi. Garnirning bir qismi idishga yotiqrooq solinib, ustidan seld qo'yib tarqatiladi.

Seld lahm joyi 35 g, tuxum 1/4 dona, garnir 75 g, sardak 15 g. Sof og'irligi 135 g.

Seld kartoshka va yog' bilan. Seld lahm go'shti burchak ostida porsiyasiga 2—3 bo'lakdan qilib kesiladi, maxsus idishga yoki likobchaga solinadi va ko'kat bilan bezaladi. Kartoshka bochkacha, zoldircha yoki nok shaklida kesilib, pishirilib likobchaga solinadi, alohida kichik likobchada sovitilgan sariyog' beriladi.

Seld (sof filesi) 35 g, kartoshka 77 g, sariyog' 15 g. Sof og'irligi 125 g.

Chopilgan seld. Suyaksiz, terisiz seldning lahm go'shti, po'chog'i artilgan urug'siz olma, sut yoki suvda bo'ktirilib, suyuqligi siqilgan qobiqsiz oq bo'lka non, mayda chopilib yuzaki jazlangan piyoz aralashtirilib qiymalovchi mashinadan o'tkaziladi yoki pichoqda to'g'rab, yaxlit bir aralashma hosil qilinadi. So'ng yumshatilgan sariyog', murch, sirka qo'shib ko'pirarli darajada aralashiriladi, likobcha yoki seld solinadigan maxsus idishga solinib, baliq shakli yoki yog'ga botirilgan qosliiq bilan archaga o'xshash bezak beriladi va sovuqxonada biroz qotiriladi. Tarqatishda seld olma, pishirib mayda chopilgan tuxum, bodring, pomidor, salat bargi, ko'katlar bilan bezaladi.

Garnir va yerqalampirli pishirilgan baliq. Osiyotr oilasidagi baliq guruhlariga bo'linib pishiriladi, sovitib, porsiyasiga 1—2 bo'lak hisobida kesiladi. Suyak skeletli baliqlar lahm holda porsiyalarga taqsimlanib pishiriladi va o'z qaynatmasida sovitiladi. Tayyorlangan baliq likobchaga solinib, yoniga 3—4 xil sabzavotdan tayyorlangan garnir qo'yilib, salat bargi, ko'kat bilan bezaladi. Garnir sifatida pishirilgan kartoshka, sabzi, mayda kubik shaklida to'g'ralgan qizilcha, ko'k no'xat, pomidor, yangi yoki sho'r bodripg ishlatiladi. Taom ko'k salat yoki petrushka ko'kati bilan bezaladi. Alohida sardak idishda sirkali yer qalampir beriladi.

Ustiga sardak solingan baliq garnir bilan. Bu taomni tayyorlash uchun avval konsentrlangan baliq qaynatmasi tayyorlanib, sovuq suvda bo'ktirilgan jelatin

qo'shib qaynatiladi, so'ng «baliq ottyajka»si qo'shib tindiriladi, bu suyuqlik jele (lanspik) deb yurgiziladi. Chuqur temir tovaga 0,3—0,5 sm qalinlikda jele solinib qotiriladi va ustiga porsiyalangan baliq bo'laklari oralig'i 3—4 sm qilib joylanadi. Har bir baliq bo'lagi ustiga chiroyli kesilgan limon, sabzi, bodring, salat bargi, ko'kat, piyoz bilan bezak beriladi. Bezak oz-ozdan jele quyib qotiriladi. So'ng baliq ustidan 0,5—0,8 sm qalinlikda jele quyib qotiriladi. Jele bilan qotgan baliq bo'laklari pichoq yordamida, kesib ajratiladi. Bunda baliq bo'lagi turli tomondan 3—4 mm qalinlikda jele bilan qoplangan bo'lishi kerak. Jele quyilayotganda limon qo'yilmasdan, taom tarqatilayotganda baliq ustiga qo'yib berilishi mumkin. Ustiga sardak quyilgan baliq garnir bilan yoki garnirsiz tarqatiladi. Alohida sardak idishida sirkali yerqalampir sardagi yoki mayonez beriladi. Taom garnir bilan berilganda jeleli baliq bo'lagi likobchaga qo'yilib, yoniga 3—4 xil sabzavotdan tayyorlangan garnir solinadi. Bu taomni tayyorlashda maxsus shaklli idishlarga qo'yib tayyorlansa, bezaklar idish ostiga solinib tayyorlanishi va tarqatishdan avval 3—5 sekund qaynoq suvga botirilib, idishdan bo'shatilishi lozim. Shu usulda tayyorlanadigan, ustiga sardak solingan baliq taomlar krab, krivetka go'shti, kalmar, dengiz tojilaridan ham tayyorlanadi.

Pishirilgan baliq 75 g, limon 5 g, ko'kat 1,5 g, tayyor jele 125 g, sabzi 5 g. Sof og'irligi 200 g.

Qovurilgan baliq marinad ostida. Bu taomni tayyorlash uchun turli baliqlar ishlatiladi. Ular turiga qarab terili, suyaksiz lahmga yoki terili, qovurg'a suyakli bo'lakka ajratiladi. Ba'zi hollarda baliqlar butun holda (navaga, muz baliq, qalqon-baliq va boshqalar) ishlatiladi.

Baliq porsiyalanib tuz, murch sepib, unga belab o'simlik yog'ida 2 yoqlama qovuriladi va qovurish shkafida iste'molga tayyor holga keltiriladi. Qovurilgan baliq sovitiladi va likobcha yoki salat idishiga solib, ustidan marinad quyiladi va mayda to'g'ralgan ko'k piyoz sepib yoki ko'kat bilan bezab beriladi. Taom danaksiz zaytun mevasi bilan ham bezalishi mumkin.

Baliq (terili suyaksiz lahm) 90 g, bug'doy uni 5 g, yasimlik yog'i 5 g, marinad 75 g, ko'k piyoz 10 g, ziravor. Sof og'irligi 160 g.

Sovuq taomlarni tayyorlashda dengiz mahsulotlari (krab, krivetka, qisqichbaqa, kalmar, dengiz toji, ustritsa «Okean» pastasi) ishlatiladi. Ularga ishlov berish «Dengiz mahsulotlariga ishlov berish» matnida ta'kidlanganidek amalga oshiriladi.

Marinad ostidagi krab. Konservlangan krab bankasidan olinib, ustidagi qog'ozga o'xshash plastinkalaridan tozalanib, likobcha yoki salat idishiga uyib solinadi, ustidan sabzavot marinadi quyilib, to'g'ralgan ko'k piyoz va ko'kat bilan bezab beriladi. Bezash uchun zaytun mevasi ham ishlatilishi mumkin.

Krab, kalmar yoki dengiz toji qo'shib tayyorlangan kartoshka salati. Kalmar, dengiz toji filesi tuzli suvda 5—7 minut qaynatilib, o'z suvida sovutiladi, krablar qog'ozga o'xshash plastinkalaridan tozalanadi va tilim-tilim shaklida kesiladi. Mahsulotning 1/4 qismi taomni bezash uchun qoldiriladi. Kartoshka salati mahsuloti tayyorlanib, mayda to'g'ralgan dengiz mahsuloti smetana, mayonez yoki salat sardagi qo'shib aralashtiriladi va likobcha — tarelka yoki salat idishiga uyub solinib, dengiz mahsuloti bo'lakchalari, ko'kat bilan bezab beriladi.

Kartoshka salatini «Okean» pastasi bilan tayyorlash ham mumkin. Buning uchun «Okean» pastasi elakdan o'tkazilib, kartoshka salati, yanchilgan murch qo'shib aralashtirilib likobcha yoki salat idishiga qo'yib bezab beriladi.

15.7. GO'SHT SOVUQ TAOMLARI VA GAZAKLARI

Go'sht, kallapocha, parranda, ilvasinlardan sovuq taom va gazaklar tayyorlashda ularni issiq taomlar uchun pishirgandek pishirib, qovurib olinadi. Qaynatib pishirish va qovurish uchun go'shtning tegishli bo'laklari ishlatiladi. Go'sht va go'sht mahsulotlaridan tayyorlangan sovuq taomlar garnir bilan, ustiga sardak solingan mahsulot bilan ezib pashtet holiga keltirilgan holda, o'ta pishgan ilvira holida tarqatiladi.

Rostbif garnir bilan. Pushti mag'izdan o'rta yumshoqlikda qovurib tayyorlangan rostbif sovutilib, to'qimasiga ko'ndalang qilib kesiladi va porsiyasiga 2—3 bo'lakdan taqsimlanadi. Uni likobchaga solib, yoniga 3—4 xil sabzavot (salat bargi, kornishon, pomidor, qirilgan yerqalampir) garnir, chopilgan jele qo'yilib, salat bargi, ko'kat bilan bezaladi. Taomning bir chetiga yoki alohida sardak idishida sirkali yerqalampir yoki kornishonln mayonez sardagi beriladi.

Pishirilgan go'sht yoki go'sht mahsulotlari garnir bilan (go'sht assortisi). Pishirilgan go'sht mahsulotlari sovutiladi, porsiyasiga 2—3 bo'lakdan yupqa kesiladi va porsiyali laganchaga qo'yilib, yoniga 3—4 xil sabzavot (pishirilgan sabzi, kartoshka, qizil, yangi yoki tuzlangan pomidor, bodring, qizil o'zakli karam, ko'k salat) aralashmasidan tayyorlangan garnir solinib, ko'kat, salat bargi bilan bezaladi. Alohida sardak idishida sirkali yerqalampir yoki kornishonli mayonez sardagi beriladi. Agar parranda go'shtidan sovuq taom tayyorlansa garnir sifatida marinadlangan pomidor, olma, nok berilishi ham mumkin.

Mol go'shti ilvirasi. Mol go'shti boldir go'shti suyagi bilan yoki oyoq qismi ishlovdan o'qtkazilib, sovuq suv quyilib, qaynatiladi. Qaynatish jarayonida vaqti-vaqti bilan ko'pigi, yuzidagi yog'i suzilib, suyagidan go'shti oson ajralish darajasiga yetguncha yumshoqlikda qaynatiladi. Suyuqligiga tayyor bo'lishdan bir soat avval

yog'siz jazlangan sabzavot va ishlovdan o'tgan ko'kat ildizi solinib, tayyor bo'lishidan 5—7 minut avval suzib olinadi. Mahsulot 6—8 soat qaynatiladi. 1 kg go'sht mahsuloti uchun 1,5—2 litr suvolinadi. Tayyor go'sht mahsuloti suyagi bilan suzib olinib, suyagi ajratilib, go'shti 40—50°C ga sovitilib, mayda kubik shaklida to'g'ralib, suzilgan suyuqligiga qo'shiladi, tuz, ziravor solib qaynatiladi va plitadan olinib mayda chopilib ezilgan sarimsoqpiyoz qo'shib aralashtiriladi. Tayyorlangan ilvira maxsus idishlarga qalinligi 4 sm dan qilib aralashtirib quyiladi. Uy haroratigacha sovitish vaqtida ilvira vaqti-vaqti bilan aralashtirib turiladi. Bundan maqsad ilvira tarkibidagi mahsulotlarni bir xilda joylashtirishdir. Ilvira qotishi uchun 8 soat davomida muzxonada ushlanadi.

Ilvirani tarqatishdan oldin porsiyaga taqsimlab (100 g), likobcha yoki laganchaga solinib, alohida sardak idishida sirkali yerqalampir sardagi beriladi. Ilviraga tuzlangan, konservalangan sabzavotlar qo'shimcha garnir sifatida qo'shib berilishi ham mumkin. Taom ko'kat bilan bezaladi.

Jigar pashteti. Cho'chqa yog'i mayda to'g'ralib, biroz eritilib mayda to'g'ralgan sabzi, bosh piyoz qo'shib yumshaguncha qovuriladi. So'ng ishlovdan o'tib yupqa kesilgan jigar solinib bir aylantirib qovurilib tuz, murch sepilib iste'molga tayyor bo'lguncha qovuriladi va sovitilib, mayda ko'zli go'sht qiymalagichdan ikki marta o'tkazilib, biroz sut yoki qaynatma qo'shib aralashtirib biroz isitiladi. Yumshatilgan sariyog' qo'shib ko'pirarli darajada aralashtirilgach, likobchaga baton, rulet, kvadrat yoki to'qri to'rtburchak shaklida qo'yilib, pishirib mayda to'g'ralgan tuxum va ko'kat bilan bezaladi. Pashtetni bezash uchun qandolatchilik qopchig'idan foydalanib, yumshatilgan sariyog' bilan hoshiyali bezak berilish yoki setka ko'rinishida mayda naychalar hosil qilib bezash mumkin. Bezash uchun yog' o'rniga go'sht jeleli mayonez sardagini ishlatish mumkin. Bunda sariyog' yoki mayonez tuxum o'rnida ishlatiladi.

15.8. SOVUQ TAOM VA GAZAKLARI SIFATIGA QO'YILADIGAN TALABLAR VA ULARNI SAQLASH MUDDATLARI

Buterbrod mahsulotlari tekis kesilib, non ustiga to'g'ri qo'yilgan, mahsulotlarga xos hid va mazaga ega bo'lishi, yuzida qurigan yoki shamol tekkan joylari bo'lmasligi kerak.

Salatlar — tarkibidagi mahsulotlar har bir mahsulotning o'ziga xos shaklda to'g'ralgan, hidi, mazasi, rangi tayyorlangan mahsulotlarning tabiiy holatiga mos bo'lishi, nomi qochmagan, sarg'aygan, qoraygan, qurib qolgan, shamol tekkan joylari, qizil o'zakli karam salatida havorang izli ranglar bo'lmasligi kerak. Bodring yangi bo'lishi, po'chog'i va urug'lari bo'lmasligi lozim.

Vinegretlarning sabzavotlari yumshoq pishgan, bir xil to'g'ralgan, och qizil rangda, tarkibidagi sho'r bodring, karam sabzavotlarining o'tkir tamiga ega, sabzavotlar yaxshi pishirilgan, uvalanmaydigan, tuzlangan bodring va karam kursillaydigan mazada bo'lishi kerak.

Baliqli sovuq taom va gazaklar. Baliq terisi, suyagi tozalangan lahm go'sht holida, burchak ostida kesib porsiyalangan, chiroyli bezalgan, tashqi ko'rinishi, rangi o'ziga xos bo'lishi lozim. Ilvira holda tayyorlangan baliqlar jelesi och sariq rangda, tiniq, mazasi sezilarli baliq turinikiga o'xshash, ustiga sardak quyib yoki marinad bilan tayyorlangan baliq taomlari mazasida ziravor sezilarli darajada bo'lmog'i lozim. Baliqlarning tashqi ko'rinishi yaxlit, yumshoq pishgan, uvalanmaydigan, chopilgan seld bir xil yumshoq surkaluvchanlikdagi holatga ega bo'lishi kerak.

Go'shtli sovuq taomlar. Go'sht va go'sht mahsulotlari to'qimasiga ko'ndalang holda yupqa kesilib tayyorlanadi. Rangi ishlov berilgan holatiga mos ko'rinishda, mazasi qovurilgan, dudlangan, pishirilgan holatdagiga mos egiluvchan, o'ziga xos qattiklikda, uvoqlanmaydigan, sabzavotlari yumshoq pishgan bo'lishi kerak. Rostbif kesimida rangi pushtiroq bo'lishi mumkin.

Ilvira yaxshi qotgan, rangi kul rang, ta'mi ilvira tayyorlangan mahsulotlar ta'miga xos, ziravor va sarimsoqqiyoq hidiga ega, tarkibi quyuuq, egiluvchan mahsulotlari yumshoq bo'lishi kerak.

Pashtetlarning shakli o'ziga xos bo'lib, rangi och jigar rangdan to'q jigarranggacha, mazasi va hidi mahsulotga xos, ziravor ta'miga ega, yumshoq, egiluvchan, uvalanmaydigan bo'ladi.

Sovuq taom va gazaklar tez buziluvchan mahsulotlardan tayyorlanishi sababli ularni tayyorlagan zahoti iste'molga tarqatish zarur. Ilvira ustiga sardak quyilgan go'sht 12 soat, pashtet — 24 soat, qovurilgan go'sht — 48 soat, qovurilgan baliq — 12 soat, chopilgan seld 24 soat davomida tarqatilishi kerak. Sovuq taom va gazaklar tayyorlangandan so'ng qayta issiq ishlovga qo'yilmasligini hisobga olib, ular iste'molga tarqatilgunga qadar 6—8°C haroratli joyda saqlanishi lozim. Yoz oylarida esa ilvira, pashtet kabi taomlar zarur moslamalar bor joydagina va tibbiyot-epidemiologiya markazi bilan kelishilgan holda tayyorlab tarqatishga ruxsat etiladi.

Amaliy mashg'ulot

Sovuq taom va gazaklar tayyorlash texnologiyasi bilan tanishish

Asosiy maqsad. Sovuq taom va gazaklarning tayyorlanish texnologiyasi bilan tanishish va malaka o'rttirish.

Uslubiy ko'rsatma. Ma'lumotlar mazkur kitobning «Sovuq taom va gazaqlar» bobida bayon etilgan, ularni o'qib, bilib olish maqsadga muvofikdir. O'quv yurtining «Fan sikli ha'yati» tomonidan tayyorlanishga tavsiya etilgan ba'zibir taomlarga ketadigan oziq-ovqat mahsulotlari miqdorini «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий» (М. Экономика, 1983) kitobining 1—173-sonli taomlar retsep turlaridan hisoblab, aniqlanadi.

Bunda barcha texnologik jarayonlar korxonaning ishlab chiqarish sexlarida yoki o'quv yurtining loyabatoriyasida amalga oshiriladi. Ularni tayyorlashda tavsiya etilgan texnologik kartalar, plakat, diafilm va slaydalardan foydalaniladi.

Mashg'ulot o'tkazish tartibi va kerakli asbob-anjomlar. Buning uchun harxil inventarlar, pichoqlar, taxtakachlar, tovalar, soteyniklar, protivenlar, durshlag, turli hajmdagi kastyulkalar va shunga o'xshash asbob-anjomlar kerak bo'ladi. Elektr plitalar, elektr pechlar, tovalar, frityurnitsa va boshqa mexanik va issiqlik jihozlaridan foydalaniladi. Barcha vazifalar sanitariya qoidalariga rioya qilinib, texnologik jarayon asosida olib boriladi.

Topshiriq. O'quvchilar tayyorlangan taomlarning organoleptik ko'rsatkichlari — ko'rinishi, mazasi, sifati, tayyorlanish texnologiyasi bilan tanishadilar. Lozim bo'lgan ma'lumotlarni daftarlariga yozib oladilar. O'qituvchi o'tkazilgan mashg'ulotga yakun yasaydi.

Tekshirish uchun savol va topshiriqlar

1. Sovuq taom va gazaklar tavsifini keltiring?
2. Sovuq taom va gazaklarni tayyorlash va tarqatish usullari qanday?
3. Buterbrod turlarini sanab o'ting, ularning tavsifini ayting?
4. Vinegretlar qanday tayyorlanadi?
5. Gastronom baliq mahsulotlari iste'molchilarga tarqatish uchun qanday tayyorlanadi?
6. Xom sabzavotlardan qanday salatlar tayyorlanadi?
7. Baliq sovuq taom va gazaklari turlarini sanab o'ting?
8. Go'sht, parranda va ilvasinlardan qanday sovuq taomlar tayyorlanadi?
9. Sovuq taom va gazak tayyorlash uchun qanday dengiz mahsulotlari ishlatiladi?
10. Salat va sovuq taom tayyorlash uchun oq o'zakli karamga qanday ishlov beriladi?
11. Sovuq taom va gazaklarning saqlanish muddatlarini ayting?
12. Sovuq taomlar uchun qanday sardak va zapravkalar ishlatiladi?
13. Sovuq taomlarning ovqatlanishdagi ahamiyati nimada?
14. Ilvira tayyorlash jarayonini tushuntirib bering.

XVI b o b

SHIRIN TAOMLAR

Tarkibi turli mahsulotlardan iborat bo'lgan shirin taomlarni tayyorlashda *shakar* o'ziga xos o'rin tutadi. Taomga shakar qo'shilishi tufayli u xushxo'r shirin mazaga ega bo'ladi. Shirin taomlar tushlik ovqatdan so'ng desert sifatida beriladi, shu sababdan ularni desert yoki uchinchi taom deb ham yuritiladi. Biroq bu taomlar kunlik iste'molda ertalabki, kechki ovqat vaqtida ham berilishi mumkin.

Shirin taomlarni tayyorlashda yangi, quritilgan, konservalangan, rezavor meva shirin sharbatlari, sof sharbatlar, ekstratlar, turli mineral mahsulotlar, ozuqaviy kislotalar, darmondorilar ishlatiladi. Bazi taomlarni tayyorlashda qaymoq, smetana, tuxum, yog', yorma, vanilin, qo'shimcha oqsil, uglevod va boshqa katta quvvat manbayiga ega mahsulotlar qo'shiladi.

Shirin taomlar xushxo'rlikni oshirish va sifatini yaxshilashda ular tarkibiga kiruvchi kishmish, yong'oq, kakao, vanilin, limon ishqori, jele mahsulotlari yordam beradi.

Shirin taomlar haroratiga nisbatan olinib, *sovuq taomlarga* (10—14°C) va *issiq taomlarga* (55°C) bo'linadi. Biroq ba'zi taomlar issiq holda ham, sovuq holda ham tarqatiladi. ***Sovuq shirin taomlarga:*** yangi rezavor mevalar sof holdagisi yoki yangi muzlatilgani, yangi quritilgan, konservalangan meva, rezavor kompotlari, jeleli shirin taomlar; muzlatilgan shirin taomlar (muzqaymoq, plombir, parfe) va boshqalar kiradi. Ularning tarqatilishdagi harorati 4—6°C dan past bo'lmasligi lozim.

Umumiy ovqatlanish korxonalarida shirin taomlar sovuq sexlarning maxsus ajratilgan xonalarida tayyorlanadi. Bu xonalar zarur stol, sovitkich asbob-anjomlar bilan jihozlangan bo'ladi. Shirin taomlar uchun ishlatiladigan mahsulotlar va tayyor taomlar boshqalardan alohida saqlanishi kerak, chunki ular chetki hidni O'zlariga tez singdirib olish xususiyatiga ega bo'ladi. Shirin taomlarni tayyorlashda ko'pirtiruvchi, sharbatini siquvchi, ezuvchi, qiymalovchi universal anjomlar bilan jihozlangan mashinalardan hamda maxsus asbob-anjomlar — qozon, kastyulka, chuqur tova, elak, yog'och, kapkir, chilcho'plar, qoliplardan foydalaniladi.

Mahsulotlarga mexanik birlamchi ishlov berish *sabzavot sexlarida*, issiq ishlov berish *issiq sexlarda* amalga oshiriladi.

Sovuq shirin taomlarni tarqatishda stakan, kremanka, likopcha, chuqur laganchalardan foydalaniladi.

Issiq shirin taomlar shisha yoki milxior likopchalar, laganchalar, porsiyali tovalarda tarqatiladi.

16.1. SOF HOLDAGI YANGI MEVA VA REZAVORLAR

Yangi meva va rezavorlar tarkibidagi uglevodlar, darmondorilar, organik kislotalar, mineral tuz va boshqa mahsulotlar ovqatlanishda muhim rol o'ynaydi. Meva va rezavorlarning pishgani taomga ishlatiladi.

Yangi meva va rezavorlar. Ular saralanib bandi, band qoldiqlari, barglari tozalanadi, sovuq suvda yuvilib, 2—3 minut bo'ktirib qo'yiladi. So'ng aralashtirilib chayiladi, alyumin g'alvir yoki elakka solib suvi silqitiladi va yana bir bor chayilib, suvi silqitiladi. Agar rezavorlar iflos bo'lsa, bir necha bor suvini almashtirib yuvish lozim bo'ladi. Suvi silqitilib biroz quritilgan yoki suvi artilgan mevalar vaza, taqsimcha, kremankalarga qo'yiladi. Rezavorlarga ustidan shakar yoki shakar unidan sepib berish mumkin. Uzumlar o'z boshi yoki shingili bilan beriladi va shakar sepilmaydi. Qulupnay, yer tuti, maymunjonlarga shakardan tashqari yana qaymoq, sut yoki smetana qo'shib beriladi.

Yangi tarvuz va qovun. Tarvuz va qovun yuvilib, suvi sochiqda artilib, uzunasiga ikkiga bo'linadi, g'ovun urug'i ajratiladi. Har bir bo'lagi uzunasiga qarab 2—4 ga bo'lingandan so'ng, ko'ndalangiga porsiyasiga 1—3 bo'lak hisobida kesiladi. Ularni po'sti tozalanib berilishi ham mumkin. Sovitilgan holda tarqatiladi.

Qora olxo'ri ko'pirtirilgan qaymoq yoki smetana bilan. Quritilgan qora olxo'ri saralanib, yuvilib, qaynoq suv quyib, bo'ktiriladi. Danagi ajratilgan qora olxo'ri kremankaga qo'yilib, tarqatishda qandolatchilik qopchig'iga solingan qaymoq yoki smetana bilan bezak berib tarqatiladi.

17.2. KOMPOT TAYYORLASH

Kompotlar yangi, quritilgan, konservalangan meva va rezavorlardan alohida yoki ularni aralashtirib tayyorlanadi. Meva va rezavorlar avval saralanib, yuviladi. Kompot tayyorlash texnologiyasi meva va rezavorlarni tayyorlash, sharbat tayyorlash va ularni qo'shish jarayonlaridan iborat.

Yangi meva rezavorlar kompoti. Ishlovdan o'tgan olma, nok, behi po'sti tozalanib, pallacha shaklida kesilib, urug'i va urug' o'zaklari ajratiladi. Agar suyuqlik qaynaguncha saqlash lozim bo'lsa kislotali suvda saqlanishi kerak, chunki ochiq havoda saqlansa qorayib qolishi mumkin. Qora rang mahsulot tarkibidagi dubil

moddalarning oksidlanishi oqibatida hosil bo'ladi. Meva po'sti tozalanmasligi ham mumkin. Mandarin, apelsinlar po'sti tozalanib, yupqaqobiq ostidagi ipsimon oq po'stidan ajratilib, o'z izi bo'yicha pallachalarga ajratiladi. O'rik, shaftoli, olxo'ri ikkiga bo'linib, danagi ajratilib, pallacha shaklida kesiladi. Yuvilgan rezavor mevalarning bandlari ajratiladi.

Sharbat tayyorlash uchun qaynab turgan suvga shakar va limon ishqori solib aralashtirib qaynash darajasiga ko'tariladi, lozim bo'lsa sovitiladi. Ba'zi hollarda sharbatlar olcha yoki qoraqat ekstrakti bilan bo'yaladi ham. Sharbatni meva yoki rezavor qaynatilgan suvda tayyorlash ham mumkin. Agar tayyorlanadigan meva yoki rezavorlarning nordonlik darajasi past bo'lsa, biroz limon ishqori qo'shiladi.

Yangi meva va rezavorlar tez pishib, ezilib ketib, O'z shaklini yo'qotish xususiyatiga ega bo'ladi. Buning sababi ularning to'qimalarini tashkil qiluvchi protopektinning suv va issiqlik ta'sirida gidrolizga uchrab, tez pektinga aylanib, suyuqlikka o'tish xususiyatiga ega bo'lishi, pektinning turg'unlik holati pastligidir. Natijada mahsulot tez yumshab, o'z tarkibidagi darmondorilarini ham yo'qotadi. Shu sababdan kompot tayyorlashda hamma meva va rezavorlarning qaynatilishi shart emas.

Apelsin, mandarin, maymunjon, tarvuz, yertut, qovun, ananas, qoraqatlar qaynatilmaydi. Tayyorlangan mahsulot stakan yoki kremankaga solinib, ustidan qaynoq sharbat quyilib, sovitib tayyorlanadi. Tez pishuvchi olma turlari (antonovka va boshqalar), yumshoq yetilib pishgan nok, shaftoli, o'rik, olxo'rilar ishlovdan o'tkazilib qaynab turgan sharbatga solinadi, plitadan olinib, qopqoq yopilib, uy haroratigacha sovitilgach, stakanlarga solib tarqatiladi.

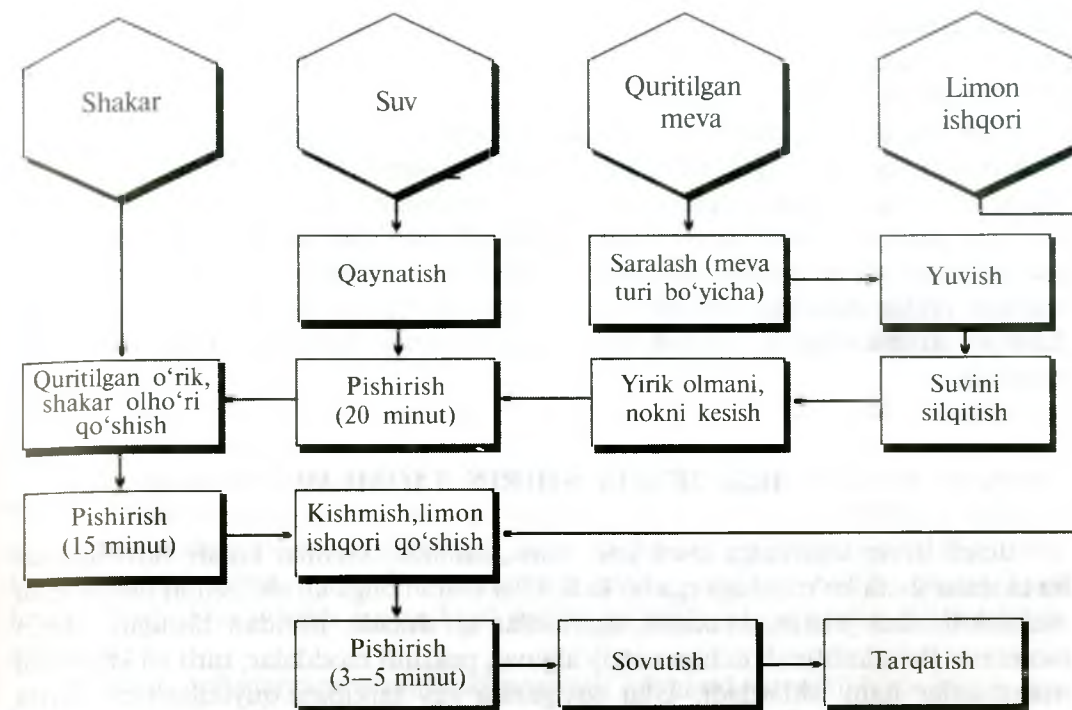
Qattiq olma, nok, behi qaynab turgan sharbatga solinib 5—7 minut (terili behi 15—20 minut qaynatiladi) va sovitib, porsiyalanib tarqatiladi.

Kompotlarning xushxo'rlicini oshirish uchun mayda to'g'ralgan sitrus mevalaridan biroz qo'shilishi ham mumkin. Kompotlar sovuq holda 200 g hisobida porsiyalanadi.

Quritilgan meva, rezavor kompotlari ko'pincha quritilgan meva aralashmasidan tayyorlanadi (15-rasm). Quritilgan holda olma, nok, o'rik (turshak, bargak), anjir, olxo'ri (qora olxo'ri), kishmish, olcha, shaftoli va hokazolar bo'lishi mumkin.

Umumiy ovqatlanish korxonalarida quritilgan mevalardan maxsus aralashma tayyorlanib, ular kompot tayyorlash uchun ishlatiladi.

Quritilgan meva aralashmasi kompoti. Quritilgan mevalar saralanib, keraksiz mahsulotlardan tozalanadi va o'z turi bo'yicha ajratiladi. Chunki har birining pishish muddati har xil. Yirik olma, nok bo'laklarga bo'linadi. Qozonga suv solib qaynatiladi, shakar qo'shib aralashtirib yana qaynatiladi va olma, nok solib 20 minut past olovda, so'ng qolgan meva (kishmishdan tashqari) solinib, 10—15 minut qaynatib, kishmish solinib 4—5 minut qaynatiladi.



15-rasm. Quritilgan mevalardan kompot tayyorlash chizmasi.

Kompotning ta'mini yaxshilash uchun unga limon ishqori solinadi va qopqoq yopilgan holda 10—12 soat davomida tindiriladi. Bu vaqt davomida meva tarkibidagi shira suyuqlikka o'tib kompot sifatini yaxshilaydi. Shakarni mevalardan avval solishdan maqsad, meva tarkibidagi ishqorlar ta'sirida saxaroza parchalanib, invert holdagi glyukoza va fruktozaga aylanadi, kompotning shirinlik darajasi oshib, hazm bo'lish jarayoni tezlashadi.

Quritilgan olma, nok, qora olxo'ri, o'rik, bargak, kishmish va boshqalar 125 g, shakar 100 g, limon ishqori 1 g, suv 960 g.

Konservalangan olma, nok, behi, shaftoli, olxo'ri, gilos, olcha, qulupnay kompoti. Bu kompotlar alohida mevadan yoki mevalar aralashmasidan tayyorlanadi. Konservasi yuvilib, sochiqda artiladi, qopqog'i ochilib, sharbati ajratiladi. So'ng suv qaynatilib, shakar solinib, qiyom pishiriladi, elakda suzib olinib meva sharbati qo'shiladi va biroz qaynatilib, sovitiladi. Meva va rezavor mevalar idishdan olinadi. Shaftoli, olxo'ri, o'riklar o'rtasidan bo'linib, danagi ajratiladi. Yirik mevalar

pallacha shaklida kesiladi. Maydalari butunligicha qoldiriladi. Tarqatishda tayyorlangan mevalar stakanga solinib, ustidan tayyorlangan sharbat quyib, beriladi. Porsiyasiga 150 g hisobida kompot beriladi.

Tez muzlatilgan meva va rezavorlar kompoti. Tez muzlatilgan sof holdagi (shakarsiz) mevalar joylashtirilgan idishdan olinib, 10–15 minut davomida muzidan tushirib yuviladi va idishga solib to‘la muzdan tushguncha ushlanadi. Yirik mevalar pallacha shaklida kesiladi. Suvga shakar solib qaynatilgan sharbatga tayyorlangan meva solinib, qaynatiladi. Rezavor va qaynatish lozim bo‘lmagan mevalar bo‘lsa stakanga solinib, ustidan qaynab turgan sharbat quyib sovitiladi. Kompot xushxo‘rligini oshirish uchun unga sitrus mevalaridan ham qo‘shish mumkin.

16.3. JELELI SHIRIN TAOMLAR

Jejeli shirin taomlarga kisel, jele, muss, sambuk, kremlar kiradi. Sovitilganda bu taomlar ilvira ko‘rinishiga ega bo‘ladi. Ular ilvira holiga kirishi uchun ularga jejeli mahsulotlardan jelatin, kraxmal, agaroidlar qo‘shiladi. Bundan tashqari, shirin taomlarni ilviralashtirish uchun natriy alginat, pektinli moddalar, turli xil kraxmalli mahsulotlar ham ishlatiladi. Ular soviganda suv tarkibini quyushtirib ilvira ko‘rinishga olib keladi. Ilviraning quyushtirish darajasi ularga qo‘shilgan jejeli mahsulot miqdoriga bog‘liq bo‘ladi. 9-jadvalda jejeli taomlarni tayyorlashda ishlatiladigan kraxmal va jelatin miqdori keltirilgan (1 kg mahsulotga g hisobida)

Kisellarni tayyorlash. Jejeli shirin taomlardan eng ko‘p tayyorlanadigan kisellardir. Kiselning ilvira holdagi quyushtirish ta‘minlovchi mahsulot kartoshka kraxmali hisoblanadi. Jo‘xori kraxmali (mais) sutli kisel uchun ishlatiladi. Jo‘xori kraxmalini meva-rezavorlardan tayyorlanadigan kisel uchun ishlatilmaydi, chunki u meva kiseliga oq bo‘y rang berib, donning noxush ta‘mi chiqadi. Kisel pishirishda

9-jadval

| Jelatin mahsuloti | Mahsulot nomi | | | | | | |
|-------------------|--------------------|-------------------------|-------------------------|------|------|---------|------|
| | Kisellar | | | jele | muss | sam-buk | krem |
| | Quyushtirish holda | O‘rtacha quyushtirishda | O‘rtacha quyushtirishda | | | | |
| Kraxmal | 60–80 | 35–70 | 20–40 | — | — | — | — |
| Jelatin | — | — | — | 30 | 27 | 15 | 20 |

modifikatsiyalangan kraxmal ham ishlatiladi. Shu tufayli kisel ancha quyuq bo'lib, idish chetidan yaxshi ajraluvchan bo'ladi.

Kisellarga qo'shiladigan kraxmallar avval bo'ktirib tayyorlashni talab qilmaydilar. Gamogen ko'rinishidagi kleystrlangan kraxmallarni hosil qilish uchun kraxmal miqdoriga nisbatan 4—5 barobar ko'p sovuq suyuqlikda kraxmal bir xil quyuqlikda aralashtirilib, qaynab turgan suyuqlikka solinadi va aralashtirilgan holda qaynash darajasiga ko'tarilib, 2—10 minut qaynatib tayyorlanadi.

Kisellarni yangi meva va rezavorlardan, quritilgan, konservalangan mevalardan, meva sof sharbati, shakarli sharbat pyuresi, ekstratlaridan, kvasdan, sutdan, pavidlodan, murabbodan, ravochdan va boshqa mahsulotlardan hamda quruq kisel konsentratlaridan tayyorlanadi.

Kisellar quyuq-suyuqlik darajasiga qarab: quyuq, o'rtacha quyuqlikda va o'rtacha suyuqlikda tayyorlanadi.

1 kg quyuq kisel tayyorlash uchun 60—80 g kartoshka kraxmali ishlatiladi. Tayyorlangan kraxmal suyuqlikka qo'shilgach, to'xtovsiz aralashtirilgan holda 5 minut davomida past olovda pishiriladi. Kraxmal ko'proq miqdorda qo'shilsa uning kleysterlanishi uchun mahsulot tarkibidagi barcha suv sarf bo'lib, quyuq kisel hosil bo'ladi. Shu sababli quyuq kisel issiqlik ta'sirida suyuq kiselga o'xshash tez erimaydi.

Kisellar qoliplarga protiven yoki porsiyali idishlarda qaynatilib sovitilgan suv bilan namlab, shakar sepilib qo'yilgan holda sovitiladi. Tarqatishda idishdan bo'shatish uchun likopchaga sovitilgan idishi ag'darilib, biroz silkitiladi. Agar bir necha porsiya hisobida quyuq kisel tayyorlangan bo'lsa, idishdan bo'shatilgandan so'ng porsiyalarga bo'linib, taqsimchaga solinib ustidan shakarli meva-rezavor sharbati, alohida qaymoq yoki sovuq sut (50—100 g) berilishi mumkin. Porsiyasiga 100 g dan 200 g miqdorigacha kisel beriladi. Quyuq kisellar rus oshxonasining an'anaviy taomi hisoblanadi.

O'rtacha quyuqlikdagi kisellar ko'proq tayyorlanadi. Bunday kiselning 1 kilogramini tayyorlash uchun 35—50 g kartoshka kraxmali ishlatiladi. Kisellar tayyorlangandan so'ng biroz sovitilib, stakan yoki kremankaga quyilib, ustidan biroz shakar yoki shakar uni sepiladi. Bunda kisel ustidagi mayda suv donachalari shakar bilan yutilib, gigroskopik holat ro'y berib, yupqa qobiq hosil bo'lish holatidan saqlanadi. Porsiyasiga 200 g hisobida kisel tarqatiladi.

O'rtacha suyuqlikdagi kisellar ham o'rtacha quyuqlikdagi kisel singari tayyorlanib, 1 l kisel olish uchun 20—40 g kraxmal ishlatiladi. Bundan tashqari bu kisellarni yorma, tvorog, makaron mahsulotlariga, kotlet, bitochki, puding, zapekanka, sirmiklar va boshqa taomlarga sardak sifatida ham qo'shib berish mumkin.

Maymunjon, qoraqat, olchalardan kisel tayyorlashda suyuqligi siqib olinib, turpiga suv qo'shilgan holda sharbat tayyorlanib, suzilib, shakar qo'shib bir

qaynatib olinadi va bu sharbatda kraxmal, mevedan olingan suyuqlik qo‘shilib aralashtirilgan holda qaynatib tayyor holga keltiriladi va sovitiladi. Qulupnay, yertuti, malina, maymunjondan kisel tayyorlash uchun ezilib pyuresi ajratilib, turpiga suv quyib bir qaynatiladi va suzib olinib, suyuqligida shakarli sharbat tayyorlanadi. Meva pyuresi, kraxmal, sharbatdan foydalanib kisel tayyorlanib, sovitiladi.

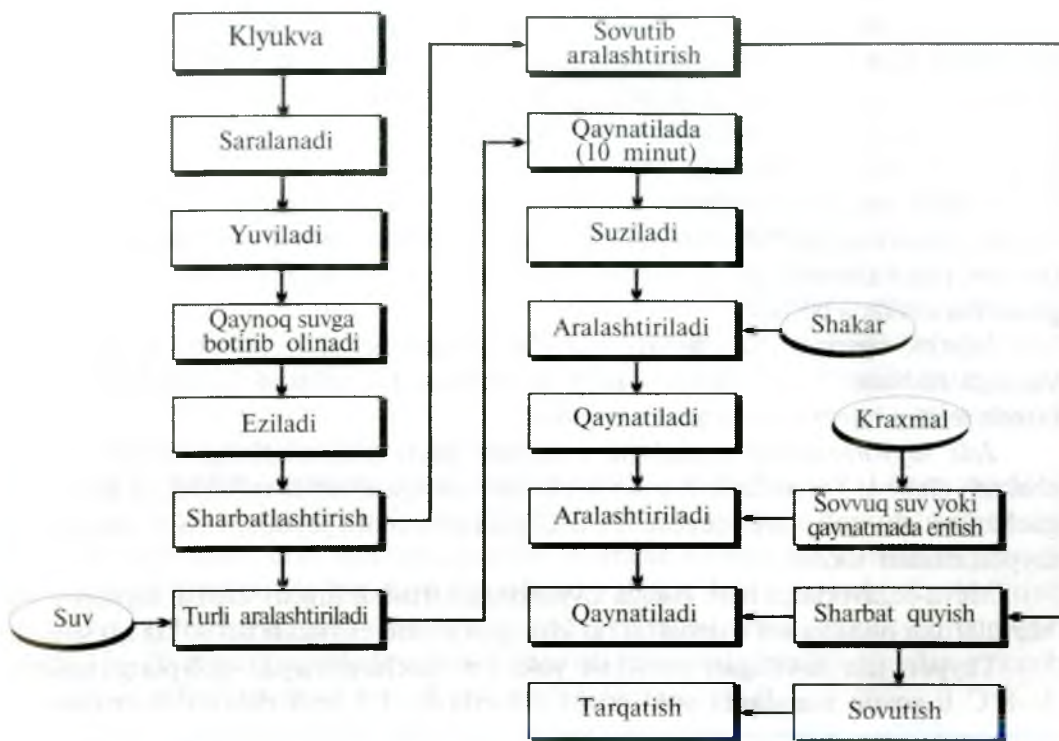
Kisel tayyorlashda rezavor-meva sharbati va pyuresi xom holda qo‘shiladi. Bunday qilinganda ularning sof holdagi rangi, tarkibidagi C darmondorisini saqlanib qoladi, aks holda issiqlik ta’sirida ma’lum darajada rangi, ozuqa moddalari yo‘qoladi. Shu bilan birga, kisel tayyorlashda sirlangan idishlardan, oksidlanmaydigan asbob-anjomlardan foydalanish lozim bo‘ladi. Mevalarni ezishda yog‘och kapkir, jun elaklardan foydalaniladi va hokazo. Mahsulotga issiq ishlov berish vaqti qanchalik cho‘zilsa, C darmondorisining yo‘qolishi ham ko‘payadi. Shu sababdan yangi mevedan tayyorlanadigan taomlarni uzoq saqlamaslik lozim.

Olma, tog‘olcha, o‘rik, olxo‘ri, qizilsulton va boshqalardan kisel tayyorlashda avval ular pishiriladi, suyuqligi suziladi, mevasi ezilib pyure hosil qilinadi, turpi bir qaynatib olinib, suyuqligi suzib olinadi va sovitiladi. So‘ng kraxmal bilan aralashtiriladi. Meva qaynatilgan suv, tayyorlangan meva pyuresi, kraxmal, shakar yordamida kisel tayyorlanib, sovitiladi.

Yangi mevedan tayyorlangan kisel. Bu kiselni tayyorlash uchun meva-rezavorlardan maymunjon (16-rasm), chernika, brusnika, qoraqat ishlatiladi. Mevalar saralanib, qaynatilgan suvda yuviladi. Yog‘och kapkir yordamida eziladi, ko‘p miqdori tayyorlansa ezuv-chi mashinada ezib, sharbati ajratiladi va sirlangan idishga solib muzxonaga qo‘yiladi. Turpiga (1:6) suv quyib 10—15 minut qaynatiladi va suyuqligi suziladi, shakar qo‘shib bir qaynatib olinib sharbat tayyorlanadi. Kraxmalga (1:5) qaynatib sovitilgan suv qo‘shib aralashtiriladi, uni meva sharbatiga qo‘shib 1—2 minut qaynagandan so‘ng, olovdan olinib, muzxonadagi meva sof sharbati bilan aralashtiriladi. Meva sof sharbati kiselga yangi meva mazasi, rangi, xushxo‘rligini beradi. Biroz sovitilib, stakanlarga quyilib, ustidan shakar sepib sovitiladi va harorati 10—14°C ga yetgandan so‘ng tarqatiladi.

Klyukva 126 g, brusnika 133 g, qoraqat 122 g yoki qizil qoraqat 128 g, suv 895 g yoki chernika 163 g, suv 850 g, shakar 120 g, kartoshka kraxmali 45 g (limon ishqori 2 g).

Olmadan tayyorlangan kisel. Olma yuvilib o‘zagi va urug‘i olib tashlanadi, tilim-tilim shaklida kesilib, qaynab turgan suvga solib, qopqog‘i yopilgan holda yumshaguncha pishiriladi. Suyuqligi suzilib, olmasi ezib pyure holiga keltiriladi. Suyuqligini 1/4 qismi sovitilib kraxmal bilan aralashtiriladi. Qolgan suyuqlik, olma pyuresi, shakar qaynash darajasiga yetkazilib, tayyorlangan kraxmal qo‘shib tayyor holga keltiriladi, sovitilib, yuqoridagi usulda tarqatiladi.



16-rasm. Klyukvadan kisel tayyorlash chizmasi.

Sut kiseli. Sut kiselinii tayyorlash uchun sut yoki suv aralashtirilgan sut ishlatiladi. Agar kisel suv-sut aralashmasidan tayyorlansa, sut qaynagandan so‘ng unga suv qo‘shilishi lozim. Jo‘xori kraxmali qaynatib sovitilgan suyuqlik bilan aralashtirilib elakdan o‘tkaziladi. Qaynab turgan suyuqlikka tayyorlangan kraxmal qo‘shib aralashtirilgan holda olov balandlatiladi va qaynatiladi. Qaynab chiqqach, olov pasaytirilib, 10 minut qaynatib, tayyor holga keltiriladi va vanilin qo‘shib stakanga quyiladi. Sovigach, iste‘molga tarqatiladi.

Quyuc sut kiseli sutdan tayyorlanadi. Bu sut kiselinii tarqatish uchun taqsimchaga solinib, ustidan meva shirin sardagi (50 g) yoki murabbo, djem (20 g) qo‘shib beriladi.

Jele tayyorlash. Jelelar meva-rezavor qaynatilgan suvidan, sharbatidan, ekstraktidan, essensiyasidan, murabbosidan hamda sutdan tayyorlanadi. Sut jelesidan tashqari hamma jelelar tiniq ilvira ko‘rinishiga ega, shakli quyib tayyorlangan qoliplargaxos, qattiq-yumshoqligi ulargaqo‘shilgan jeleli mahsulot — qizil

dengiz o'simliklarining sharbatidan tayyorlanadigan jelatin, agaroid, fursellaranlar miqdoriga va sovitilgan haroratiga bog'liq bo'ladi. Sharbatlar ekstrakt ko'rinishiga keltirilib, maxsus ishlovdan o'tkazilib rangi tiniqlashtiriladi, quritiladi va maydalanadi. Ular un ko'rinishida, donador yoki pag'a-pag'a holda, yupqa bo'laklar yoki plastinka ko'rinishida bo'ladi.

Jelatin ozuqaviy mahsulot bo'lib, u hayvonning birlashtiruvchi to'qimasi, suyagi, terisini qaynatish orqali hosil qilinib, maxsus ishlov berib tiniqlashtiriladi, quritib, maydalanadi. Quruq holda jelatin 16% gacha namli bo'lib, donador yoki plastinka shaklida bo'ladi.

Jelatin, agaroid, fursellaranlarni ishlatishdan avval saralanib, sovuq suvda vazniga nisbatan 8—10 barobar ko'p suyuqlikda 1—1,5 soat bo'ktirilishi kerak, bunda jelatin hajmi 6—8 barobarga oshadi.

Jele tayyorlashning texnologik jarayoni: jeleli mahsulotlarga ishlov berish; shakarli sharbat tayyorlash; tayyor jeleli mahsulotga sharbat qo'shish, jeleni 20°C gachasovitish; qoliplarga quyish; 2—8°C gacha haroratli joydasovitish; tarqatishga tayyorlashdan iborat.

Meva-rezavorlarga ham kiselga tayyorlangan sharbat singari sharbat tayyorlanadi. Mevalardan olingan sof sharbatlar bo'ktirilgan jelatin eritilgandan so'ng qo'shiladi.

Tayyor jele sovitilgan porsiyali yoki bir necha porsiyali qoliplarga solinib, 2—8°C li sovuq xonalarda yoki sovitkichlarda 1—1,5 soat davomida qotguncha ushlanadi. Tayyor jele chetlari arrasimon shaklda kesib porsiyalangan holda yoki porsiyali qoliplardan bo'shatib tarqatiladi. Porsiyali qolipdan bo'shatish uchun mahsuloti bilan qaynab turgan suvga 2—3 sekund botirib olinib, qolip cheti, osti artilib taqsimchaga ag'darilib formasidan ajratiladi. So'ng 100—150 g dan qilib tarqatiladi. Tayyor jelelar muzxonalarda 12 soat saqlanishi mumkin. Undan ortiq muddatda saqlansa, u zichlashib yumshaydi va o'zidan suyuqlik chiqarib, sifati buziladi.

Yangi meva va rezavor-meva jelesi. Saralangan jelatin donachalari sovuq suvda bo'ktiriladi. Mevalar siqib sof sharbati olinib, turpi suvda xuddi kisel tayyorlaganga o'xshash qaynatib suziladi, suyuqligida shakarli sharbat tayyorlanadi va bu sharbatga bo'kkan jelatin dokada suyuqligi silqitilgan holda solib qaynatiladi. So'ng plitadan olib, meva sof sharbati hamda ta'mga ko'ra limon ishqori solinib, uy haroratigachasovitiladi. Tayyor jele sovitilgan qolipgachasolinib harorati 8°C dan yuqori bo'lmagan muzxonada 1—2 soat davomida qotiriladi. Tayyor jelelar tiniq ko'rinishga ega bo'lishi kerak. Shu sababli sanoatda ishlab chiqarilgan sharbatlardan jele tayyorlash maqsadga muvofiqdir. Agar jele tayyorlashda jelatin qo'shilgandan so'ng tiniqlik holati buzilsa, tuxum oqidan qo'shib tindiriladi. Buning uchun tuxum oqiga barobar miqdorda sovuq suv qo'shib ko'pirarli darajada aralashtiriladi va

50°C gacha isitilgan jele mahsulotiga solinib, qaynatiladi. So'ng plitadan olinib, 5—10 minut tindirilib, dokadan o'tkazib suziladi vasovutiladi, sovuq qolipga quyib qotiriladi. Tarqatishda qoliplardan vazayoki taqsimchalarga bo'shatib beriladi.

Olma jelesi. Jelatin suvda bo'ktirilib, suyuqligi siqilib tayyorlanadi. Olma yuvilib po'sti tozalanadi, pallacha shaklida kesilib, o'zagi, urug'i olib tashlanadi, limon ishqorli suvda pishirilib (5—7 minut) suzib olinadi. Bunda olma o'z shaklini saqlagan holda pishgan bo'lishi kerak. Suyuqligi suzilib, shakar qo'shib bir qaynatilb olinadi, tayyorlangan jelatin qo'shib aralashtirilgan holda qaynash darajasiga yetkazib, uy harorati darajasida sovitiladi. Pishgan olma ham sovitiladi. Qolip yoki likopchaga 2—3 mm qalinlikda jele suyuqligi solinib muzxonada qotirilib, ustidan tayyorlangan olma chiroyli qilib teriladi, uning ustidan qolgan jele suyuqligi quyilib muzxonada qotiriladi. Xuddi klyukva jelesiga o'xshash usulda tarqatiladi. Meva jelesi yangi va konservalangan mevalardan tayyorlanadi.

Limon, apelsin, mandarin jelesi. Jelatin sovuq suvda bo'ktiriladi. Limon, apelsin, mandarin yuvilib artiladi, po'sti va ichidagi ipsimon po'sti tozalanib, somoncha shaklida to'g'raladi, ezib, sharbati ajratilib, sirlangan idishda muzxonada saqlanadi. Turpi va po'stini suvda bir qaynatib olinadi, shakar bilan aralashtirib, bo'ktirib tayyorlangai jelatin qo'shib qaynatiladi. So'ng plitadan olinib, qopqog'n yopilgan holda 15—20 minut tindiriladi va limon sharbati bilan aralashtirilib, elakdan o'tkazib suziladi va qoliplarga quyib sovitilgach iste'molga tarqatiladi.

Sutdan tayyorlanadigan jele. Jelatin bo'ktiriladi, qaynatib pishirilgan sutga shakar bo'ktirilgan jelatin qo'shib eritiladi va vanilin qo'shib qaynatiladi. So'ngra jele asta-sekin sovitiladi, elakdasuzilib, sovitilgan qolipga quyiladi va muzxonada qotiriladi. Tarqatishda qolipdan likopchagasolib beriladi.

Ko'p qavatli (rangli) jele. har xil mevalardan, sutdan, kofe yoki shokoladlardan alohida-alohidajele tayyorlanib, uy haroratigachasovutiladi. Qolipyoki patnisga bir turdagi jele quyib, muzxonada qotgandan so'ng boshqa turdagi jele uning ustiga quyilib qotiriladi, shu usulda bir necha qavatli jele hosil qilinadi.

Muss tayyorlash. Muss jeledan farqli o'laroq ko'pirtirilib, g'ovaksimon qilib tayyorlanadi. Qolgan tayyorlanish usuli jelega o'xshash bo'ladi. 1 kg muss olish uchun 27 g jelatin ishlatiladi. Tarqatishda muss ustidan rezavor-mevaning shakarli sharbati quyib beriladi.

Klyukva mussi. Jelatin suvda bo'ktiriladi. Klyukva saralanib, yuviladi, suyuqligi silqitilib, sharbati siqib ajratiladi va sovitkichda saqlanadi. Turpiga suv qo'shib, bir qaynatib olinib, suyuqligi suzib olinadi, shakar va tayyorlangan jelatin bilan aralashtirib, yana bir bor qaynatiladi. Sof klyukva sharbati solib aralashtirilgach, uy haroratigacha sovutilib, sirlangan idishda chilcho'p yordamida yoki ko'pirtiruvchi mashinada turg'un g'ovaklik hosil bo'lguncha ko'pirtiriladi. Bunda muss hajmi

4—5 barobar ko'payadi. Ko'pirtirish sovuq xonalarda amalga oshiriladi, mussning ozroq miqdori idishi bilan sovuq suv yoki muz ustida ko'pirtirilsa, uning turg'unlik darajasi yuqori bo'ladi. Ko'pirtirilgan muss tez sovutilgan qolip yoki likopchaga solinib, qotirish uchun muzxonaga qo'yiladi. Qotirish jarayoni 1—1,5 soat davom etadi. Ko'pirtirish jarayonida muss qoli plarga solingunga qadar qotib qolmasligini kuzatib turish lozim.

Qotirilgan muss qolipdan xuddi jelega o'xshash bo'shatiladi. Agar muss qayiqsifat patnida qotirilgan bo'lsa, arra pichoq bilan to'rtburchak shaklida kesib porsiyalanadi. Tarqatishda muss kremanka yoki taqsimchaga solinib, ustidan shirin klyukva sharbati quyib beriladi. Shirin klyukva sharbatini tayyorlash uchun qaynab turgan suvga shakar solib 5 minut qaynatib, biroq ezilgan klyukva qo'shib aralash-tiriladi va sovutiladi.

Olma mussi (manna yormasi bilan). Olma yuvilib, pallacha shaklida kesilib, urug'i o'zagidan tozalanadi. Qaynab turgan suvga tayyorlangan olma solib pishiriladi. Suyuqligi suzib olinib, olma eziladi va suyuqligi bilan aralash-tiriladi, shakar, ta'mga ko'ra limon ishqori qo'shilib qaynatiladi va naycha usulda elangan manna yormasi solinib pishiriladi. Tayyor mahsulot 30°C gacha sovutilib, sovuq suv yoki muz ustida chilcho'p yoki ko'pirtiruvchi mashina yordamida g'ovak holga kelguncha ko'pirtiriladi. So'ng qolip yoki vazaga solib, 1—1,5 soat davomida sovitkichda sovutiladi. Tarqatishda ustidan olma shirin sharbati quyib beriladi.

Sambuk tayyorlash. Sambuklar xuddi musslarga o'xshash meva pyurelaridan tayyorlanib, ko'pirtirish jarayonida tuxum oqi qo'shiladi, Tuxum uning g'ovakli bo'lishini ta'minlaydi. 1 kg sambuk tayyorlash uchun 15 g jelatin ishlatiladi.

O'rik sambuki. Jelatin bo'ktiriladi. Yangi o'rik danagi ajratilib, ozgina suv quyib yumshaguncha qaynatiladi, suyuqligi ajratilib, mevasi eziladi. Quritilgan o'rik saralab yuvilgach, bo'ktiriladi, danagi bo'lsa ajratib, o'z suyuqligida yumshaguncha pishiriladi. So'ng suyuqligi suzib olinib, mevasi eziladi. Tayyorlangan pyure suyuqlik uy harorati darajasida sovutilib, xom tuxum oqi, ta'mga ko'ra limon ishqori, shakar solinib, sovuq suv yoki muz ustida chilcho'p yoki ko'pirtiruvchi mashinada hajmi 2—3 barobar ko'payguncha ko'pirtiriladi va bo'ktirib eritib suyuq holga keltirilgach, sovutilgan jelatindan naycha usulida qo'shilgan holda ko'pirtirish davom ettiriladi. Ko'pirtirilgan sambuk qolip yoki likopchagasolinib, sovitkichda qotiriladi. Bo'ktirilgan jelatinni sambuk uchun tayyorlashda o'z bo'ktirilgan suvida aralash-tirilgan holda eritib qaynatilgach, plitadan olib, uy harorati darajasigacha sovutilishi kerak. Tarqatishda likopchaga bo'shatilgan holda ustidan o'rik shirin sardagi (20 g) quyib beriladi.

Krem tayyorlash. Krem — ko'pirtirilgan yog'lilik darajasi 35% li qaymoq, smetana va shirin sut-tuxum aralashmali mahsulotlardan tayyorlanadi. Jelatin jelelashtiruvchi mahsulot hisoblanadi. 1 kg krem olish uchun 20 g jelatin ishlatiladi.

Qo'shimcha mahsulotlar qo'shilishiga qarab kremlar vanilinli, shokoladli, kofeli, yong'oqli, rezavor-mevali turlarga bo'linadi.

Smetanadan tayyorlangan vanilinli krem. Jelatin bo'ktiriladi. Yog'lilik darajasi 35% bo'lgan smetana 2—3°C darajagacha sovitiladi, sut pishirib qaynatiladi. Tuxum oqi shakar va sut bilan aralashtirilib 70—80°C li suv-bug' hammomida aralashtirilgan holda biroz quyuqlashguncha ushlangandan so'ng tayyorlangan jelatin ta'mga qarab vanilin qo'shib aralashtiriladi va sovitilgan smetanaqa, oz-ozdan naycha usulida qo'shib ko'pirtiriladi. Tayyor krem sovitilgan qolipga quyilib sovitiladi. Tarqatishda formadan taqsimchaga xuddi jelelarga o'xshash bo'shatilib, ustidan o'rik, qulupnay, malina yoki olcha sardaklari (30 g hisobida) quyib, porsiyasiga 100 g hisobida krem bilan beriladi.

16.4. ISSIQ SHIRIN TAOMLAR

Issiq shirin taomlarga pudinglar, xamirga botirib qovurilgan olma, olma sharlotkasi, yopilgan olma, gurev bo'tqasi, shirin quymoqlar va boshqalar kiradi. Bu taomlar tarkibida ko'p miqdorda uglevod, yog' bo'lganligi sababli katta energiya manbayiga ega bo'ladi. Issiq shirin taomlar 50—55°C li haroratda tarqatiladi.

Qovurilgan non bilan meva va rezavor-mevalar. Idishga sut solinadi, unga xom tuxum, shakar solib yaxshilab aralashtiriladi. Oq baton non qobig'idan tozalanib, yupqa to'rtburchak yoki romb shaklida kesiladi va tuxum-sut aralashmasiga ikki yoqlama botirilib sariyog' yoki margarinda qizg'ish qobiq hosil qilib qovuriladi. Tarqatishda taqsimchaga 2 bo'lakdan qo'yilib, ustidan konservalangan meva solinadi va ustidan shirin sharbat yoki o'rik shirin sharbati quyib beriladi.

Olma guruch bilan. Saralab yuvilgan guruchdan sutli ilashimli bo'tqa tayyorlanib, 60—70°C gacha sovitilib, shakar, xom tuxum, kishmish, vanilin, yumshatilgan sariyog' solib yaxshi aralashtiriladi va yog'langan porsiyali tovaga solinib, qovurish shkafida qizg'ish qobiq hosil bo'lguncha ushlanadi. Olma yuvilib, artilib, po'sti tozalanib, pallacha shaklida kesilib, urug' va o'zagidan tozalanib, limon ishqori qo'shilgan suvda yumshoq qilib pishiriladi. Tarqatishda tayyorlangan guruch yoniga tayyorlangan olma qo'yilib, ustidan olma yoki o'rik shirin sharbati quyib beriladi.

Xamirga botirib qovurilgan olma. Bu taom uchun tuxum sarig'i, sut, tuz, shakar, nordonroq qaymok, elangan un yordamida suyuq xamir (klyar) qoriladi. Tuxum oqi ko'pirtirilib, biroz tindirilgan xamirga qo'shib aralashtiriladi. Tayyor xamir ishlatilguncha sovuq xonalarda saqlanadi. Olma yuviladi, po'sti artilib, urug'i o'zagidan tozalanadi. So'ng parrak-parrak shaklida kesilib (qalinligi 0,5 sm dan), sirlangan idishga terilib, ustidan shakar sepib qovurilguncha muzxonada saqlanadi.

Ko'p 160°C darajagacha qizdirilib, tayyorlangan olmaning har bir bo'lagi tayyorlangan suyuq xamirga botirilib, yog'ga solinib, sariq yoki och qizg'ish ranggacha qovurilib, iste'molga tayyor holga keltirilib, yog'dan suzib olinadi. Bu jarayonlarni bajarishda ayri yoki ignadan foydalaniladi. Tayyor taom yog'i silqitilib taqsimcha yoki laganchalarga qog'oz sochiqlar yoyilgan holda qo'yilib, ustidan shakar uni sepilib, alohida sardak idishida o'rik shirin sardagi beriladi.

Olma 100 g, shakar 3 g, bug'doy uni 20 g, tuxum 1/2 dona, sut 20 g, smetana 5 g, shakar 3 g, tuz 0.2 g, pazandachilik yog'i 10 g, shakar uni (pudra) 10 g, sardak 40 g. Sof og'irligi 140 g.

Olmali sharlotka. Nonga ishlov berish, shakl berish, yopish qiyma tayyorlash jarayonidir. Olma yuvilib, artilib, po'sti, urug'i va o'zagi tozalanib, yupqa tilim-tilim shaklida kesiladi, shakar bilan aralashtirilib, sovitkichda saqlanadi.

Suvi qochgan oq bo'lka non qobig'i tozalanib, qalinligi 0,5 sm qilib to'g'ri burchak shaklida kesiladi. Nonning yarmi mayda kubik shaklida to'g'ralib, qovurish shkafida qotiriladi va olma qiymasi bilan aralashtiriladi, bunga biroz dolchin ham qo'shish mumkin. Sut, xom tuxum, shakar yordamida shirin lezon tayyorlanadi. Qirqilgan non bir yoqlama lezonga biroz bo'ktiriladi. Yog' surtilgan protiven yoki porsiyali tovaga non lezonga bo'ktirilgan tomoni bilan qo'yilib, ustiga tayyorlangan olma qiymasi va uning ustidan lezonli nonning bo'ktirilgan tomoni tepaga qilib qo'yiladi, agar lezondan ortib qolsa ustidan quyilib, 180—200°C haroratli qovurish shkafiga qo'yib, sariq yoki qizg'ish qobiq hosil bo'lguncha ushlanadi. Iste'molga tayyor sharlotka 10 minut sovitilib, qolipdan ehtiyotlik bilan olinib bo'laklarga bo'linadi va taqsimchaga bir bo'lakdan qo'yib, bir chetiga o'rik shirin sardagi quyib beriladi.

Muraboli blinchik. Blinchik xamirturish qo'shilmagan suyuq xamirdan tayyorlanadi. Qovurilgan taomga murabbo quyilib, konvert usulida buklanib, sariyog'da ikki yoqlama qobiq hosil qilib asosiy usulda qovuriladi. Tarqatishda taqsimchaga 2 donadan qo'yilib, ustidan shakar uni (pudrasi) sepiladi. Xu'ddi shu usulda olma qiymasi bilan ham blinchik tayyorlash mumkin. Agar blinchik xamiri ikki yoqlama qovurilgan holda tayyorlangan bo'lsa, blinchik to'rt qavat qilib buklanib, 2—3 donadan likopchaga solinib, ustidan murabbo quyib beriladi.

Guruchli puding. Saralab tozalangan guruch va uzum yuviladi. Tuxum oqi sarig'idan ajratib olinadi. Sut-suv aralashmasida ilashimli guruch bo'tqasi tayyorlanib 60°C gacha sovitiladi. Tuxum sarig'i shakar bilan ezib aralashtiriladi va yuvilgan mayiz, vanilin solib yaxshilab aralashtiriladi. Tuxum oqi asta-sekin ko'pirtirilib aralashmaga qo'shiladi va yaxshilab aralashtiriladi. Qolip yoki tovaga yog' surtib non urvog'i sepiladi va yuqorida tayyorlangan aralashma ularga quyiladi. Idishning 3/4 qismigacha aralashma solinadi. Buning sababi issiq ishlov ta'sirida pudingning

hajmi kattalashadi. Ustiga smetana yoki sariyog' surtib qovurish shkafida avval 250°C, so'ng asta-sekin sovitib 200°C darajada qizg'ish qobiq hosil qilib yopiladi. Puding asta-sekin ko'tarila boshlagach, 25—30 minut davomida iste'molga tayyor holga keltiriladi. Tayyor puding usti qizg'ish qobiqqa ega bo'ladi. Uni 5—10 minut idish chetidan oson ko'chadigan holgakelguncha sovitiladi va qolipdan bo'shatib yoki porsiyaga taqsimlab, likopchaga qo'yib, ustidan o'rik yoki rezavor-meva sardagi yoki murabbo qo'shib beriladi.

Guruch pudingini suv-bug' hammomida ham pishirib tayyorlash mumkin. Buning uchun donador guruch bo'tqasi ishlatiladi.

Guruch 48 g, sut 75 g, suv 80 g, shakar 15 g, tuxum 1/2 dona, sariyog' 10 g, kishmish 10,5 g, urvoq 5 g, smetana 5 g, vanilin 0,01 g, sardak 50 g yoki murabbo 30 g. Sof og'irligi 250, 230 g.

Urvoq pudingi. Kishmish saralanib yuviladi. Tuxum oqi ajratib ko'pirtiriladi. Tuxum sarig'i esa shakar bilan eziladi va biroz sut qo'shib aralashtiriladi. Vanilinli urvoq tayyorlangan suyuqlikka solinib biroz bo'ktiriladi. Yog'lanib shakar sepilgan qolipga solishdan avval tayyorlangan kishmish va ko'pirtirilgan tuxum oqi aralashtirilib, manti qasqon yoki bug' qozonlariga qo'yib qopqog'i yopiladi va 25—30 minut davomidapishiriladi. Iste'molgatayyor puding biroz sovitiladi, qolipdan olib likopchalarga solinadi va o'rik shirin sardagi solib tarqatiladi. Agar puding kattaroq qolipda tayyorlansa, porsiyalargabo'lib tarqatiladi.

Konservalangan mevalardan tayyorlangan puding (gurev bo'tqasi). Sutni toza idishga solib, qovurish shkafiga qo'yiladi va 240—260°C darajali sharoitda yuzida qaymoq (yupqa qobiq) hosil bo'lguncha ushlanadi. So'ng qaymog'i qoshiq bilan olinadi. Shu tariqa bir necha bor sut yuzidagi qaymog'i ajratib olinadi va tayyor taom tarqatilguncha saqlanadi.

Sut-suv aralashmasidan ilashimli manna bo'tqasi tayyorlanadi va unga shakar, sarlyog' qo'shib aralashtirib, 50—60°C li darajagacha sovitiladi. Tuxum oqi ajratib olinib ko'pirtiriladi. Agar pudingga yong'oq solinsa, uni tozalab mag'zi maydalanadi. Sovitilgan bo'tqaga tuxum sarig'i, vanilin, yong'oq solib yaxshilab aralashtiriladi, so'ng ko'pirtirilgan tuxum oqi qo'shib yana bir bor aralashtiriladi. Tayyorlangan mahsulot va sut qaymog'i porsiyali tovaga bir qavatdan qilib ustma—ust solinadi. Solingan mahsulot usti tekislanib, shakar sepiladi, pazandachilik ignasi qizdirilib, sepilgan shakarga kuydirilgan holda bezak berilib qovurish shkafida 5—7 minut yopiladi. Tayyor puding o'z tayyorlangan tovasida, ustidan marinadlangan meva va yong'oq mag'zi bilan bezab tarqatiladi. Alohida sardak idishida issiq o'rik shirin sardagini berish mumkin.

Gurev bo'tqasi yangi mevalardan tayyorlansa, mevalar ishlovdan o'tkazilib pallacha shaklida kesiladi va quyuq shakar sharbatida qaynatib olinadi.

16.5. KONSENTRATLARDAN TAYYORLANADIGAN SHIRIN TAOMLAR

Konsentratlar pishirishga tayyor taom hisoblanadi, chunki bu mahsulotlarni tayyor holga keltirish uchun ko'p vaqt talab etilmaydi. Shu sababdan konsentratlar umumiy ovqatlanish korxonalarida ishlatilishi ishilar mehnatini ancha osonlashtiradi. Sanoatda juda katta miqdorda konsentrat shirin taomlari ishlab chiqariladi. Jumladan, kisellar, musslar, puding, krem, quruq ichimliklar va boshqalar. Eng ko'p ishlatiladigan shirin taom kisel hisoblanib, ular ekstrakt ko'rinishida shakar bilan yoki shakarsiz tayyorlanadi. Bundan tashqari, essensiyaga shakar qo'shib ham tayyorlanadi. Jeleslar rezavor mevalar va sutdan tayyorlanadi. Konsentratlar briket yoki un ko'rinishiga keltiriladi. Ularning namlik darajasi 6—7% ni tashkil qilib, maxsus idishlarga yoki qog'ozlarga 33 dan 250 g gacha vaznda joylangan bo'ladi.

Meva va rezavor-meva ekstraktining konsentrati kiseli. Klyukva, olcha, qulupnay kabi rezavor-mevalarning ekstraktlaridan kisel tayyorlanadi. Bu kisel tarkibida ma'lum miqdorda kartoshka kraxmali va shakar bo'ladi. Quruq un yoki briket ko'rinishidagi kisel vazniga teng miqdordagi sovuq suvda ezib aralashtiriladi, donador holi bo'lmagan bir xil suyuqlikka keltiriladi va qaynab turgan suvga solib to'xtovsiz aralashtirilgan holda qaynash darajasiga ko'tarilib, ta'mga ko'ra shakar va limon ishqori solinadi U oddiy usulda tarqatiladi.

Kisel konsentrati 120 g, shakar 75 g, limon ishqori 1 g, suv 930 g. Sof og'irligi 1000 g.

Limon jelesi. Bu jele tarkibiga shakar, ozuqaviy jelatin, limon ishqori, rezavor-meva essensiyasi, ozuqaviy bo'yovchi mahsulotlar kiradi. Ular 100 g hisobida qog'oz yoki polietilen qopchiqlarga joylashtirilgan bo'ladi. Idishdagi mahsulot vazniga nisbatan to'rt barobar ko'p bo'lgan qaynatib sovutilgan suvda aralashtirilib, 40—50 minut davomida bo'ktiriladi. So'ng plita ustiga qo'yib qaynaguncha aralashtirilgan holda eritiladi. Tayyorlangan suyuqlik elakda suzilib, sovutilgan qoli plarga solib, sovuq xonalarda sovutilib qotiriladi va xuddi oddiy jeleslarga o'xshash usulda tarqatiladi.

16.6. SHIRIN TAOMLAR SIFATIGA QO'YILADIGAN TALABLAR VA ULARNI SAQLASH MUDDATLARI

Shirin taomlarning sifati ularning tashqi ko'rinishi, mazasi, hidi va quyuq-suyukligi bilan aniqlanadi. Ular tashqi hid, mazadan xoli, yetarii miqdorda shakar solingan bo'lishi, quyuq-suyuqligi me'yorida lozim.

Rezavor-mevalarni sof holda tarqatish zarur bo'lsa, ulardan tupida yetilib pishgani, sifatlisi, yaxshi yuvilganlari ishlatiladi.

Kompotlar tiniq, och sarg'ishdan qo'ng'ir ranggacha bo'lib, mevalari butun yoki pallacha shaklida, ba'zi hollarda tilim-tilim yoki parrak-parrak shaklida kesilgan, o'z shaklini saqlagan, yumshoq pishgan, ezilmagan, shirin, biroz sezilarli nordonlikda, rezavor-mevalarga xos mazali bo'lishi kerak. Tarqatishda kremanka yoki stakanning 2/3 yoki 1/4 qismini meva, qolgan qismini suyuqlik tashkil etishi lozim.

Kisellar tiniq, bir xil suyuqlikda, kraxmali erigan bo'lishi, cho'ziluvchan bo'lmasligi kerak. Quyuq kisellar o'z shaklini saqlab qolish xususiyatiga ega bo'lsa, o'rta quyuqlikdagi yoki o'rtacha suyuqlikdagi kisellar biroz oquvchan qaymoq yoki smetana quyuqligiga o'xshash bo'ladi. Kisellar mazasi shirin bo'lishi bilan birga rezavor mevalarga xos hid va mazaga ega bo'ladi. Agar kisel rezavor meva pyuresidan tayyorlansa, rangi tiniq bo'lmaydi, qolganlari (sut kiselidan tashqari) tiniq bo'ladi. Kisellarning yuzida yupqa parda holidayi qaymog'i bo'lmasligi, sut kiselidan esa kuygan sut mazasi kelmasligi kerak.

Jeleslar ilvira ko'rinishdagi quyuq-suyuqlikda, tiniq, ba'zi hollarda bo'g'iq rangda, ta'mi shirin, mazasi tayyorlangan mahsulotga xos bo'ladi. Jele ichidagi kesilgan mahsulot chiroyli joylashtirilishi kerak, shakli tayyorlangan qolipigaxos yoki uchburchak, to'rtburchak shaklida kesilishi, bir xil quyuqlikda, biroz egiluvchan bo'lishi, limon jelesida taxir maza bo'lmasligi kerak.

Muss mayda g'ovakli, nozik, oson egiluvchan, qotirilgan, shirin, biroz nordonroq, rangi oq, och sariq yoki pushti bo'lib, bu ishlatilgan mahsulotga bog'liq. Mussning shakli to'rtburchak, uchburchak cheti arra ko'rinishida bo'ladi. Musslarning kamchiligi yaxshi ko'pirtirilmalik natijasida uning tubida hosil bo'ladigan jele qatlamidir.

Sambuk ham mussga o'xshash holga ega bo'lishi bilan birga, mazasi va hidi tayyorlangan rezavor mevalar pyuresiga xos, biroz nordonroq darajada bo'lishi mumkin. Sumbukning shakli mussnikaga o'xshash bo'lishi kerak.

Kremlar to'rtburchak, uchburchak, qalpoq ko'rinishidagi shaklda, g'ovak, rangi, mazasi, hidi tayyorlangan mahsulotga xos bo'lishi kerak.

Pudinglar ustida qizg'ish qobiq bo'lishi bilan birga, bir xil g'ovaklikdagi kesimgaega, shakli tayyorlangan qolipgaxos bo'lishi, kesimidagi mahsuloti g'ovak, nozik, yumshoq, kishmish va yong'oq mag'zi donachalari sezilarli ko'rinishi kerak. Ichki ko'rinishi sariqdan to och qo'ng'ir ranggacha bo'ladi. Mazasi shirin. Bug'da pishirilgan pudinglarning rangi och bo'lib, ichi g'ovak bo'ladi.

Gurev bo'tqasi tilla rang qobiqli, nozik g'ovaklikka ega bo'ladi, kuygan hid, maza bo'lmasligi kerak.

Olma sharlotkasi kvadrat yoki qalpoqcha ko'rinishidagi shaklda, qizg'ish qobiqda, qiymasi tarkibidagi suyuqligi oqib ketmagan bo'lishi lozim.

Xamirda qovurilgan olma usti bir xil yupqalikda qovurilgan qobiq bilan qoplangan bo'ladi. Kuygan joylari bo'lmasligi, kesilganda xamiri g'ovak ko'rinishda, olmasi yumshoq, oq rangda mazasi shirin bo'lishi kerak. Tarqatishda qog'oz sochiq yoyilgan taqsimchaga tayyorlangan olma terilib, ustidan qand uni sepib beriladi. Yangi rezavor mevalar yuvib, quritib artilgan holda idishlarga terib, sovitkichda 0 dan 6°C gacha bo'lgan sharoitda saqlanadi. Sovuq shirin taomlar (kompot, jele va boshqalar) sovuqxonalarda yoki sovitkichlarda 0 dan 14°C gacha haroratda bir sutka davomida saqlanadi. Ular sirlangan idishlarda saqlanishi lozim. Issiq shirin taomlar (puding, zapekankalar) harorati 55—60°C li qovurish shkafi yoki suvbug' marmitlarida saqlanadi.

Amaliy mashg'ulot

Shirin taomlarning tayyorlanish texnologiyasi bilan tanishish

Asosiy maqsad. Shirin taomlarning tayyorlanish texnologiyasi bilan tanishish va malaka o'rttirish.

Uslubiy ko'rsatma. Malumotlar mazkur kitobning «Shirin taomlar» bobida bayon etilgan, ularni o'qib, bilib olish maqsadga muvofiqdir. O'quv yurtining «Fan sikli hay'ati» tomonidan tayyorlanishga tavsiya etilgan ba'zi-bir taomlarga ketadigan oziq-ovqat mahsulotlarining miqdorini «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий» (М. Экономика, 1983) kitobining 912—1007-sonli taomlar retsepturalaridan hisoblab, bilib olishlari mumkin. Bunda barcha texnologik jarayonlar korxonaning ishlab chiqarish sexlarida yoki o'quv yurtining laboratoriyasida amalga oshiriladi. Ularni tayyorlashda ishlab chiqilgan texnologik kartalar, plakatlar, diafilm, slydalardan foydalaniladi. Asosiy bajariladigan vazifalar sanitariya talablariga rioya etilib, texnologik jarayon asosida olib boriladi.

Mashg'ulot o'tkazish tartibi va kerakli asbob-anjomlar. Buning uchun har-xil inventarlar, pichoqlar, taxtakachlar, tovalar, soteyniklar, protivenlar, dur shlag, har xil hajmdagi kastyulkalar va shunga o'xshash asbob-anjomlar kerak bo'ladi. Elektr plitalar, elektr pechlar, tovalar, frityumitsa va boshqa mexanik va issiqlik jihozlaridan foydalaniladi.

Topshiriq. O'quvchilar taomlarni tayyorlashning organoleptik usul, ya'ni ko'rinishi, mazasi, sifati, tayyorlash texnologiyasi bilan tanishadilar. Lozim bo'lgan ma'lumotlarni daftarga yozib oladilar. O'qituvchi o'tkazilgan mashg'ulotga yakun yasaydi.

Tekshirish uchun savol va topshiriqlar

1. Shirin taomlarning qaysi turlarini bilasiz? Shirin taomlarning chizmasini chizing va ularni tarqatishdagi harorat darajasini ko'rsating.
2. Yangi, quritilgan, konservalangan meva kompotlari qanday tayyorlanadi?

3. Qoraqat kiseli qanday tayyorlanib tarqatiladi?
4. Klyukva mussi tayyorlash uslubini chizma ravishda ifodalang.
5. Limon jelesi qanday tayyorlanib tarqatiladi?
6. Olma sambuki qanday tayyorlanadi va tarqatiladi? Sambuk va mussning farqi nimada?
7. Shirin issiq taomlar nomini ayting. Quyidagi mahsulotga qarab qaysi taom ekanligini aniqlang: oq bo'lka non, sut, tuxum, sariyog', konservalangan meva, o'rik sardagi.
8. Guruch pudingini tayyorlash uslubini chizma ravishda ifodalang.
9. Mahsulot ro'yxati hujjatidan foydalanib, 50 porsiya olma sharlotkasi tayyorlash uchun qancha mahsulot ishlatilishini belgilang.
10. Jelesi shirin taomlarning sifatiga talab nimadan iborat?

XVII b o b

ICHIMLIKLAR

Umumiy ovqatlanish korxonalarida sovuq va issiq ichimliklar tayyorlanadi. Choy, kakao, kofe chanqov bosuvchi ichimliklar hisoblanadi. Ular tarkibidagi mahsulotlar kishi yurak faoliyatini yaxshilaydi, taom hazm bo'lishini osonlashtiradi, charchoqni qoldiradi. Kofe va kakao esa yuqori ozuqaviy axamiyatga ega hisoblanadi. Sovuq ichimliklarga sut, qatiq mahsulotlari, sutli ichimliklar, kvas, turli rezavor meva sharbat va ichimliklari kiradi.

Pishirilgan sut sovuq va issiq holda berilishi mumkin. Pasterizatsiya qilingan va sterilizatsiya qilingan shishadagi sutlar avval issiq ishlov berilmagan holda tarqatiladi. Issiq ichimliklarning harorat darajasi 75°C dan past bo'lmashligi, sovuq holdagisi esa 14°C dan yuqori 7°C dan past bo'lmashligi kerak. Ba'zi sovuq ichimliklarga ozuqaviy muz bo'lakchalari solib ham beriladi.

Choy, kofe, kakaolar uzoq vaqt saqlanishi natijasida xushxo'rlikini yo'qotadi, ularga tashqi hid o'tirishib qoladi. Shu sababdan ularni quruq xonalarda, qopqog'i mahkam yopiladigan idishlarda, o'zidan hid chiqaruvchi ziravor va mahsulotlardan alohida holda, agar idishi ochilgan bo'lsa, maxsus qopqog'i yopiluvchi idishga bo'shatib saqlash lozim. Aks holda ularning xushxo'rliqi, ozuqaliligiga putur yetadi. Bundan tashqari kofe, kakao qaynatilganda va uzoq vaqt saqlanganda ularning xushxo'r ta'mi buziladi. Bunday ichimliklarni talabga binoan, zarur miqdorda qaynatmay, uzoq vaqt qizdirilmay, qayta isitilmay tayyorlash lozim.

17.1. CHOY

Choydan chanqovni qoldiruvchi, tetiklashtiruvchi ichimlik tayyorlanadi. Respublikamizda Hindiston, Seylon va boshqa zamonaviy choylarga bo'lgan talab katta.

Choy tarkibidagi kofein odam tanasidagi nerv sistemasiga qo'zg'atuvchi ta'sir ko'rsatadi. Efir moylari (oz miqdordagi) choyga xushxo'r, dubil mahsulotlar qimizak ta'm beradi. Choyning rangi unga beriladigan maxsus ishlovga, ozuqaviy ranglarga bog'liq. Choy B₁, B₂, C, P, PP darmondorilariga boy.

Choy damlash uchun asosan chinni choynaklardan foydalanish tavsiya etiladi.

Metall choynaklarda, kastyulka, qozonlarda choy damlash mumkin emas. Metall ta'sirida choyning mazasi buziladi, rangi o'zgaradi.

Choy damlash. Chinni choynak qaynab turgan suvda chayib tashlanadi, so'ng quruq choy solinib, choynakning 1/3 qismiga qaynab turgan suv quyiladi, qopqog'i yopilib, usti sochiq bilan yopib qo'yiladi. 5—10 minut davomida choy damlanadi. Damlangan choyning ustidan qaynab turgan suv quyib, choynak to'ldiriladi va biroz tindirilib tayyor holga keltiriladi.

Damlangan choyni plita chetida uzoq saqlash yoki qaynatish taqiqlanadi, chunki bunda choy o'ziga xos qo'lansa hidga ega bo'lib, o'z sifatini yo'qotadi. Damlanib suyuqligi ajratilgan choy shamasi ustiga quruq choy solib choy damlash ham ma'lum darajada damlangan choy sifatiga ta'sir ko'rsatadi. Damlangan choy bir soat davomida o'z sifatini saqlab turadi.

Choylarni tarqatishda damlangan choy stakanga quyilib, stakan osti idishiga choy qoshig'i bilan qo'yib beriladi. Alohida maxsus kichik taqsimchalarda qand, shakar, murabbo, limon parragi, konfet, taqsimchalarda pirojniy, gumma, tort, qandolatchilik mahsulotlari; chuqur idishlarda sut, qaymoq beriladi. Bundan tashqari choyni porsiyalangan stakanda damlash uchun mo'ljallab qadoqlangan maxsus qopchiqda ham berish mumkin. Alohida choynakda qaynagan suv beriladi. Choyxonalarda damlangan choy kichkina chinni choynaklarda beriladi. Bir vaqtning o'zida katta choynakda qaynagan suv, stakan va choy qoshiq beriladi. Agar shakarli choy ko'proq miqdorda tayyorlab tarqatiladigan bo'lsa, choy damlanayotgan paytda unga shakar qo'shib tayyorlash mumkin. Choylarni tarqatishda turli shiravorlar va non mahsulotlarini tavsiya qilish mumkin. Jumladan, konfet, shokolad, pryanik, pirojniy, pechene, pirog va boshqalar. Ko'k choy shakarsiz, piyolada ichiladi, unga sharq qandolat mahsulotlari, kishmish, bargak qo'shib beriladi.

17.2. KOFE, KAKAO, SHOKOLAD

Sof kofe. Umumiy ovqatlanish korxonalariga kofe qovurilgan donador holda va yanchilgan holda keltiriladi. Yanchilgan kofe turpi bilan yoki turpsiz holda tayyorlangan bo'lishi mumkin.

Kofening muhim tarkibiy qismi kofein bo'lib, o'ziga xos ta'sir etuvchi xususiyati bilan boshqa mahsulotlardan farqlanadi. Kofe tarkibida oqsil, yog', shakar bo'lib, bu uning ozuqalik qimmatini belgilaydi. Umumiy ovqatlanish korxonalariga sof kofedan tashqari kofeli ichimliklar ham keltiriladi. Ular suli, soya yoki jelud va boshqa mahsulotlardan sof kofe qo'shilgan yoki qo'shilmagan holda tayyorlanadi. Sof kofe qo'shilgan holda «Nasha marka», «Arktika», «Do'stlik», kofe qo'shilmagan holda «Oltin boshqoq» kofe ichimliklari tayyorlanadi.

Kofe tayyorlashning bir necha usuli bor. Biroq bu usullarning barchasi quruq kofe tarkibidagi xushxo'r ekstrakt moddalarni xushta'm ichimlikka aylantirishdan iborat. Agar quruq kofe donachalari ichimlik tayyorlashdan avval yanchilib suyuqlikda aralashtirilsa, kofe sifati yuqori darajada bo'ladi. Yirikroq yanchilgan kofening xushxo'rliги ko'proq saqlanib, rangi tiniq bo'ladi. Kofelarni yanchish uchun tegirmon, kofe yanchuvchi mashinalardan foydalanish mumkin.

Umumiy ovqatlanish korxonalarida kofe tayyorlash uchun maxsus «Ekspress» kofe pishirgich, qopqog'i zich bekiladigan kofe pishiruvchi idishdan foydalaniladi va sof qora kofe, sutli yoki qaymoqli kofe, limonli kofe, ko'pirtirilgan qaymoqli kofe, sharqcha kofe, muzqaymoqli kofe tayyorlanadi.

Sof qora kofe. Elektr kofe pishirish asbobida kofe tayyorlash uchun yanchilgan kofe suv qaynashidan 5—6 minut avval asbobning setkasiga solinadi. Pishirish jarayonida kofedan ta'mli va xushxo'r moddalar ajralib chiqadi. Ichimlikning ta'mini yaxshilash uchun kofe pishgandan so'ng 5—8 minut apparatda saqlanadi. Maxsus kofe pishiruvchi asbobda kofe tayyorlashdan avval idish qaynoq suv solib chayqaladi, ustidan qaynoq suv quyiladi va qaynatiladi. Kofe ko'tarila boshlagach uni qizdirish to'xtatiladi, idish qopqog'i yopilib, 5—8 minut tindiriladi. Agar kofe kastr'yulkada tayyorlansa, uni elak yoki dokadan suzib o'tkaziladi. «Ekspress» kofe pishirish asbobida tayyorlanganda esa ichimlikning quyqasi bo'lmaydi.

Kofelarni tarqatishda 75, 100 g hajmli stakan yoki kofe idishlaridan foydalaniladi. Kofeni shakar, limon, maxsus idishda sut, qaymoq bilan ham tarqatish mumkin.

Sutli kofe. Tayyor qora kofega qaynab turgan sut, shakar qo'shib aralastirilib qaynatiladi. Stakan tagiga taqsimcha qo'yib, kofe idishida taqsimchaga qo'yilgan holda tarqatiladi.

Varshavacha sutli kofe. Odatdagicha qora kofe tayyorlanadi. Unga sut qo'shilishini hisobga olib quyuqroq tayyorlanadi. Pishirib suzib olingan kofega qaynoq sut, shakar qo'shib qaynatiladi. Tarqatishda stakan yoki kofe idishlariga quyib beriladi. Ustiga qaynatishda ajratib olingan sut qaymog'idan solib berish ham mumkin.

Ko'pirtirilgan qaymoqli kofe (venacha kofe). Qora kofe tayyorlanib stakanga quyiladi, ustiga shakar uni bilan birga ko'pirtirilgan qaymoq quyiladi. Ko'pirtirilgan qaymoq mahsulotini qandolatchilik qopchig'idan chiqarib qo'shish ham mumkin.

Sharqcha kofe (cho'kmali kofe). Yanchilgan kofe maxsus idishga (turkuga) solinadi, ustidan shakar solib sovuq suv quyiladi va qaynatiladi. Tarqatishda kofe turkuda yoki kofe idishida beriladi. Alohida idishda esa qaynatib sovutilgan suv beriladi.

«Shirin quyuqlashgan sutli sof kofe» konservasidan tayyorlangan kofe. Kofe va shirin quyuqlashgan sut qaynoq suvda bir xil suyuqlik holiga kelguncha aralastirib qaynatiladi va iste'molga tortiladi.

Kofeli ichimlik. Kofeli ichimlik mahsuloti idishga solinib, ustidan qaynab turgan suv quyiladi, qaynatilib, 3—5 minut tindiriladi. So‘ng uni boshqa idishga quyib, shakar, qaynoq sut qo‘shib yana qaynatiladi.

Umumiy ovqatlanish korxonalariga kakao va shokolad quruq un ko‘rinishida keltiriladi. Shokolad tarkibida ma‘lum darajada shakari bo‘ladi. Kakao va shokolad tarkibida yog‘i bo‘lgani sababli, ularning ozuqaviy ahamiyati yuqori hisoblanadi. Bundan tashqari, ularning tarkibida asab to‘qimalariga, yurak faoliyatiga ta‘sir etuvchi moddalar ham bor.

Sutli kakao. Kakao uni shakar bilan aralashtirilgandan so‘ng ustidan ozroq qaynab turgan sut yoki suv quyib bir xil aralashma hosil bo‘lguncha aralashtiriladi. Shundan so‘ng ingichka naycha usulida qolgan sut quyilib aralashtiriladi va qaynatiladi. Kakaoni stakan yoki kofe idishida tarqatiladi. Kakao ko‘pirtirilgan qaymoq bilan ham tarqatish mumkin.

Shokolad. Shokolad kakaoga o‘xshash tayyorlanadi va tarqatiladi. Agar shokolad plitka ko‘rinishida keltirilsa, avval maydalab olinadi.

17.3. SOVUQ ICHIMLIKLAR

«**Petrovskiy**» ichimligi. Non kvasiga asal aralashtiriladi. Agar kvas biroz isitilsa, asal yaxshi aralashadi. Kvasga ishlovdan o‘tib, mayda qirindi shaklda kesilgan yerqalampir ildizi solinib, muzxonada 2—3 soat qopqog‘i zich yopilgan holda saqlanadi, so‘ng dokadan suzib o‘tkaziladi. Tarqatishda stakanga quyib, kubik shaklidagi muz solib beriladi.

Djemli salqin sut ichimligi pasterlizatsiyalanib sovitilgan sutdan tayyorlanadi. Katta sut idishida (flyaga) keltirilgan sut bir qaynatib sovitiladi. Muzqaymoq, sut, jem yaxshilab aralashtirilgan zahoti tarqatiladi.

Sut 140 g, jem 20 g, sutli muzqaymoq 50 g. Sof og‘irligi 200 g.

Klyukvali ichimlik. Klyukva saralanib, yuviladi, suvi silqitilib, ezib, suyuqligi ajratiladi va zanglamaydigan idishga solinib, qopqog‘i yopilib muzxonaga qo‘yiladi. Turpiga qaynoq suv quyib, 5—8 minut qaynatiladi. So‘ng elak yoki dokada suziladi, shakar bilan aralashtirilgach, bir qaynatib muzxonadagi klyukva sharbati bilan qorishtiriladi, sovitilgach stakanga solib tarqatiladi.

Limon yoki apelsinli ichimlik. Ishlovdan o‘tgan apelsin yoki limon po‘sti mayda to‘g‘ralib, ustidan qaynoq suv quyib, 3—5 minut qaynatilib, 3—4 soat tindiriladi. So‘ng suzilib, shakar qo‘shib, yana qaynatiladi. Siqib ajratib muzxonaga qo‘yilgan limon yoki apelsin sharbati qo‘shilib sovitiladi va stakanga solib tarqatiladi.

Na'matak ichimligi. Quritilgan na'matak saralanib, yuvilib, qaynab turgan suvga solinadi, qopqog'i yopiq holda, past olovda 5—10 minut qaynatilib, shakar qo'shib aralashtiriladi va 22—24 soat davomida idish qopqog'i yopilgan holda tindiriladi. Qaynatma dokada suzib olinib sovutiladi va tarqatiladi.

Quruq na'matak 20 g, shakar 20 g solinadi Sof og'irligi 200 g.

Sutli kokteyl. Bu ichimlik maxsus ko'pirtirib aralashtiruvchi mashinalarda tayyorlanadi. Mashinaning metall stakaniga sovuq sut, muzqaymoq, meva shakarli sharbati solinib 1 minut davomida mashinada ko'pirtiriladi. Ko'pirtirilgan kokteyl shu zahoti stakanga quyib iste'mol qilinadi. Rezavor meva sharbati turiga qarab bu kokteyllar o'rikli, olchali, kofeli bo'lishi mumkin.

Sovuq holda ichimlik sifatida choy, kofe ham berilishi mumkin.

Sovuq kofe. Yuqorida ko'rsatilgan usulda shakarli qora kofe tayyorlanib, suzilib, 5°C haroratgacha sovutiladi. Tarqatishda kofega limon qo'shib beriladi yoki idishga quyib ustiga ko'pirtirilgan qaymoq yoki sariyog'li muzqaymoqni shar shaklida qilib solib beriladi.

Sovuq choy. Damlangan choy shamasi suzilib, shakar qo'shib aralashtiriladi va chinni choynakka solib, 8—10°C darajagacha sovutiladi. Tarqatishda piyola, stakan yoki kattaroq idishda ichiga muz bo'lagidan solib beriladi. Choyga shakar qo'shmay sovitib tayyorlasa ham bo'ladi.

Sovuq choyga apelsin, limon, olcha sharbati qo'shiladi. Sharbat o'rniga limon parragi qo'shib bersa ham bo'ladi.

Amaliy mashg'ulot

Ichimliklar tayyorlanish texnologiyasi bilan tanishish

Asosiy maqsad. Ichimliklar tayyorlanish texnologiyasi bilan tanishish va malaka o'rttirish.

Uslubiy ko'rsatma. Ma'lumotlar mazkur kitobning «Ichimliklar» bobida bayon etilgan, ularni o'qib, bilib olish maqsadga muvofiqdir. O'quv yurtining «Fan sikli xay'ati» tomonidan tayyorlanishga tavsiya etilgan ba'zi bir taom va ichimliklarga ketadigan oziq-ovqat mahsulotlari miqdorini «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий». (М.: Экономика, 1983) kitobining 1008—1066-sonli taom va ichimliklar retsepturalaridan hisoblab aniqlanadi.

Bunda barcha texnologik jarayonlar, korxonaning ishlab chiqarish sexlarida yoki o'quv yurtining laboratoriyasida amalga oshiriladi. Ularni tayyorlashda ishlab chiqilgan texnologik kartalar, plakatlar, diafilm, slaydaldardan foydalaniladi. Asosiy bajariladigan vazifalar sanitariya talablariga rioya etilib, texnologik jarayon asosida olib boriladi.

Mashg'ulot o'tkazish tartibi va kerakli asbob-anjomlar. Buning uchun har xil inventarlar, pichoqlar, taxtakachlar, tovalar, soteyniklar, protivenlar, durshlag, turli hajmdagi kastyulkalar va shunga o'xshash asbob-anjomlar kerak bo'ladi. Elektr plitalar, elektr pechlar, tovalar, frityurnitsa va boshqa mexanik va issiqlik jihozlaridan foydalaniladi.

Topshiriq. O'quvchilar tayyorlangan taom va ichimliklarning ko'rinishi, mazasi, sifati, tayyorlanish texnologiyasi bilan tanishadilar. Lozim bo'lgan ma'lumotlarni daftarga yozib oladilar. O'qituvchi o'tkazilgan mashg'ulotga yakun yasaydi.

Tekshirish uchun savol va topshiriqlar

1. Ovqatlanishda ichimliklarning qanday ahamiyati bor?
2. Choy damlash qoidasi va tarqatilishini so'zlab bering.
3. Kofe tayyorlash usullarini so'zlab bering.
4. Sharqcha va varshavacha kofe tayyorlash va tarqatish uslubini so'zlab bering.
5. Kakao qanday tayyorlanadi?
6. Klyukvali, apelsinli va limonli ichimliklarni tayyorlashda qanday farq bor?
7. Sut kokteylini tayyorlash uslubini tushuntirib bering.

XVIII b o b

XAMIR MAHSULOTLARI

Xamir mahsulotlaridan tayyorlanadigan turli xil pishiriqlar milliy oshxonaning ko'rkli hisoblanadi. Piroglar, kulebo'klar, rasstegaylar, blinlar, blinchiklar va boshqa un mahsulotidan tayyorlanadigan taomlar keng tarqalgan. Xamir mahsulotining ozuqalik ahamiyati tarkibidagi uglevod (kraxmal) miqdori bilan, o'simlik oqsillari, yog'lar, B va PP turkumidagi darmondorilar bilan belgilanadi. Sariyog' bilan tayyorlanadigan xamir mahsulotlarida A darmondorisi bo'ladi.

Xamir mahsuloti taomlari yuqori darajada to'yimli, tashqi ko'rinishi chiroyli, xushxo'r va hidli bo'lib, boshqa mahsulotlarning ham hazm bo'lishini osonlashtiradi.

Xamir va xamir mahsulotlari xamir qoruvchi va ko'pirtiruvchi mashinalar bilan jihozlangan maxsus qandolatchilik sexlarida tayyorlanadi. Xamir qorish va undan mahsulot tayyorlash uchun turli idish va asboblardan foydalaniladi. Jumladan, qozonlar, kastryulkalar, mexanik tovalar, yog'och va qandolatchilik patnislari, har xil teshikli elaklar, jo'valar, xamir kesuvchi shakldor pichoqlar, xamir yoyuvchi moslamalar, ezuvchi yog'och yoki metall hovonchalar, chilcho'plar, qandolatchilik qopchiqlari va ularning turli shakl beruvchi metall jihozli uchlari, har xil kurakchalar ishlatiladi.

Umumiy ovqatlanish korxonalarida quyidagi xamir turlari tayyorlanadi: xamirturush solingan va xamirturush solinmagan; xamirturushsiz — yog', tuxum, sut, shirinlik solingan xamir, biskvit, qaynoq suvga qorilgan xamir, shakarli (pesochniy), qatlama, oddiy (chuchvaralar, ugra uchun), suyuq xamir (klyar uchun).

Xamirning sifati ularning g'ovaklik darajasi bilan aniqlanadi. Qovak xamirdan tayyorlangan mahsulot iste'molda oson hazm bo'ladi. Xamir mahsuloti tarkibidagi ko'p miqdordagi kraxmalning hazm bo'lishi qiyin. U fermentlar ta'siri ostida tarkibiy qismlarga ajralib, glyukozaga aylanishi lozim. Bu fermentlar, asosan, so'lakda va oshqozon osti bezida bo'ladi. So'lak ta'sirida bo'ktirish uchun xamir mahsulotlari yumshoq bo'lishi kerak. Xamir g'ovakli bo'lishi uchun turli yumshatuvchi moddalar ishlatiladi. Jumladan, xamirturush, osh sodasi, ammoniy tuzi va hokazo.

Xamirturush — ko'zga ko'rinmas mayda mavjudot (xamirturush qo'ziqorini) hisoblanadi. Ularning hayoti uchun suyuqlikda erigan holdagi shakar, oqsil, mineral mahsulotlar va qulay muhit bo'lishi lozim. Ularning yashashi va ko'payishi natijasida

tayyorlangan xamir ichida ma'lum darajada kraxmal parchalanishi natijasida spirt, karbonat angidrid gazi hosil bo'lib, xamirda g'ovaklik holati yuzaga keladi va xamir hajmi oshadi.

Osh sodasi (natriy karbonat) — un ko'rinishidagi oq mahsulot xamir qorilganda qo'shib tayyorlanadi. Xamir tarkibidagi kislotalar bilan birikishi natijasida yoki xamirga issiqlik ta'sir etishi natriy karbonat o'zidan karbonat angidrid chiqarib, mahsulot g'ovakligi hosil qiladi.

Ammoniy karbonat — oq un ko'rinishidagi mahsulot. Bu mahsulot xamirga qo'shib tayyorlanadi. Xamirga issiqlik ta'siri natijasida ammoniy karbonat parchalanib karbonat angidrid, ammiak va ma'lum darajada suv hosil qilishi natijasida tayyor mahsulot g'ovakligi hosil bo'ladi.

18.1. XAMIRTURUSHLI XAMIR TAYYORLASH

Xamirturushli xamirning asosiy mahsuloti un, suv, tuz va xamirturushdan iborat. Sut, tuxum, shakar, yog', smetana qo'shib tayyorlanadigan xamir ham bor. Xamir tayyorlash jarayoni mahsulotlarni tayyorlash, xamir qorish, xamirni achitish va achish jarayonida ezib havosini chiqarib turishdan iborat.

Unni ishlatishdan avval mashina yoki qo'lda elak yordamida elanib, qotib qolgan un qoldiqlari, tashqi mahsulotlardan tozalanadi. Bunda un tarkibi kislorod bilan boyiydi, xamir qorish osonlashadi, uning sifati yaxshilanadi, xamir yaxshi oshadi.

Presslangan *xamirturush* ishlatilishidan avval 30—35°C darajali iliq suvda aralashtiriladi. Muzlatilgan xamirturush 4—6°C darajali sharoitda muzidan tushiriladi. Quritilgan xamirturush presslangan xamirturushga nisbatan 3 barobar kam miqdorda olinadi. Quruq xamirturush iliq suvda aralashtirilib 1 soat ivitib qo'yiladi. Tayyorlangan xamirturush elakdan suzib o'tkaziladi.

Tuxum ishlatishdan avval, umumiy ovqatlanish korxonalarida rioya qilish lozim bo'lgan sanitariya qoidalari asosida ishlovdan o'tkaziladi.

Yog'lar eritilib, ishlatishdan avval elakdan o'tkaziladi. Eritilmay ishlatilishi kerak bo'lsa, avval bo'lakchalarga bo'linib, biroz yumshatiladi.

Xamirga mo'ljallangan mahsulotlar tayyorlangandan so'ng turli usul bilan aralashtirilgan holda xamir qoriladi. Qorilgan xamirni oshirish uchun issiq haroratli joyga qo'yiladi.

Xamirturush zamburug'lari yoki qo'shilgan sut mahsulotidagi sut achituvchi bakteriyalar qorilgan xamir tarkibida rivojlanib, achish jarayonini amalga oshiradi. Xamirturushlar rivojlanish jarayonida un tarkibidagi shakar mahsulotini achitib parchalab, metil spirti va karbonat angidrid gazini hosil qiladi. Hosil bo'lgan gaz

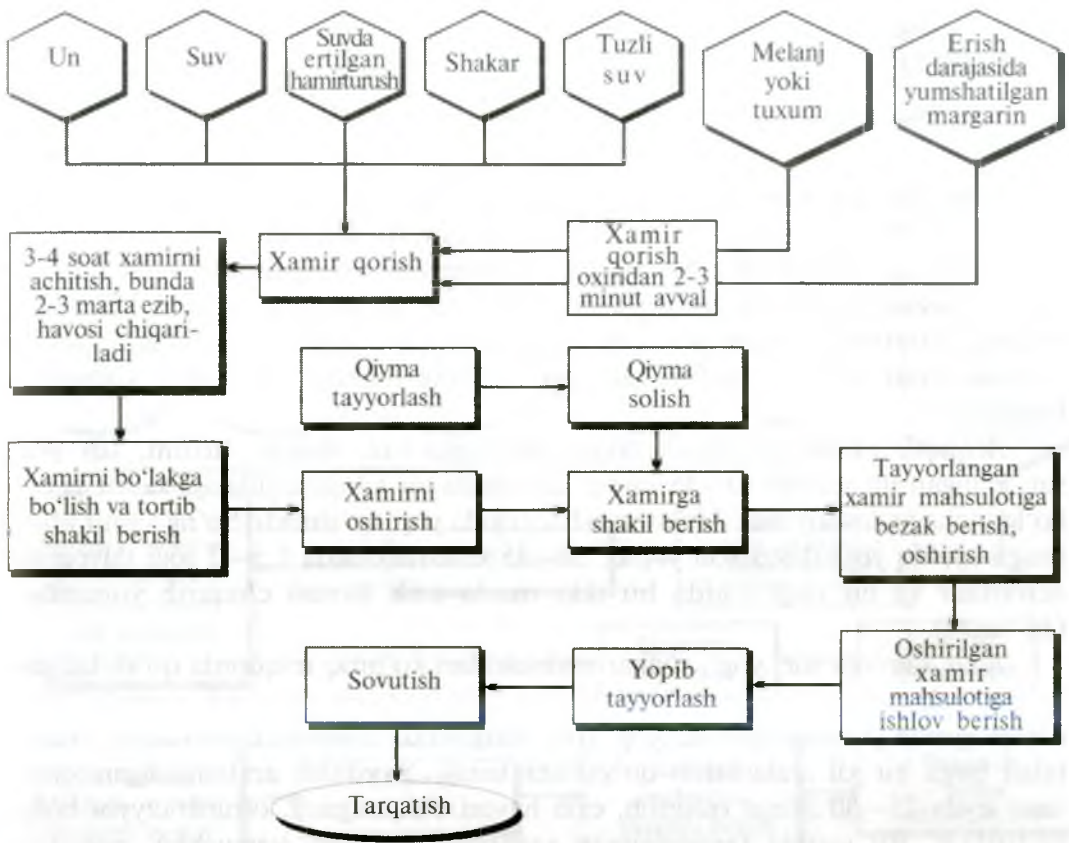
xamir tarkibida ma'lum darajada g'ovaklik hosil qiladi. Sut achituvchi bakteriyalar esa shakarni achitib, sut ishqorini hosil qiladi va bu ishqor mahsulot tarkibidagi oqsilni bo'kishiga ta'sir etib, iste'molga tayyor mahsulotning sifatini oshiradi, mazasini xushxo'r qiladi.

Xamir mahsulotining sifatini yaxshilash uchun xamir tarkibidagi g'ovaklikni iloji boricha oshirish, ya'ni hosil bo'lgan karbonat angidrid gazini xamir tarkibida iloji boricha ko'proq saqlab qolish kerak. Hosil bo'lgan gazning xamir tarkibida saqlanib qolishi un tarkibidagi oqsil miqdoriga bog'liq. Un tarkibidagi oqsil qorilgan xamir gazini ushlab, ya'ni cho'ziluvchanlik holatini oshirishga yordam beradi. Cho'ziluvchanlik holati yuqori bo'lgan xamir qorilganda suyuqlik miqdori qolganlarga qaraganda ko'proq ishlatiladi, bunda un tarkibidagi havoni saqlash xususiyati yaxshi bo'ladi, xamir oqib ketmaydi, o'z shaklini saqlaydi. Lekin bir narsani esdan chiqarmaslik kerak. Xamirturushning rivojlanishi uchun doimo kislorod bo'lishi kerak. Xamir tarkibida karbonat angidrid gazi ko'payib ketsa xamirturushni rivojlanishiga to'sqinlik qiladi. Shu sababdan xamirturushning rivojlanishiga qulay muhit hosil qilish uchun, achitilayotgan xamirni 2—3 marta ezib, uning tarkibidagi gazini chiqarib turish zarur. Buning natijasida rivojlanayotgan xamirturush va sut achituvchi bakteriyalari xamir tarkibida bir tekis tarqaladi, xamirning g'ovakligi, cho'ziluvchanligi oshadi.

Xamirturush va sut achituvchi bakteriyalarning rivojlanishi uchun 25—35°C haroratli sharoit qulay hisoblanadi. Haroratning pasayishi yoki yuqori ko'tarilishi ularning rivojlanishiga ta'sir ko'rsatadi, ya'ni past haroratda aktivlik darajasi kamaysa, yuqori haroratda esa (45—50°C da) achish jarayoni to'xtaydi.

Agar xamirning achish jarayoni noto'g'ri olib borilsa xamirda, boshqa bakteriyalar — nordon sirka, nordon yog' bakteriyalari rivojlanib, tayyorlangan mahsulotga nordon-taxir maza va hid o'tadi. Xamir qorilganda unga yog' va shakar solinsa, uning cho'ziluvchanligi susayadi, yog' xamirturush rivojlanishiga to'sqinlik qiladi. Shakar esa xamirni ma'lum darajada suyultirish xususiyatiga ega. Yuqoridagi sabablarga asoslanib tuxum, shakar solingan xamirlar xamirturush yordamida achitilmaydi. Uning namligi ham suyuqlikni ishlatish darajasini aniqlaydi. Un qanchalik quruq bo'lsa, unga shunchalik ko'p suyuqlik ishlatiladi. Shu sababdan tayyor mahsulotning chiqishi unning namligiga bog'liq bo'ladi. Xamirturushli xamir tayyorlashning ikki usuli: achitqili va achitqisiz tayyorlash usuli bor.

Achitqisiz xamir. Achitqisiz xamir tayyorlash uchun oqsil mahsuloti, cho'ziluvchanlik darajasi yuqori bo'lgan un ishlatiladi. Bunday undan yana oz miqdorda tuxum, sut, shakar mahsuloti qo'shib biroz suyuqroq xamir va pirog, olade, bulamiq va shunga o'xshash mahsulotlar tayyorlanadi. Achitqisiz xamir tayyorlashda ko'zda tutilgan mahsulotlar bir yo'la aralashtiriladi (17-rasm).



17-rasm. Xamirturush hamirdan achitqisiz mahsulot tayyorlashning texnologik chizmasi.

35–40°C darajagacha isitilgan sut yoki suvga eritilgan va elakdan suzilgan xamirturush, shakar, tuz, tuxum yoki melanj, elangan un solib qo'lda yoki xamir qoruvchi mashinada bir xil quyuqlikda aralashtirib xamir qoriladi. Tayyor holga kelishidan 2–3 minut avval o'simlik yog'i yoki yumshatilgan margarin qo'shiladi. Bu xamirdagi cho'ziluvchanlik holati buzilishini kamaytiradi. Xamir aralashtirilib bir xil quyuqlikka kelganda tayyor bo'ladi.

Bundan tashqari, tayyor bo'lgan xamir qo'ldan va xamir qorilayotgan idishdan oson ajraladi.

Idishdagi xamir usti toza dasturxon yoki sochiq bilan berkitilib, 30–40°C haroratli xonada 3–4 soat davomida achitiladi. Achitish jarayonida xamir 2–3 marta ezilib, havosi chiqarib yuboriladi. Xamir hajmi 2,5 barobar oshib, yuza

qismi shishgan, o'ziga xos xushbo'y spirt hidi anqib tursa, bu xamir tayyor bo'lganligidan dalolat beradi.

1 kg un uchun 62 g shakar, 25 g margarin, 15 g tuz, 25 g xamirturush, 450 g suv ishlatiladi.

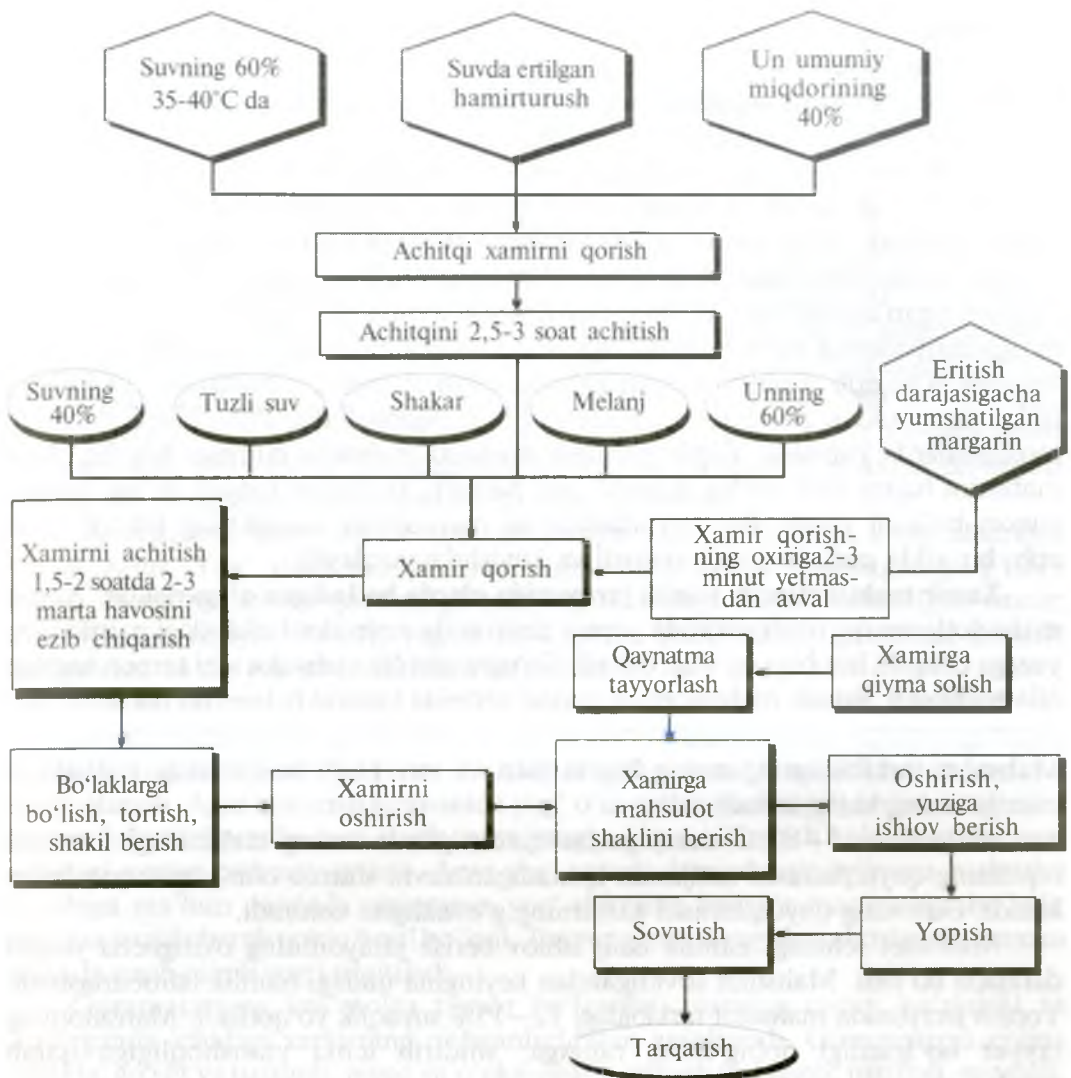
Achitqili xamir. Achitqili xamir tayyorlash uchun avval achitqi, ya'ni suyuq xamir tayyorlanadi, achitiladi. Achitish vaqti xamirturush va uning sifatiga, xona haroratiga uzviy bog'liqdir. Achitqi tayyor bo'lganda uning hajmi 2—2,5 barobar oshadi, yuzida yoriluvchi pufakchalar, o'ziga xos oz sezilarli achigan hid paydo bo'ladi. Xamirning tayyorligini yana shu bilan ham aniqlash mumkinki, achish oxirida xamir yuzidagi pufakchalar va o'zining hajmini sekin-asta kamayтира boshlaydi.

Achitqili xamir tayyorlash tayyor achitqiga tuz, shakar, tuxum, suv yoki sut, elangan un solinib 10—15 minut davomida bir xil quyulqikdagi xamir paydo bo'lguncha aralashtiriladi. Aralashtirish so'ngida yog' qo'shiladi. So'ng xamir idishi ustiga sochiq yoki dasturxon yopib, 30—35°C li haroratda 1,5—2 soat davomida achitiladi va bu vaqt ichida bir-ikki marta ezib havosi chiqarib yuboriladi (18-rasm).

Agar xamirga sut, yog', shakar mahsulotlari ko'proq miqdorda qo'shiladigan bo'lsa, achitayotgan xamirni birinchi bor ezib havosini chiqarish vaqtida, erish darajasigacha yumshatilgan sariyog' yoki margarinda aralashtirilgan tuxum, shakar bilan birga bir xil aralashtirib qo'shilishi kerak. Yaxshilab aralashtirilgan xamir issiq joyda 25—30 minut oshirilib, ezib havosi chiqarilgach, oshirib tayyor holga keltiriladi. Bu usulda tayyorlangan xamirdan gumma, vatrushka, ponchik, kulebo'ka, rastegay va boshqa mahsulotlar tayyorlanadi.

18.2. XAMIR MAHSULOTLARINI YOPISHGA TAYYORLASH VA ULARDA BO'LADIGAN O'ZGARISHLAR

Xamir mahsulotlarini yopishga tayyorlash. Tayyor xamir yog'langan yoki un sepilgan stolga qo'yilib, tayyorlanadigan mahsulotga mo'ljallab qo'l yordamida yoki maxsus xamir bo'luvchi mashinalarda bo'laklarga bo'linadi. Xamirni qo'lda bo'laklarga bo'lishda, avval uzun silindr shakli berilib, so'ng qo'lda yoki pichoq yordamida bo'laklanadi. Bo'laklangan xamirga shar shakli berilib, stol ustiga terilib 3—5 minut tindiriladi. Bunda xamir bo'lagi ma'lum darajada achib, hajmi oshadi. Tindirilgan xamir bo'laklaridan turli mahsulotlar tayyorlanib yog'langan patnisga teriladi va 25—30 minut davomida namligi yuqori bo'lgan issiq joyda oshiriladi.



18-rasm. Xamirturushli hamirdan achitqili mahsulot tayyorlashning texnologiyasi.

Bo'laklarga bo'lib, shakl berish jarayonida xamir tarkibidagi karbonat anhidrid gazi ma'lum miqdorda chiqib ketib, xamir hajmi kamayadi. Xamirni tindirish jarayonida yuqoridagi gaz yana to'planib, xamirning g'ovakligi oshadi. Agar tayyorlanayotgan mahsulot xamirining g'ovakligi me'yoridan kam oshgan bo'lsa,

issiq ishlov jarayonida mahsulot yuzida yoriqlar paydo bo'ladi. Hajmi kichik, ichi berch bo'lib qoladi. Agar xamir g'ovakligini oshirish me'yoridan oshib ketsa, mahsulot o'z shaklini saqlolmay yapaloq yoki yupqa ko'rinishda, bezaklari noaniq yoki sezilmaydigan darajada bo'lib qoladi.

Yopib tayyorlanadigan mahsulotlarning tashqi ko'rinishini yaxshilash uchun issiq ishlovga jo'natishdan avval yuziga tuxum yoki tuxum sut aralashmasi yoki melanj surtiladi. Agar tuxum sarig'i surtilsa, mahsulot yuzi yanada chiroy ochadi. Tuxum, melanj ishlatishdan avval yaxshilab aralashtirilib elakdan o'tkazilishi kerak. Tayyorlangan aralashma yumshoq cho'tka yordamida pishirishga tayyor mahsulot yuziga ehtiyotkorlik bilan surtiladi. Agar ehtiyotsizlik bilan surtilsa xamirning oshgan holatiga ta'sir etib, shaklini o'zgartirishi mumkin. Aralashma mahsulot yuziga issiq ishlov jarayonidan 5—10 minut avval surtiladi. Mahsulotlar 190—230°C haroratli moslamalarda yopiladi. Yopib pishirish muddati mahsulot hajmiga bog'liq. Agar mahsulot hajmi yirik bo'lsa, harorat past bo'lishi, mahsulot mayda bo'lsa harorat yuqori bo'lishi zarur. Bu tayyorlanadigan mahsulotga issiqlikning bir xil ta'sir etib, bir xilda pishishini ta'minlaydi va kuyishdan saqlaydi.

Xamir mahsulotlarini yopish jarayonida ularda bo'ladigan o'zgarishlar. Xamir mahsulotlarini qovurish shkafida yopish jarayonida mahsulot tarkibidagi namlikning yuzaga chiqishi hisobiga og'irligi oshadi. So'ngra namlik mahsulot ichi tomon harakat qila boshlaydi. Bunda mahsulotning yuqori qismida harorat baland bo'lib, mahsulot yuzidagi shakar karamellashib och sarg'ish yoki qizg'ish qobiq hosil bo'ladi. Mahsulot tarkibidagi spirtning bug'lanishi va suv bug'i bosimining kuchayishi evaziga uning hajmi oshadi.

Mahsulot 65—80°C darajagacha qizdirilganda uning tarkibidagi kraxmal oqsilining quyuqlashishi natijasida ajraladigan suvni shimib olib yopishqoq holga keladi. Oqsilning quyuqlashishi xamirning g'ovakligini oshiradi.

Mahsulot ichidagi namlik issiq ishlov berish jarayonining oxirigacha yuqori darajada bo'ladi. Mahsulot sovutilgandan keyingina undagi namlik barobarlashadi. Yopish jarayonida mahsulot tarkibidagi 12—15% suyuqlik yo'qotiladi. Mahsulotning tayyor bo'lganligi qobig'ining rangiga, sindirib ichki yumshoqligiga qarab aniqlanadi.

Bundan tashqari, mahsulotning tayyorligini ingichka naychalar tiqib ko'rish orqali ham aniqlash mumkin. Agar mahsulotga tiqib olingan naychada xamir qoldiqlari bo'lmasa, bu mahsulotning iste'molga tayyor bo'lganligidan darak beradi.

18.3. XAMIR MAHSULOTLARI

Qovurilgan gummalar. Biroz yumshoqroq holda achitqisiz usulda xamirturush solib tayyorlanadi va issiq joyda oshirib ishlatishga tayyor holga keltirilgach 10°C gacha sovutiladi. Bunda xamirga ishlov berish jarayonida uni achib ketishining oldi olinadi. Gumma tayyorlashda ishlatiladigan asbob-anjomlar o'simlik yog'ida moylanadi.

Tayyor xamir oldindan yog'langan stolga qo'yilib cho'ziladi, bir xil bo'laklarga bo'lib shar shakli beriladi va orasi 4—5 sm qilib stol ustiga teriladi, 5—6 minut tindirilgach, ag'darilib yassilanadi. Yassilani non shakli berilgan xamir qalinligi 4—5 mm dan oshmasligi kerak. Yassilangan xamir bo'lagi o'rtasiga qiyma solinib, chetlari o'zaro birlashtirilib yarim oy shakli beriladi va yog'langan temir tovaga orasini ochiq holda terib, 20—30 minut davomida tindiriladi. So'ng har bir gumma biroz cho'zib, 180—190°C da qizdirilgan ko'p yog'ga solinib, 2—3 minut davomida yuzida bir xil qizg'ish qobiq hosil bo'lguncha qovuriladi.

Gummalarni ko'p yog'da qovurish jarayonida yog' sifatiga katta ahamiyat berish zarur. Yog' sifati buzilishining oldini olish uchun quyidagilarga e'tibor berish lozim: gummani qovurishga solayotganda unga ilashib tushadigan xamir, un, qiymaga ehtiyot bo'lish; yog'ni juda qattiq qizdirmaslik; gummani qovurib bo'lgandan so'ng yog'ni qizdirishni to'xtatish.

Qovurilayotgan mahsulot yog'da erkin suzib yurishi kerak. Mahsulot bir yoqlama qobiq hosil qilib qovurilgandan so'ng bandi uzun yog'och kapkir yordamida ag'darilib, ikkinchi tomonida ham shunday rangdagi qobiq hosil qilinadi va yog'dan suzib olinadi. Agar qovurish jarayonida yog' o'ta qattiq qizdirilgan bo'lsa, mahsulot tayyor holga kelguncha yuzi kuyib, qora rangga kiradi. Qizg'ish holda suzib olinsa, ichidagi xamiri pishmay qoladi. Agar yog' yetarli darajada qizdirilmasa mahsulot tarkibiga ma'lum darajada qizimagan yog' shimilib, badxo'r mazaga ega bo'ladi, gumma yuzida berch qobiq hosil bo'ladi. Tayyor gumma yog'dan chovli yoki maxsus setkada suzib olinib yog'i silqitiladi.

Gummalarning iste'molga tayyor bo'lganligi ularning tashqi ko'rinishi va sindirganda ichidagi xamirning pishganligi bilan aniqlanadi. Gummalarga qiyma sifatida: go'sht va tuxumli; piyoz va o'pka-jigarli; guruch va baliqli; tuxumli, suzmali, karam va tuxumli, povidlo va djemlardan tayyorlangan qiymalar ishlatiladi.

Povidlo yoki djemdan gumma tayyorlansa, har bir gumma uchun mo'ljaldagidan 3 g ko'p un ishlatiladi.

Yopilgan gumma. Yopib tayyorlanadigan gummalar achitqi xamirturushli xamirdan tayyorlanadi. Xamir un sepilgan stolga qo'yilib, bo'laklarga bo'linib, shar shakli beriladi va 5 minut tindiriladi. So'ng non shakli berilib, o'rtasiga qiyma solinadi, chetlari bukilib «qayiqcha» shakli beriladi. Yog'langan qandolatchilik patnisiga chokini pastga qilib, orasini 3—4 sm dan qilib terib chiqiladi va issiq joyda 20—30

minut tindiriladi. Qovurish shkafida yopishdan 5—7 minut avval mahsulot yuziga tuxum surtiladi. Yopish jarayoni 240°C haroratda 8—10 minut davom etadi.

Gumma shakli doira, yarim oy, to'rtburchak, uchburchak va boshqa shakllarda tayyorlanishi ham mumkin.

Rastegaylar. Rastegaylar uchun achitqili, xamirturushli quyuproq xamir qoriladi. Tayyorlangan xamir un sepilgan stolga qo'yilib, tortiladi va bo'laklarga bo'linib, «Obi non» shakli beriladi. Qiyma solinib, chetlari jimjimador biriashtirilib o'rtasi ochiq qoldiriladi, ikki uchi ingichkalashgan baton shakliga keltiriladi, yog'langan qandolatchilik patnisiga orasi 3—4 sm qilib terib, issiq joyda tindiriladi. Qovurish shkafida yopishdan 5—8 minut avval ustiga tuxum surtiladi. Yopish jarayoni 230—240°C haroratda mahsulotning yirik-maydaligiga qarab 10—15 minut davom etadi. Rastegaylar yirik holda 210 g hisobida va gazak uchun 50 g vaznlarda tayyorlanadi. Tarqatishda issiq ichimliklar yoki go'sht, baliq qaynatmalari shilar va boshqa taomlarga qo'shib beriladi, rastegay o'rtasidagi teshikchaga eritilgan sariyog' quyiladi. Agar rastegay baliq qiymasidan tayyorlangan bo'lsa, unga pishirilgan yoki tuzlangan baliq bo'lami qo'shib beriladi.

Suzmali vatrushka. Achitqi, xamirturush solib tayyorlangan xamir bo'laklarga bo'linib, shar shakli beriladi va yog'langan qandolatchilik patnisiga orasi 7—8 sm qilib teriladi va issiq sharoitda 20—30 minut tindiriladi. Yog'och ezgich yordamida o'rtasidan ezib «Obi non» shakli beriladi, hosil bo'lgan chuqurlikka qandolatchilik qopchig'i yordamida suzma solinadi. Vatrushka issiq joyda yana oshiriladi va tuxum yoki melanj surtilib, qovurish shkafida 230—240°C haroratda yopiladi. Vatrushka tayyorlashda qiyma sifatida meva qiyomi yoki quyuy shinni ishlatiladi.

Kulebyaka (cho'zinchoq katta somsa). Tayyor xamirturushli xamir un sepilgan stolga qalinligi 1—1,5 sm kengligi 18—20 sm qilib uzun yoyiladi. O'rtasiga uzun ko'rinishda qiyma solinib, chetlari o'zaro birlashtirilib, qiymasi o'rtada qolgan holda silindr shakli beriladi. Yog'langan qandolatchilik patnisiga chokini pastga qilib qo'yilib, shakli to'g'rilanadi, yuziga biroz tuxum surtib, xamir yordamida bezak beriladi. Issiq sharoitda 20—25 minut tindiriladi. Yopishdan avval pazandachilik ignasi yordamida bir necha yeridan teshilib, mahsulot yopilganda ichidagi bug'ning chiqishiga sharoit yaratiladi. 220—240°C li haroratda 45—60 minut davomida yopilib iste'molga tayyor holga keltiriladi. Yopib tayyorlangan kulebyaka ustidan sariyog' surtiladi. Maydaroq kulebo'kalar butunligicha, yiriklari porsiyalarga bo'linib, sovuq yoki issiq holda beriladi. Porsio'lanib kesilgan kulebo'ka vazni 100 yoki 150 g hisobida bo'ladi. Kulebo'kalar uchun qiyma sifatida go'sht, baliq, karam va boshqa mahsulot qiymalari ishlatiladi.

Piroglar. Piroglar ochiq, yarim ochiq va yopiq ko'rinishda bo'ladi. Ochiq piroglar uchun tayyorlangan xamir yog'langan formaga yoki qandolatchilik patnisiga «Obi non» ko'rinishida cheti qavariq qilib yopiladi. Ustidan meva qiyomi yoki quyuy shinni solinib, chetidan 1,5—2 sm o'ralib, mahsulotga doira shakli beriladi.

Yarim ochiq pirog xuddi ochiq pirogga oʻxshash tayyorlanadi, soʻng qiyom ustiga ingichka naycha shaklli xamir uzunasi, koʻndalangiga joylashtirilib bezaladi va yarim berkitilgan holga keltiriladi. Yopiq piroglarda esa qiyma usti yupqa xamir bilan toʻliq yopilib, ustidan bezak berilib, issiq ishlovdan avval bir necha yeridan pazandachilik ignasi bilan teshiladi. Shakl berib tayyorlangan pirog issiq joyda tindirilgach tuxum surtib, biroz ushlanib 200—220°C haroratda yopiladi. Piroglar goʻsht, sabzavot, baliq, qoʻziqorin, suzma, meva qiymalari bilan toʻrtburchak, koʻpburchak, doira va boshqa shakllarda tayyorlansa ham boʻladi. Yopib tayyorlangan piroglar sovutilib, tarqatishdan avval 75—100 g hisobida kesib porsiyalanadi.

Ponchiklar. Ponchiklar uchun achitqisiz xamirturushli xamir biroz suyuqroq qilib tayyorlanadi. Ishlatiladigan asbob-anjomlar oʻsimlik yogʻida moylanadi.

Tayyor xamir xuddi qovuriladigan gumma uchun tayyorlangan xamirga oʻxshash ishlovdan oʻtkaziladi. Xamirga «Obi non» shaklini berib oʻrtasi teshiladi. Oshirib tayyorlangan xamir koʻp yogʻda qovuriladi. Tarqatishda ponchik ustidan shakar uni sepib beriladi.

Un 26,5 g, shakar 3 g, oshxona margarini 1,5 g, tuz 0,25 g, xamirturush 0,8 g, suv 15,5 g, shakar uni 3 g, asbob-anjomni moylashga yogʻ 0,25 g, qovurish uchun yogʻ 5 g. Sof ogʻirligi 45 g + 3 g shakar uni.

18.4. BLIN VA OLADYA UCHUN XAMIR TAYYORLASH

Maʼlum miqdordagi sut yoki suvda tuz, shakar va suyuqlikda eritilgan xamirturush elakdan oʻtkaziladi, 35—40°C haroratdagi suyuqlikda aralashtiriladi. Elangan un va tuxum solingan idishga tayyorlangan suyuqlik solinib, bir xil aralashma hosil boʻlguncha aralashtiriladi va xamir tayyor boʻlishidan avval eritilgan yogʻ solinadi. Qorilgan xamir issiq joyga qoʻyib 3—4 soat achitiladi. Bu vaqt ichida xamir bir necha marta aralashtirib havosi chiqariladi. Tayyorlanayotgan mahsulot gʻovakligini oshirish uchun xamirga tuxum oqini yaxshilab koʻpirtirib qoʻshish mumkin. Baʼzi hollarda blin xamirini qorishda yarim bugʻdoy, yarim grechixa unidan foydalanish ham mumkin. Oladya xamiri blinga nisbatan quyuproq qoriladi va eritilgan yogʻ qoʻshilmaydi. Shu sababdan 1 kg undan oladya xamiri qorilsa 1 l, blin xamiri uchun esa 1,5 l suyuqlik ishlatiladi. Baʼzi hollarda blin xamiri uchun grechixa uni oʻrniga manna yormasi ham ishlatiladi.

Blin. Oshirilgan blin xamiri diametri 15 sm boʻlgan choʻyan tovada asosiy usulda ikki yoqlama qovuriladi. Qizib turgan tovaga yogʻ surtilib, maʼlum oʻlchovga ega boʻlgan qoshiq yordamida oladya uchun tayyorlangan xamirdan qalinligi 3 mm qilib quyiladi va ikki yoqlama qizgʻish qobiq hosil boʻlguncha qovuriladi. Tayyor blin ustma-ust issiq holda taqsimchaga yoki qopqoqli baranchikka qoʻyiladi. Tarqatishda

blin uchun alohida idishda eritilgan sariyog' yoki smetana; uvuldurug' idishida esa osetr yoki keta balig'i uvuldurug'i; taqsimchada semga, seld, dudlangan osetr baliqlari beriladi. Maxsus blin tayyorlaydigan oshxonalarda usti ochiq blin tovarlaridan foydalaniladi.

Un 72 g, tuxum 4 g, shakar 3 g, oshxona margarini 3 g, tuz 1,5 g, xamirturush 3 g, xamir uchun suv 115 g, qovurish uchun yog' 5 g. Sof og'irligi 150 g.

Oladya. Osti qalin cho'yan tova qizdirilib yog' solinadi, blinga nisbatan qalinroq qilib doira shaklida, tayyor xamirdan suvda ho'llangan qoshiq yordamida uzib olib quyiladi va ikki yoqlama qizg'ish qobiq hosil bo'lguncha qovuriladi. Tayyor xamirni qandolatchilik qopchig'idan chiqarib ham quyish mumkin. Oladyalar ikki tomonida qobiq hosil qilib ba'zan ko'p yog'da ham qovuriladi. Qovurilgan oladyalarning qalinligi 5—6 mm dan oshmasligi kerak.

Tarqatishda porsiyasiga 3 donadan solinib, ustidan shakar yoki shakar uni yoki asal, murabbo, smetana solib beriladi.

18.5. XAMIRTURUSHSIZ XAMIR TAYYORLASH

Chuchvara uchun xamir. Oliy yoki 1-nav un elanib, tog' usulida to'planib, o'rtasiga suv, xom tuxum, tuz qo'shilgan holda aralashtirib quyuq xamir qoriladi. Xamir tayyor bo'lganligini uning ustiga barmoq bilan bosib bilish mumkin. Agar xamir barmoq bilan bosilgandan keyin yana asl holiga qaytsa, bu uning tayyor bo'lganligidan dalolat beradi.

Chuchvara uchun xamir qorishda xamir qoruvchi mashinadan foydalaniladi. Buning uchun xamir qoruvchi mashina qozoniga elangan un, xom tuxum, tuz, 30—35°C haroratdagi tuzli suv solinib, mashina ishlatilib bir xil quyuqlikdagi xamir hosil qilinadi. Tayyor xamir ustidan ho'l sochiq yoki mato yopilib, 20—30 minut tindiriladi. Bunda kraxmal bo'kib yelim holiga kelishi hisobiga xamir tarkibi cho'ziluvchan holatga keladi.

Un 700 g, tuxum 60 g, suv 260 g, tuz 15 g. Sof og'irligi 1000 g.

Go'sht qiymasi. Mol yog'li lahm go'shti bo'laklanib, go'sht qiymalovchi mashinadan o'tkaziladi va mayda chopilgan piyoz, tuz, ziravor, sovuq suv (18—20%), biroz shakar, yanchilgan murch solib bir xil holatga kelguncha aralashtiriladi. Agar yog'liq go'sht qiymasidan tayyorlansa, mayda chopilgan karam ishlatish ham mumkin.

Chuchvaraga shakl berish. Chuchvarani qo'lda tayyorlashda tindirilgan xamir qalinligi 1,5—2 mm yoyilib, chetidan 5—6 sm atrofida aylana shaklida tuxum surtiladi va bu aylana o'rtasiga 7—8 g hisobida qiyma solinib, xamir uchlari ko'tarilib

qiyma usti berkitiladi, qiyma atrofidagi xamir bosib yopishtiriladi. Maxsus chuchvara keskich yordamida qiyma atrofidan 1—2 sm qoldirilib yarim oy shaklida kesiladi. Qolgan xamirni aralashtirib, yoyib yana chuchvara shakli beriladi. Hozirgi kunda yuqoridagi jarayonni bajaruvchi mashinalardan foydalaniladi.

Chuchvarani saqlash. Un sepilgan patnisga shakl berilgan chuchvara bir qator terilib 0°C haroratdagi muzxonada saqlanadi.

Chuchvarani pishirish. Qaynab turgan tuzli suvga (1 kg chuchvaraga 4 l suv va 20 g tuz) tayyorlangan chuchvara solinadi, qaynash darajasiga yetkazilib, 5—7 minut past olovda qaynatiladi. Pishgan chuchvara suv yuziga qalqib chiqadi, ular ehtiyotlik bilan chovli yoki durshlagda suzib olinib, suyuqligi silqitilib, porsiyalanadi.

Chuchvarani tarqatish. Pishirilgan chuchvara likobchaga solinib ustidan sariyogʻ, sirka, smetana quyib beriladi. Chuchvara ustidan mayda toʻgʻralgan koʻkat (ukrop, petrushka) sepish ham mumkin. Chuchvarani talabga koʻra oz-ozdan pishirish lozim.

Chuchvarani qovurilgan yoki yopilgan holda tayyorlash, suyuq taom hisobida tarqatish ham mumkin.

Suzma solingan chuchvara uchun xamir. Bu xamir xuddi chuchvara xamirga oʻxshash qattqlikda qoriladi. Unga biroz shakar qoʻshiladi, suv oʻrniga sut ishlatiladi. Suzma solingan chuchvaralar chuchvaraga nisbatan kattaroq qilib tugiladi. Bu taom uchun suzma oʻrniga rezavor-mevalar, sabzavotlardan tayyorlangan qiymalar ham ishlatiladi.

Xonaki ugra xamiri. Birinchi navli undan chuchvara xamiriga oʻxshash, lekin biroz qattiqroq xamir qoriladi. Bunda 1 kg un uchun 200 g suv ishlatiladi. Tindirilgan xamir qalinligi 1—1,5 mm qalinlikda yoyiladi. Kengligi 3,5—4,5 sm li lenta shaklida kesiladi va biroz quritiladi. Lenta shaklidagi xamir ustma-ust qoʻyilib somoncha shaklida toʻgʻraladi. Toʻgʻralgan xamir qalinligi 1 sm qilib fanerga yoyilib 40—50°C li haroratda quritiladi. Xonaki ugrani suyuq taom tayyorlash va quyuq taomlar uchun garnir sifatida ishlatish mumkin.

Blinchik uchun xamir. Xom tuxum, tuz, shakar yaxshilab aralashtiriladi va moʻljaldagi sutning 50 foizini qoʻshib yana aralashtiriladi. Elangan unga tayyorlangan suyuqlik solinib, koʻpirarli darajada bir xil quyuqlikda aralashtiriladi. Soʻng qolgan sut miqdori qoʻshiladi va bir xil aralashma hosil qilinadi. Tayyor suyuq xamir elakdan oʻtkazilib tindiriladi. Bunda 1 kg un uchun 2,5 l gacha suyuqlik ishlatiladi.

Un 270 g, sut 678 g, tuxum 54 g, shakar 16 g, tuz 5 g. Xamir ogʻirligi 1000 g.

Blinchikni qovurish. Blinchiklar diametri 24—26 sm li tovalarda qovuriladi. Tova qizdirilib, yogʻ surtiladi, maʼlum oʻlchovga ega boʻlgan qoshiqda tayyor xamir quyiladi va tova boʻylab bir xil yeyilib, bir yoqlama qizgʻish qobiq hosil qilib qovuriladi, ustma-ust taxlangan holda uy haroratida sovitiladi. Agar blinchik mashinada qovuriladigan boʻlsa, xamiri quyuqroq qilib qoriladi.

Yirik umumiy ovqatlanish korxonalarida blinchiklar aylanuvchi barabanli VJSH-675 rusumli mashinada qovuriladi.

Blinchikka shakl berish. Qovurilgan blinchik xamirini qovurilgan tomoni bir chetiga qiyma solib, chetlari buklangan holda g'isht shaklida o'rab shakl beriladi. Blinchik uchun go'sht, tvorog, kalla-pocha va boshqa mahsulot qiymalari ishlatiladi.

Blinchikni qovurish. Tovalarga yog' solinib qizdiriladi, o'rab shakl berilgan blinchik ikki yoqlama qizg'ish qobiq hosil qilib, asosiy usulda qovuriladi va qovurish shkafiga qo'yib iste'molga tayyor holga keltiriladi.

Blinchikni tarqatish. Qovurilgan blinchik porsiyasiga 2—3 donadan taqsimchaga solinib ustidan eritilgan sariyog' yoki smetana quyib tarqatiladi. Suzmali blinchik ustiga esa sepib beriladi.

Shakar, tuxum, sut qo'shib tayyorlangan xamir. Margarini ko'pirtiruvchi mashinada yumshoq holga keltiriladi. Limon ishqori, tuz, shakar suvda eritiladi va xom tuxum qo'shib oz-ozdan margarini solib aralashtiriladi. Bu mahsulot aralashmasiga elangan un solib qoriladi. Xamir tayyor bo'lishidan avval ammoniy karbonat tuzi solinadi, tayyor bo'lgan zahoti qalinligi 3—5 mm qilib yoyiladi, shakl berib kesuvchi asbobdan foydalanib turli mahsulotlar (gumma, tartaletka, korjik va boshqalar) shakl beriladi va bu mahsulotlar qovurish shkafida 200—240°C harorat ostida yopib pishiriladi.

Oshirilmagan qatlama xamir. Bu xamir uchun cho'ziluvchanlik darajasi yuqori bo'lgan un ishlatiladi. Xamir qorish, yog'ni tayyorlash va qatlamalash jarayonlaridan o'tgach, xamir tayyor bo'ladi. Elangan unga limon ishqori, tuxum, tuzli suv solinib, bir xil quyqlikda xamir qoriladi, tarkibida cho'ziluvchanlik darajasini oshirish uchun 20—30 minut tindiriladi.

Sariyog' yoki margarini bo'laklarga bo'linib, uning 10% miqdori hisobida un bilan aralashtiriladi va qalinligini 2 sm li qatlam-qatlam qilib o'raladi va 13—14°C haroratli joyda sovitiladi.

Un sepilgan stolga xamir qo'yilib yoyiladi. Yoyishda xamirning o'rtasi qalinligi 2—2,5 sm, cheti esa 1 sm gacha yupqalashtiriladi va o'rtasiga sovitilgan yog' quyiladi, chetlari ko'tarilib yog' chetlari bekitilgan holda konvert usulida xamir uchlari birlashtiriladi. Konvert usulida berkitilgan yog'li xamir ustidan biroz un sepilib o'rtasidan boshlab to'g'ri burchaklari bo'ylab qalinligi 1 sm qilib yoyiladi. Yuzidagi ortiqcha unidan tozalanib, uzun tomonidan 3 ga buklanib, yana yoyilib 2 ga buklanadi, uzun tomonidan 3 ga buklanib yana yoyilib 2 ga bo'linib muzxonada 30—40 minut sovitiladi. Bunda xamir usti ho'llangan mato bilan yopilgan bo'lishi kerak. Yoyib buklash jarayoni 3 marta takrorlangach, xamir tayyor bo'lgan hisoblanadi. Oshirilmagan qatlamali xamirdan gummalar, kulebo'klar, valavanlar va boshqa mahsulotlar tayyorlanadi.

Un 531 g (bunda yeyish uchun 27 g ham ko'zda tutilgan), sariyog' yoki margarini 217 g, tuxum 34 g, tuz 10 g, limon ishqori 1 g, suv 227 g. Sof og'irligi 1000 g.

18.6. QIYMA TAYYORLASH

Karam qiymasi yangi yoki tuzlangan karamdan tayyorlanadi.

Yangi karamdan 2 xil usulda qiyma tayyorlanadi.

Birinchi usul. Ishlovdan o'tgan oq o'zakli karam mayda chopilib 3—5 minut qaynab turgan suvga botiriladi. So'ng elakka olib suvi siqib tashlanadi. Tayyorlangan karam qozon yoki kastyulkaga solinib biroz qaynatma, sut yoki suv (karamga nisbatan 10—15% hisobida), yog', tuz qo'shib qopqog'i yopilgan holda yumshoq holga dimlanadi.

Ikkinchi usul. Ishlovdan o'tgan oq o'zakli karam mayda chopilib, tovada qizib turgan yog'ga qalinligi 3—5 sm qilib solinadi va qovuriladi. So'ng 180—200°C haroratli qovurish shkafida tayyor holga keltiriladi. Agar qovurish jarayonida shkafdagi harorat past bo'lsa karam qo'ng'ir rangga kirib bemaza bo'lib qoladi, shkafdagi harorat baland bo'lsa kuygan rang va mazaga ega bo'ladi. Tayyor holga kelgan karam qiymasi sovutilib, tuz bilan aralashtiriladi. Agar tuz qovurishdan avval solinsa, karam tarkibidagi suyuqlik ajralib chiqishi natijasida tayyorlanayotgan qiyma sifati o'zgarib, mazasi buziladi. Tayyor karam qiymasiga jazlangan piyoz yoki pishirilib mayda chopilgan tuxum qo'shiladi.

Tuzlangan karam qiymasi. Tuzlangan karam suyuqligidan siqib olinadi. Agar karam sho'r yoki nordon bo'lsa, sovuq suvda yuvib, suyuqligi siqiladi va maydalab chopiladi. Tayyorlangan karam qizib turgan yog'da yuzaki qovurilib, biroz qaynatma yoki suv (karam vazniga nisbatan 5—6% hisobida) solinib, idish qopqog'i yopilib, dimlab tayyor holga keltiriladi. Karam tayyor bo'lganida suyuqlik miqdori to'la bug'langan bo'lishi kerak. Tayyor karam qiymasiga mayda to'g'rab jazlangan piyoz, shakar, murch, ta'mga ko'ra tuz solib aralashtiriladi.

Tuxumli ko'k piyoz qiymasi. Ko'k piyoz tozalanib yuviladi, suvi silqitilib mayda to'g'raladi va pishirib mayda chopilgan tuxum, eritilgan margarin, tuz, mayda to'g'ralgan petrushka ko'kati bilan aralashtiriladi.

Piyozli kartoshka qiymasi. Ishlovdan o'tgan kartoshka tuzli suvda yumshoq pishiriladi, suyuqligi to'kilib, issiq holda eziladi va mayda to'g'rab o'simlik yog'ida qovurilgan bosh piyoz qo'shib aralashtiriladi.

Qo'ziqorin qiymasi. Quritilgan ko'ziqorin pishirishdan avval saralanib yaxshilab yuviladi. Pishirilgach yana bir bor yaxshilab yuvib, suvi silqitilib go'sht qiymalovchi mashina yordamida qiymalanadi. So'ng qizib turgan yog'da biroz jazlanib, jazlangan piyoz, tuz, yanchilgan murch, biroz qo'ziqorin qaynatmasida tayyorlangan oq sardak bilan aralashtiriladi.

Guruch qiymasini 2 xil usulda tayyorlash mumkin.

Birinchi usul. Saralab yuvilgan guruch qaynab turgan tuzli suvga (1:6 miqdorda)

solinib 25—30 minut past olovda qaynatiladi, elakka solib suyuqligi silqitilgach, qaynoq suvda yuvib tashlanadi va yana suyuqligi silqitiladi. Pishgan guruchga yog‘, tuz, pishirib mayda chopilgan tuxum solib aralashtiriladi. Bu usulda qiyma tayyorlanganda yuvish natijasida ma‘lum miqdorda guruchning ozuqalik ahamiyati yo‘qoladi.

Ikkinchi usul. Saralab yuvilgan guruch tuzli qaynab turgan suvga solinib, suvini tortgach guruch miqdorining 5—10 foizi hisobida yog‘ solinadi va past olovda aralashtirib qizdiriladi. So‘ng qovurish shkafiga qo‘yilib iste‘molga tayyor bo‘lguncha ushlanadi. Pishirib tayyorlangan guruch sovitilgach mayda qilib chopilgan tuxum, tuz qo‘shib aralashtiriladi.

Baliq qiymasi. Yangi baliqning lahm go‘shiti bo‘laklanib, yog‘langan idishga solishdan avval tuz sepiladi. Idishga solgach biroz suv yoki qaynatma solib qopqog‘i yopiladi va dimlab tayyor holga keltiriladi. Pishirilgan baliq chopilib, jazlangan piyoz, yanchilgan murch, petrushka ko‘kati, baliq qaynatmasida tayyorlangan oq sardak bilan aralashtiriladi. Baliq qiymasi guruch bilan tayyorlanadigan bo‘lsa, oq sardak qo‘shilmaydi.

Go‘sh t qiymasi. *Birinchi usul.* Lahm mol yoki qo‘y yog‘lik go‘shiti 40—50 g vaznda kesiladi, yuzaki qovuriladi, idishga solib biroz qaynatma yoki suv quyib dimlanadi va yumshoq holga keltiriladi. Biroz sovitilib go‘sh t qiymalovchi mashinadan o‘tkaziladi va jazlangan piyoz, tuz, murch, dimlashda paydo bo‘lgan qaynatma tayyorlangan oz miqdordagi oq sardak bilan aralashtiriladi. Bu qiymani tayyorlashda donador guruch bo‘tqasi va pishirib mayda chopilgan tuxum ham qo‘shish mumkin.

Ikkinchi usul. Xom go‘sh t qiymalagichdan o‘tkazilib, qizib turgan yog‘da qovuriladi, ozroq qaynatma yoki suv qo‘shilib yumshoq holga kelguncha dimlanadi. Tayyor qiyma sovitilib, ikkinchi marta go‘sh t qiymalagichdan o‘tkazilib, qovurilgan piyoz, yanchilgan murch, tuz, oq sardak bilan aralashtiriladi. Go‘sh t qiymasini pishirilgan go‘sh t dan ham tayyorlash mumkin. Buning uchun pishgan go‘sh t qiymalagichdan o‘tkazilib, jazlangan piyoz, murch, tuz, sardak, ko‘kat bilan aralashtiriladi.

Suzma qiymasi. Suzma elakdan yoki ezuvchi mashinadan o‘tkazilib eziladi va xom tuxum, shakar, vanilin, ta‘mga ko‘ra tuz solib yaxshilab aralashtiriladi. Ba‘zi hollarda bu qiymaga kishmish, yong‘oq, danak, limon yoki apelsin qo‘shib tayyorlanadi. Agar suzma qiymasi biroz suyuqroq bo‘lsa bug‘doy uni qo‘shib quyultirish ham mumkin.

Yangi olma qiymasi. Saralab yuvilgan yangi olma po‘sti tozalanib 4 bo‘lakka bo‘linadi va urug‘i tozalanadi. Har bir bo‘lak tilim-tilim qilib kesiladi. Kesilgan olmani idishga solib shakar sepiladi, biroz suv solinib, yog‘och kapkirda aralashtirib, past olovda quyuq holga kelguncha qaynatiladi. Tozalanmagan olmadan

ham qiyma tayyorlasa bo'ladi. Qiymaning xushxo'rligini oshirish uchun tayyor bo'lish oxirida yanchilgan dolchin, limon sharbati yoki mevasi qo'shiladi.

Olmaga issiq ishlov bermay qiyma tayyorlash mumkin. Buning uchun tilim-tilim qilib kesilgan olmaga shakar sepib aralashtiriladi va shu holda ishlatiladi.

18.7. XAMIR MAHSULOTLARI SIFATIGA QO'YILADIGAN TALABLAR VA ULARNI SAQLASH MUDDATLARI

Tayyor xamir mahsulotlari o'ziga xos shaklga ega, ustidagi qobig'i tekis, yorilmagan, yumshoq, mag'zi bilan qobig'i o'zaro bir xil yopishgan, mahsulot kesilgan holda ichi bir xil ko'rinishda yopib tayyorlangan elastik holatda bo'lishi lozim. Mag'zini yuzaki bosib ko'rilganda o'z holatiga qaytishi, ichi bir xil g'ovaklikda, uvalanmaydigan kattaroq bo'shliqlar bo'lmasligi kerak. Tayyor mahsulotning hidi, mazasi tarkibidagi mahsulotiga xos xushxo'r bo'lishi, taxir, nordon, sho'r va tashqi hid hamda mazadan xoli bo'lmog'i lozim.

Tayyor xamir mahsulotlari ozoda, quruq, yorug', 6—20°C haroratli xonalarda, lotoklarda mahsulot shakliga ta'sir qilmaydigan darajada terilgan holda solinib, 24 soat davomida saqlanishi mumkin. Bundan uzoqroq vaqt davomida saqlansa, xamir mahsuloti qotib qolib, ichi quruq qattiq, uvalanadigan bo'lib qoladi. Mahsulot qobig'i bujmayib, vazni kamayadi, tekis holatini yo'qotib, qotib qoladi. Bu holatning ro'y berishi mahsulot tarkibidagi kraxmal va oqsilning o'zgarishi hisobiga amalga oshadi. Tayyor blin va oladyalar tarqatguncha issiq saqlanishi uchun ustma-ust taxlangan holda qopqoqli idishga solinishi kerak.

Amaliy mashg'ulot

Xamir mahsulotlarini tayyorlash texnologiyasi bilan tanishish

Asosiy maqsad. Xamir mahsulotlari va taomlarining tayyorlanish texnologiyasi bilan tanishish va malaka orttirish.

Uslubiy ko'rsatma. Ma'lumotlar mazkur kitobning «Xamir mahsulotlari» bobida bayon etilgan. Ularni o'qib, bilib olish maqsadga muvofiqdir.

Muayyan o'quv yurtining «Fan sikli xay'ati» tomonidan tayyorlanishga tavsiya etilgan taomlarga sarflanadigan oziq-ovqat mahsulotlari miqdorini «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий» (М., Экономика, 1983) kitobidan 1067-1114-sonli taomlar miqdorini hisoblab, belgilab olinadi.

Bunda barcha texnologik jarayonlar korxonaning ishlab chiqarish sexlarida yoki o'quv yurtining laboratoriyasida amalga oshiriladi. Ularni tayyorlashda tavsiya etilgan texnologik kartalar,

plakat, diafilm va slaydalardan foydalaniladi. Asosiy bajariladigan vazifalar sanitariya talablariga rioya etilib, texnologik jarayon asosida olib boriladi.

Mashg'ulot o'tkazish tartibi. Buning uchun har xil invertarlar, pichoqlar, taxtakachlar, tovalar, soteyniklar, protivenlar, durshlag, turli hajmdagi kastyulkalar va shunga o'xshash asbob-anjomlar kerak bo'ladi. Elektr plitalar, elektr pechlar, tovalar, frityurnitsa va boshqa mexanik va issiqlik jihozlaridan foydalaniladi.

Topshiriq. O'quvchilar tayyorlangan taomlarining ko'rinishi, mazasi, sifati, tayyorlanish texnologiyasi bilan tanishadilar. Lozim bo'lgan ma'lumotlarni daftariga yozib oladilar. O'qituvchi o'tkazilgan mashg'ulotga yakun yasaydi.

Tekshirish uchun savol va topshiriqlar

1. Xamir mahsulotlarining ozuqalik ahamiyati nimada?
2. Xamirning g'ovakligini oshiruvchi mahsulot turlari va xamir tayyorlashdagi ahamiyatini aytib bering.
3. Xamir achishida bo'ladigan jarayonni gapirib bering.
4. Xamirturushli xamirni tayyorlashda ishlatiladigan mahsulotlarni aytib bering. Ularning tayyorlanishini tushuntiring.
5. Xamirturushli xamir tayyorlash jarayoni qanday ketma-ketlikdan iborat?
6. Achitqisiz xamirturushli xamir qanday tayyorlanadi?
7. Achitqi qanday tayyorlanadi? Uning tayyor bo'lganligi qanday aniqlanadi?
8. Xamirturushli xamir tayyor bo'lishidan avval nima sababdan eziladi?
9. Xamir mahsulotlarini yopishga tayyorlash qoidalarini aytib bering.
10. Xamirturushli xamirdan yopib mahsulot tayyorlaganda qanday o'zgarishlar ro'y berishini gapirib bering.
11. Blin va oladya xamirini tayyorlashning o'zaro farqi nimada?
12. Xamirturushli xamirdan tayyorlanadigan mahsulotlardan qaysi birini bilasiz?
13. Xonaki ugra uchun xamir qanday tayyorlanadi?
14. Chuchvara va suzmali chuchvara xamirlarini tayyorlashning o'zaro farqi nimada?
15. Oddiy qatlama xamir tayyorlash uslubini tushuntirib bering. Bu xamirdan qanday mahsulot tayyorlanadi?
16. Xamirturushli xamir mahsulotlari uchun qanday qiymalar tayyorlanadi?
17. Tayyor xamir mahsulotlari sifatiga qo'yiladigan talablarni aytib bering.

XIX b o b

DAVOLOVCHI TAOM ASOSLARI

Kasalliklarni davolash va ularning oldini olish uchun ishlatiladigan taomlar *parhez* yoki *davolovchi* taom deb ataladi. Parhez taomlar umumiy ovqatlanish qoidalariga asoslangan bo'lib, sifat jihatdan muhim ozuqaviy mahsulotlar bilan balanslangan bo'lishi kerak. Parhez taomlarini kasalxonalarda, sanatoriyalarda, parhez taomli oshxonalarda, ochiq umumiy ovqatlanish korxonalarining parhez taomlari bo'limlarida, o'quv korxonalari, zavod, fabrika, institut va boshqa korxonalarining kasallik oldini olish bo'limlarida va boshqa joylarda tashkil qilish mumkin.

Parhez taomidan foydalanuvchi shaxs uchun shifokor ko'rsatmalari bilan parhez va iste'mol uchun ruxsat etiluvchi taom yoki mahsulotlar belgilanadi. Parhez taomlari yoki mahsulotlari o'z xususiyati va kasal turi bo'yicha 1, 2, 5, 7, 9, 10, 11, 15 raqamlari bilan belgilanib, umumiy holda qo'llanadigan parhez dasturxonlari hisoblanadi. Parhez taomlari shifokor nazoratida iste'molga berilishi shifokor belgilagan vaqt mobaynida iste'mol qilish qat'iy amalga oshirilishi kerak.

Parhez taomlari uchun oliy navdagi mahsulotlar hamda sanoat korxonalarida ishlab chiqarilgan parhez konservalari, rezavor-meva sharbatlari, konsentratlarini ishlatish mumkin. Ko'p parhez taomlari uchun ziravorlar, har xil maza beruvchi mahsulotlar, tarkibida ko'p miqdorda o'tkir maza beruvchi yoki ekstraktiv mahsuloti bo'lgan, yog'liq va birlashtiruvchi to'qimasi ko'p bo'lgan mahsulotlarni uning tarkibiga yangi rezavor-mevalar, sabzavotlar, meva sharbatlari, sut va sut mahsulotlari, o'simlik yog'i, yangi baliqlar kiritilishi shart.

Parhez taomlarini tayyorlashda issiq ishlov berish usullaridan suvda pishirish, bug'da yoki oz suvda dimlab pishirish ko'proq qo'llaniladi. Ba'zan pishirilgandan so'ng qovurish shkaftida yuzaki qobiq hosil qilib olinadi. Ba'zi hollarda esa pishgan mahsulot qovurib ham olinadi.

Parhez taomlarni tayyorlashda umumiy ishlatiladigan asbob-anjomlardan tashqari, mayda ko'zli go'sht qiymalagich, yanchuvchi mashina, ezuvchi mashina, bug' qozonlari, sovitus shkaflari, turli asbob-anjomlar (ezuvchi elak, yog'och kapkir, chilcho'plar, o'lchov idishlari va boshqalar) hamda marmitlar zarur bo'ladi.

Parhez taomi mahsulotlariga ishlov berish davolanayotgan kimsa va shifokor ko'rsatmasiga asosan amalga oshirilishi kerak. Shu sababdan parhezlarga qo'yiladigan talab qoidalarini o'rganish lozim. Ular parhez dasturxonlarining tavsifida o'rganiladi.

19.1. PARHEZ DASTURXONLARINING TAVSIFI

1-son parhez dasturxon. Bu dasturxon oshqozon va ichak kasaliga — oshqozonda me'yoridan ortiq kislotali gastrit, oshqozon yarasi va o'n ikki barmoqli ichak yarasi kasallari bilan og'rigan bemorlarga belgilanadi.

Davolashda qo'llaniladigan usul — ovqatni iste'mol qilishda tanadagi og'riq joyni termik, mexanik, kimyoviy ta'sir etuvchi kuchlardan saqlash. Bu dasturxonga beriladigan taomlar oshqozonda uzoq ushlanib qoladigan, oshqozon devoriga ta'sir etib suyuqlik ajralishini zo'raytiradigan xususiyatga ega bo'lmasligi kerak. Agar bunday xususiyatga ega bo'lgan taom iste'molga berilsa, oshqozonda kislotada miqdori yana ham oshib ketishi mumkin. Mexanik ta'sir kuchlarini kamaytirish uchun kunlik iste'molga birlashtiruvchi to'qimasi ko'p bo'lgan sabzavotlar berilmaydi, chunki bunday sabzavotlar oshqozon ichi devoriga ma'lum darajada ta'sir kuchini ko'rsatishi mumkin. Taomlar ezilgan holda oz-ozdan ko'p vaqt o'tkazilmay iste'molga berilishi kerak. Juda issiq yoki sovuq taomlarni iste'molga berish ruxsat etilmaydi. Parhez dasturxonini uchun baliq, go'sht qaynatmalari, qattiq to'qimali go'sht, sho'r, qovurilgan va dimlangan taomlar, qiyin eruvchi yog'lar (eritilgan hayvon yog'i, mol yog'i, margarin), dag'al undan tayyorlangan javdar noni, nordon mahsulotlar, sabzavotlar, ichaklarni shishiruvchi mahsulotlar, konservalar, ziravorlar, sof kofe, kakao, achchiq choy, gazli va alkogol ichimliklar iste'molga berilmaydi.

Yangi sut mahsulotlari (nordon bo'lmagani), tuxum, zaytun va jo'xori yog'lari, yog'siz baliq pishirilgan holda, yog'siz mol, buzoq, tovuq go'shti (pishirilgan go'sht, qiymalangan, chopilgan holda), yorma va sabzavotdan (sabzi, kartoshka, ko'k no'xat) ezib tayyorlangan suyuq osh, sabzavot qaynatilgan suyuqlikda tayyorlangani; sutli suyuq osh; ezilgan yorma bo'tqalari (grechixa, sulidan tashqari); kisel, jele ko'rinishidagi mevalari ezilgan kompot ko'rinishidagi shirin taomlar, suyuq sutli choy; qotgan bug'doy noni yoki suxarilarni iste'molga berish mumkin. Taomlarning tuzi past bo'lishi kerak.

Agar oshqozon yoki ichak kasalligi kuchaysa *1-A sonli parhez dasturxonini* belgilanadi. Bu holda shifokor ko'rsatmasi bo'yicha 2 kundan 8 kungacha to'shakda yotgan holda parhezni saqlash lozim. Tayyorlanadigan taomlarning ta'sir kuchlari qat'iy cheklanishi kerak. Ularning tarkibidagi uglevodlar, tuz miqdori yana ham kamaytiriladi. Oshqozon so'lak bezlariga ta'sir etuvchi va ularni qitqlovchi mahsulot va taom ma'lum miqdorda kamaytiriladi. Taomlar ezilgan holda, suv bug'ida pishirilib, suyultirilgan holda yoki suyuq bo'tqa ko'rinishida tayyorlanadi.

1-A sonli parhez dasturxonini biroz yaxshilanib 1-sonli dasturxonga o'tishdan avval 1-B sonli parhez dasturxonidan foydalanish ham mumkin. Bunda shamollash

jarayoni biroz kamaygan bo'lganligi sababli bemor to'shakda yotish bilan birga ma'lum darajada o'tirib taomni iste'mol qilishi mumkin. Kunlik iste'moldagi taom tarkibidagi energiya miqdori faqat uglevod hisobiga biroz kamaytirilishi mumkin.

1-son parhez dasturxonining hamma turi uchun kunlik ovqatlanish 5—6 marta tashkil qilinishi lozim.

2-son parhez dasturxonini. Bu dasturxon oshqozon va ichak kasaliga — bemor oshqozonida me'yoridan past kislotali gastrit surunkali ichak kulunj kasalligi bilan, shuningdek, chakag kasalligi bilan og'rikan yoki tish yetishmovchiligi bo'lgan kishilarga belgilanadi. Davolashda qo'llanadigan usul — ovqatni iste'mol qilishda tanadagi og'riq joyni mexanik va termik ta'sir etuvchi kuchlardan saqlash. Shu bilan birga, oshqozon sekretiya bezlariga ta'sir etib, suyuqlik ajralish qobiliyatini oshiruvchi mahsulotlar bilan ta'minlashdan iborat. Xuddi 1-parhez dasturxonidek taomlar ezilgan, mayda chopilgan, yog'siz, birlashtiruvchisi kam hollarda tayyorlanishi lozim. Issiq taomlar 65°C dan oshmagan, sovuqlari esa 14—15°C haroratdan past bo'lmagan holda iste'molga berilishi lozim.

2-parhez dasturxonini taomlari tarkibidagi mahsulotlar oshqozonda xlorid kislotasi miqdorini oshirish xususiyatiga ega bo'ladi. Taom tarkibidagi go'sht, baliq qaynatma yoki sardaklari, sabzavot qaynatilgan suvlar, meva sharbatlari, sof kofe, kakao, choy, gazak va boshqalar o'z hidi va mazasi orqali oshqozon sekretiya bezlariga ta'sir etib, suyuqlik ajralish jarayonini tezlatishi mumkin.

Taomlar pishirilgan, yopilgan hamda qovurilgan holda tayyorlanadi. Go'sht mahsuloti urvoqqa belanmagan holda tayyorlanadi. Kunlik iste'molda suvi qochgan non, tuxum, sut, shakar qo'shmay xamirdan tayyorlangan non va pechen'elar; ba'zi gazaklar, seld yog'i, bo'ktirilib tuzi kamaytirilgan seld, achchiq bo'lmagan pishloq, pishloq yog'i, jigar pashteti va boshqalar beriladi. Suyuq oshlar qaynatma ko'rinishida, borsh, sabzavot va yorma suyuq oshlari ezilgan holda beriladi. Sabzavotlardan — sabzi, kartoshka, ismaloq, gulkaram pishirilgan holda ezilib, sariyog' bilan aralashtirib, go'sht va baliq yumshoq pishirilgan va qiymalangan holda beriladi. Maydalangan yormalardan ilashimli bo'tqa tayyorlab, undan bug'da pishirilgan yoki yopilgan puding, zapekanka, kotletlar tayyorlanadi. Makaron mahsulotlari pishirib, chopilgan holda ishlatiladi. Go'sht, baliq, smetana sardaklaridan foydalaniladi. Shirin taomlar, nordonroq sharbatlar, o'ta ko'p bo'lmagan miqdorda hid, maza beruvchi ziravorlar va kam me'yorda tuz ishlatiladi.

Qurtilgan sut mahsulotidan tayyorlangan sut, prostokvasha, qatiq, suzma, suzma pishlog'i bemor tanasida yaxshi hazm bo'lishi sababli ular ko'p ishlatiladi. Sof holdagi sut cheklangan miqdorda iste'molga beriladi. Taom tez-tez, oz-ozdan iste'mol qilinishi kerak. Ko'p miqdorda suyuqlik miqdorini iste'mol qilish tavsiya etilmaydi.

5-son parhez dasturxon. Jigari va o't pufagi og'rigan ya'ni xoletsistit, gepatit kasali bilan og'rigan bemorlarga 5-son parhez dasturxonini belgilanadi. Davolashda qo'llanadigan usul — jigar va o't pufagi ishlash qobiliyatiga ta'sir etadigan mahsulotlar iste'moli cheklanishi lozim. Iste'moldagi mahsulot ichak faoliyatini o'z funksiyasi asosida ishlashga, bemor tanida tosh hosil bo'lishiga olib kelmasligi, o't pufagi, jigarning ishlashini zo'riqtirmasligi kerak. Parhez asosiga taom tarkibidagi yog'ni chegaralash va o'rniga hayvon oqsili ko'paytirilishi lozim.

Parhez dasturxoniga cho'chqa yog'i, ichki yog'i, mol yog'i, margarin, yog'li parranda go'shti, baliq, tuxum sarig'i, qaynatmalar, qaynatmada tayyorlangan sardaklar, dukkakli mahsulotlar, qo'zi-qorinlar, shovul; nordon, sho'r, achchiq, dudlangan mahsulotlar, qovurilgan va o'ta sovitilgan mahsulotlarni tortish taqiqlanadi.

Taomnomaga suvi qochgan oq bulka non, suli noni, achchiq yoki nordon bo'lmagan pishloq, xom sabzavot salati, sut mahsulotlaridan — sut, prostokvasha, o'ta nordon bo'lmagan qaymoq, yog'siz suzma kiritiladi. Tuxumning faqat oqi ishlatiladi. Suyuq oshlar suvda yoki sabzavot pishirilgan suvda piyozsiz tayyorlangan borsh, yormali sabzavot suyuq oshlari, sut va mevali shirin suyuq oshlar iste'mol qilinadi. Yog'siz mol, buzoq, quyon, tovuq, kurka go'shtlari, yog'siz baliq (treska va boshqa dengiz balig'i) taomga ishlatiladi. Quyuk taomlar qaynatib, pishirib yoki yopib tayyorlanadi. Sabzi, baqlajon, qizilcha, kartoshka, shirin qalampir, ko'k salat bargi, pomidor, qovoqdan tayyorlangan taomlar, turp suvi ham taomnomada bo'ladi. Har xil quyuqlikdagi yorma bo'tqalari, pudinglar, zapekankalar, makaron mahsulotlari, shirin rezavor-mevalar va ularning sharbati parhez taomnomasidagi mahsulotlar hisoblanadi. Sovuq jazlangan un bilan tayyorlangan sabzavot pishirilgan suvda, sutda yoki smetanada tayyorlangan sardaklar, choy, sutli choy, kofe, kisellar, musslar, jelelar, asal murabbolar, djemlar iste'molga beriladi. Bir kunda 5 marta taom iste'mol qilinadi. Tuz miqdori o'z me'yorida (1 kunda 10 g gacha).

Kasallik kuchayganda 5-A sonli parhez dasturxonini belgilanadi. Bunda birlashtiruvchi to'qimasi dag'al o'simlik mahsulotlari, shuningdek, mexanik, kimyoviy ta'sir etuvchi kuchga ega mahsulotlar, yog' miqdori ma'lum darajada qisqartiriladi. Taomlar ezilgan holda tayyorlanadi.

Parhez taomlarni tayyorlashda gigiyena qoidalariga qat'iy rioya qilish, kasal turiga qarab taom tayyorlashning o'ziga xos usullaridan foydalanish katta ahamiyatga ega. Taom tayyorlash uchun ishlatiladigan asbob-anjomlar ishlatilishidan avval qaynoq suvda yuvilishi zarur. Sabzavot va mevalar tozalashdan avval hamda tozalangandan so'ng yuvilishi shart. Agar ularni ezib sharbati olinishi lozim bo'lsa, qaynoq suvda biroz yuzaki pishirish kerak. Prostokvasha tayyorlashda

qaynatilgan sutdan foydalanish zarur. Parhez dasturxoni taomlari har kuni o'zgartirib turilishi lozim. Tayyorlangan taom yaxshi bezalgan bo'lib, ishtaha ochadigan bo'lishi kerak.

19.2. SOVUQ PARHEZ TAOMLARI

1-son parhez dasturxoni uchun sovuq taom va gazaklar turi ma'lum darajada cheklangan. Bunda baliqning donador yoki tuzlangan qora uvuldurug'lari ko'p berilmaydi, seld yog'i, suzma pishlog'i, qaynatib pishirib sovitilgan baliq (yog'siz holdagisi), sabzavot pishirilgan suvda tayyorlangan jele asosida tayyorlangan go'sht yoki baliq frikadelkasi, yog'siz dudlangan cho'chqa go'shtini, pishirib tayyorlangani, mol pushti mag'izining go'sht qiymalagichdan o'tkazilgani, sabzining asal bilan aralashtirilgani ko'zda tutiladi.

2-son parhez dasturxoni uchun yog'siz dudlangan cho'chqa go'shti, doktor kolbasasi, bo'ktirib tuzi ketkazilgan seld, seld yog'i, pishloqli yog', pishloq, dudlangan baliq (yog'siz), baliqning donador yoki tuzlangan qora uvuldurug'i, jigar pashteti, baqlajon yoki qovoqcha ikrasi, smetanali ko'k salat, sabzi bilan asal aralashmasi, pomidor bilan sariyog' beriladi.

5-son parhez dasturxoni uchun har xil sovuq taom va gazaklar beriladi. Yangi yoki pishirilgan sabzavot salatlari, vinegretlar tayyorlashda pista moyi, zaytun moyi, smetana ishlatiladi. Bunday taomlarda tuzlangan bodring o'rniga nordon bo'lmagan tuzlangan karam ishlatiladi. Ishlatiladigan sabzavotlar bug'da pishiriladi. Pishirilgan baliq va go'shtli taomlar sof holda yoki sardak bilan (til, go'sht, garnirli baliq) beriladi. Bular uchun jele sabzavot qaynatilgan suvda tayyorlanadi. Sabzavot taomlaridan — qizilcha smetana bilan, turp olma bilan, baqlajon va qovoqcha ikrasi beriladi. Bo'ktirib tuzi ketkazilgan seld chopilgan holda yoki seld yog'i beriladi. Tayyorlanadigan salatlarga limon sharbati yoki 2% li limon ishqori qo'shiladi.

Sabzi olma bilan (2, 5-son parhez dasturxoni). Ishlovdan o'tgan olma urug'i, pardalaridan tozalanib somoncha shaklida to'g'ralib, ishlovdan o'tib somoncha shaklida to'g'ralgan sabzi va shakar, smetana bilan aralashtiriladi.

Sabzi 68 g, olma 28 g, smetana 20 g, shakar 2 g. Sof og'irligi 100 g.

Lavlagi smetana bilan (2, 5-son parhez dasturxoni). Lavlagi pishirilib, tozalanib, somoncha shaklida to'g'raladi yoki qirg'ichdan o'tkaziladi va limon ishqori, smetana, shakar qo'shib aralashtiriladi. Likopchaga solib ustidan to'g'ralgan ukrop sepib beriladi.

Qora olxo'rili lavlagi salati (5-son parhez dasturxoni). Quritilgan qora olxo'ri saralab yuviladi, sovuq suvda bo'ktirilib danagidan ajratiladi. Lavlagi tozalanib,

mayda kubik yoki tilim-tilim shaklida to'g'raladi. Oz suvda pishirilib, sovitiladi va qora olxo'ri va o'simlik yog'i yoki smetana qo'shib aralashtiriladi. Salatni tayyorlashda biroz shakar qo'shilishi va tarqatishda ko'kat bilan bezalishi ham mumkin.

Marinaddagi baliq frikadelkasi (5-son parhez dasturxon). Baliq lahm go'shti qiymalagichdan o'tkazilib, suvda bo'ktirilib, suyuqligi siqilgan qobiqsiz bulka non bilan aralashtirilib yana bir marta go'sht qiymalagichdan o'tkaziladi. Hosil bo'lgan kotlet massasi urib pishiriladi, mayda sharchalarga bo'lib bug'da pishiriladi. Idishga frikadelka solinib, ustidan tomatli sabzavot marinadi quyiladi va qaynatiladi. Uni sovitib, tarqatishda ustidan ko'kat sepib beriladi.

Sardakli go'sht pishlog'i (1, 2, 5-son parhez dasturxon). Pishirilgan go'sht qiymalagichdan 3—4 marta o'tkaziladi va sovuq quyuq sut sardagi, yumshatilgan sariyog', tuz qo'shib ko'pirarli darajada aralashtiriladi. Aralashmalar bo'laklarga bo'linib shayba shakli beriladi, usti sariyog', sut sardagi aralashmasida bezalib, muzxonada qotiriladi.

19.3. PARHEZ SUYUQ TAOMLARI

1-son parhez dasturxon uchun sabzavot qaynatilgan suvda tayyorlangan ezilgan yorma suyuq oshlari (pyure suyuq oshi, shilimshiq suyuq oshi, krem suyuq oshi), yorma, makaron mahsulotli, sabzavotli (qovoq, sabzi) sut suyuq oshlari, rezavor-mevadan ezib tayyorlangan shirin suyuq oshlar tayyorlanadi.

2-son parhez dasturxon uchun yuqorida ko'rsatilgan suyuq oshlardan tashqari yana qaynatmalarda tayyorlangan suyuq oshlar, shuningdek, sabzavotlari mayda to'g'rab qo'shilgan suyuq oshlar tavsiya etiladi. Bu parhez dasturxoniga tiniq qaynatmalarga har xil garnir solingan suyuq oshlar ham tortiladi.

5-son parhez dasturxon uchun suyuq oshlar piyozsiz vegetarian usulda (sabzavot qaynatilgan suvda) tayyorlanadi. Sabzavotlari dimlab pishiriladi. Bu suyuq oshlar turiga borshchlar, shilar, sabzavotli, yormali suyuq oshlar kiradi. Yana har xil shirin, sutli suyuq oshlar tavsiya qilinadi. Yozda sovuq taomlardan okroshka, qizil lavlagili sho'rva tortiladi.

Tovuq pyuresi va guruchdan tayyorlangan suyuq osh (1, 5-son parhez dasturxon). Pishirilgan lahm tovuq go'shti qiymalagichdan, so'ng elakdan ezib o'tkaziladi. Guruch saralanib, yuvilib, ezilarli darajada pishiriladi. Guruch elakda suzib olingach suviga ezilgan tovuq go'shti bilan aralashtirilib qaynatiladi. Tarqatishda eritilgan sariyog' yoki lezon qo'shib beriladi. Lezon tayyorlash uchun xom tuxum suyuq qaynoq qaymoq yoki sut bilan yaxshilab aralashtiriladi va suv-bug' hammomiga qo'yib aralashtirilgan holda biroz quyuqroq holga kelguncha ushlanadi. So'ng elakdan suzib o'tkaziladi.

Guruch 40 g, suv 600 g, tovuq 120 g, sariyog' 10 g, suyuq qaymoq 50 g, tuxum 1/2 dona. Sof og'irligi 500 g.

Pag'a-pag'a holda pishirilgan tuxumli tiniq qaynatma (2-son parhez dasturxon). Go'shtli tiniq qaynatma qaynash darajasiga ko'tarilib, ustidan yaxshilab aralastirib elakdan o'tkazilgan holda xom tuxum solinadi va qaynatiladi. Tarqatishda ustiga eritilgan sariyog', ko'kat sepib beriladi.

Go'shtli tiniq qaynatma 500 g, tuxum 1/2 dona, sariyog' 6 g, ko'kat 5 g. Sof og'irligi 500 g.

Borsh (2—5-son parhez dasturxon). Ishlovdan o'tgan sabzavotlar somoncha shaklida to'g'raladi. Qizilcha oz suvda dimlanadi. Sabzi va petrushka ildizi oz suvda qaynatilib, qizilchaga qo'shib, sariyog' qo'shilgan holda yumshoq holga kelguncha dimlanadi. Qaynab turgan suvga yoki sabzavot qaynatilgan tayyorlangan karam solib biroz qaynatiladi. So'ng dimlangan sabzavot solinadi va 15—20 minut qaynagach, po'sti tozalanib, to'g'ralgan pomidor, shakar, tuz, limon ishqori solinib, 5—10 minut qaynatib iste'molga tayyor holga keltiriladi. Tarqatishda borshga smetana, ko'kat qo'shib beriladi.

19.4. PARHEZ QUYUQ ISSIQ TAOMLARI

1-son parhez dasturxon uchun yog'siz mol, buzoq, tovuq, baliq go'shtlaridan yumshoq pishirilgan, oz suvda, bug'da pishirilgan taom tayyorlanadi. Ular sof qiyma, kotlet yoki kinel massasi holida ishlatiladi. Yormalardan suyuq ezilgan bo'tqalar, bug'da pishirilgan pudinglar; sabzavotlardan (sholg'om, turp, karamdan tashqari) pyure va suflelar; chuchuk suzmadan ezilgan, bug'da pishirilgan taomlar tayyorlanadi.

2-son parhez dasturxon uchun yuqoridagi taomlardan tashqari urvoqqa belanmay, qobiq hosil qilmay qovurilgan taomlar, qobiq hosil qilmay yopilgan taomlar tayyorlanadi.

5-son parhez dasturxon uchun pishirilgan, oz suvda pishirilgan, yopilgan yog'siz go'sht, baliq taomlari tayyorlanadi. Sabzavot taomlari qovurishdan tashqari hamma issiq ishlov berish usulidan foydalanib tayyorlanishi mumkin. Yormalardan donador va suyuq bo'tqalar, zapekankalar va pudinglar tayyorlanadi. YOg'siz suzmadan pishirilgan va yopilgan taomlar ko'p ishlatiladi.

Taomlarning ustidan quyib berish uchun sariyog', 2-son parhez dasturxonidagidek sovuq jazlangan unda tayyorlangan smetana sardaklari va go'sht qaynatmasida tayyorlangan qizil sardak tayyorlanadi.

Sabzili kartoshka pyuresi (1, 2, 5-son parhez dasturxon). Ishlovdan o'tgan sabzi mayda to'g'ralib, oz sutda yumshoq pishiriladi. Ishlovdan o'tgan kartoshka yumshoq pishirilib, suyuqligi to'kilib, biroz quritiladi, sabzi bilan aralashtirib issiq holda ezuvchi mashinada eziladi va quyuq-suyuqligiga qarab qaynatilgan sut, sariyog' qo'shib aralashtiriladi. Tarqatishda ustidan sariyog' quyib beriladi.

Suzmali sabzi suflesi (1, 2, 5-son parhez dasturxon). Ishlovdan o'tgan sabzi mayda to'g'ralib, sariyog' qo'shilgan holda oz sutda yumshoq pishiriladi va eziladi. Tayyorlangan sabzi, manna yormasi, tuxum sarig'i, ezilgan suzma yaxshilab aralashtiriladi vayog'langan qolipgasolishdan avval yaxshilab ko'pirtirilgan tuxum oqi tayyorlangan mahsulotgaqo'shiladi. Qolipgasolingan sufle massasi bug' qozonida pishiriladi. Tayyor sufle qolipdan bo'shatilib, ustidan sariyog' quyiladi.

Sabzi 190 g, suzma 50 g, tuxum 1/2 dona, sariyog' 10 g, sut 30 g, manna yormasi 10 g, tuz 1 g. Sof og'irligi 255 g.

Bug'da pishirilgan gulkaram suflesi (1, 2, 5-son parhez dasturxon). Ishlovdan o'tgan gulkaram yumshaguncha pishiriladi, suzib olinib, quritiladi, ezilib, qaynatilgan sut, tuxum sarig'i, manna yormasi, eritilgan sariyog' ko'pirtirilgan tuxum oqi bilan aralashtirilgan zahoti yog'langan qolipgasolinib, bug' qozonida pishiriladi vaqolipdan bo'shatib ustidan sariyog' quyib beriladi.

2, 5-son parhez dasturxon uchun sufleni yopib tayyorlash ham mumkin.

Muraboli manna yorma oladyasi (2-son parhez dasturxon). Ilashimli manna bo'tqasi tayyorlanib 70°C haroratgacha sovitilib, shakar bilan ezilgan tuxum sarig'i, ko'pirtirilgan tuxum oqi qo'shib yaxshilab aralashtiriladi, xamirturushli xamirdan tayyorlangan oladyaga o'xshash usulda qovuriladi. Tarqatishda ustidan murabbo, sariyog' yoki smetana quyib beriladi.

Mevali palov (5-son parhez dasturxon). Quritilgan meva saralanib, yuvilib, yiriklari bo'linadi. Qaynab turgan suvga tuz, shakar, sariyog' solinib, ustidan saralab yuvilgan guruch solib qaynatiladi. Guruch suvini tortishi oldidan tayyorlangan meva solinadi va suvi to'liq tortilgandan so'ng usti yopilgan holda suv-bug' hammomiga idishi bilan qo'yilib dimlanadi. Tayyor bo'lgandan so'ng aralashtirilib taqsimchaga tog' usulida solib beriladi.

Guruch 50 g, kishmish 20 g, qora olxo'ri 20 g, olma 35 g, shakar 5 g, sariyog' 15 g, suv 100 g, tuz 1 g. Sof og'irligi 230 g.

Bug'da tayyorlangan go'shtli tuxum oqi quymog'i (5-son parhez dasturxon). Pishirilgan mol go'shti go'sht qiymalagichdan o'tkazilib, tuxum oqi, tuz, sut bilan ko'pirarli darajada aralashtiriladi, yog'langan qolipgasolinib bug' qozonida quyuqlashguncha pishiriladi. Tarqatishda qolipdan bo'shatib beriladi.

Tuxum (oqi) 3 dona, sut 30 g, sariyog' 3 g, pishirilgan mol go'shti 50 g, tuz 2 g. Sof og'irligi 150 g.

Bug'da pishirilgan baliq zrazisi (1, 2, 5-son parhez dasturxon). Oddiy usulda baliq kotlet massasi tayyorlanib, xom tuxum qo'shib yaxshilab aralashtiriladi. Qiyma uchun sabzi mayda to'g'ralib, sariyog' qo'shib oz suvda yumshoq holgacha pishiriladi. Xom tuxum, sut, tuzdan tayyorlangan quymoq mahsuloti yog'langan qolipga solinib, bug'da pishirilib, sovitilib mayda chopiladi va tayyorlangan sabzi, mayda to'g'ralgan ko'kat bilan aralashtiriladi. Tayyor baliq kotlet massasi bo'laklanib «obi non» shakli berilgach o'rtasiga tayyorlangan qiyma solib, chetlari birlashtiriladi va oval shakli beriladi. So'ng bug' qozoni patnisiga terilib, bug'da pishiriladi. Zrazini biroz sariyog' qo'shilgan oz suvda pishirib tayyorlasa ham bo'ladi.

Tarqatishda baliq zrazisiga garnir sifatida ilashimli grechixa bo'tqasi yoki pishirilgan makaron qo'shib, ustiga sariyog' sut sardagi quyib beriladi.

Bug'da pishirilgan baliq suflesi (1, 5-son parhez dasturxon). Baliq sof filesi sariyog' qo'shilgan oz suvda pishirilib, sovitilib mayda tishli go'sht qiymalagichdan 2 marta o'tkaziladi. Qiymaga tuxum sarig'i, yumshatilgan sariyog', quyuqroq sut sardagi qo'shib yaxshilab aralashtiriladi. Yog'langan qolipga solishdan avval yaxshilab ko'pirtirilgan tuxum oqi qo'shiladi va yuzi tekislangan zahoti suv-bug' hammomiga qo'yib 20—30 minut davomida pishiriladi. Tarqatishda qolipdan bo'shatilib, garnir sifatida kartoshka pyuresi, sutda pishirilgan kartoshka yoki ilashimli bo'tqa qo'shib, ustidan sariyog' quyib beriladi.

Treska 127 g, sut 25 g, bug'doy uni 5 g, sariyog' 3 g, tuz 0,8 g, tuxum 1,5 g, garnir 150 g. Sof og'irligi 110/150/5 g.

Sut sardagida pishirilgan krivetka (2, 5-son parhez dasturxon). Krivetka qaynab turgan tuzli suvga solinib, qaynash darajasiga ko'tarilib, ko'kat ildizlari solingan holda 4—5 minut qaynatiladi va o'z suyuqligida sovitiladi. Qisqichlaridan ajratilib, bo'laklarga bo'linadi. Tarqatishda taqsimchaga krivetka, yoniga garnir (donador guruch bo'tqasi yoki kartoshka pyuresi) qo'yilib, krivetka ustidan sut sardagi quyib beriladi.

Pishirilgan mol go'shtidan tayyorlangan befstroganov (1, 5-son parhez dasturxon). Pay, pardalardan tozalangan mol go'shti pishirilib sovitiladi va somoncha shaklida to'g'raladi. Idishga solinib, smetana sardagi, qirg'ichdan o'tkazilgan sabzi qo'shib 5—7 minut qaynatiladi. Tarqatishda sardagi bilan taqsimchaga quyilib, garnir sifatida kartoshka pyuresi, pishirilgan vermishel qo'shib beriladi.

Mol go'shti 164 g, sabzi 4 g, petrushka 3 g, piyoz 2 g, tuz 1 g, pishgan go'sht vazni 75 g, sabzi 32 g, sardak 100 g. Sof og'irligi 75/150 g.

Bug'da pishirilgan mol go'shti kotleti (1, 2, 5-son parhez dasturxon). Go'sht kotlet qiymasi mahsulotiga yumshatilgan sariyog' qo'shib aralashtiriladi va bo'laklarga bo'linib uchi o'tkirlangan oval shakli beriladi. So'ng bug' qozoni patnisiga terilib, bug'da 15—20 minut qaynatib tayyor holga keltiriladi. Kotletni yana oz suvda qaynatib pishirsa ham bo'ladi. Tarqatishda taqsimchaga garnir (kartoshka pyuresi, ilishimli bo'tqa, sut sardagida pishirilgan sabzavot) quyilib, yoniga bug'da pishirilgan 2 dona kotlet qo'yib, bir chetiga sut yoki smetana sardagi yoki ustidan sariyog' quyib beriladi.

Suzmali mol go'shti qiyma uzmasi (1, 5-son parhez dasturxon). Lahm mol go'shti qiymalagichdan 2 marta o'tkaziladi. Suzma bilan aralashtirilib, yana bir marta qiymalagichdan o'tkazilgandan so'ng yumshatilgan sariyog', xom tuxum qo'shib yaxshilab aralashtirilib, ko'pirarli darajaga keltiriladi. Tayyor mahsulot suvda ho'llangan qoshiqlar yordamida 25 g hisobida bo'lakchalarga bo'linib, yog'langan bug' qozon patnisiga terilib, bug'da pishirib tayyor holga keltiriladi. Tarqatishda sabzavot pyurelari yoki oz suvda pishirilgan sabzi garnir sifatida berilishi mumkin. Qiyma uzmasi ustidan sariyog' quyib beriladi.

Mol go'shti suflesi (11-son parhez dasturxon). Pishirilgan mol go'shti pay, pardalaridan tozalanib, go'sht qiymalagichdan ikki marta o'tkazilib (mayda ko'zligidan) qolgan jarayon xuddi baliq suflesiga o'xshash bajarilib tayyor holga keltiriladi. Agar 2, 5-son parhez dasturxon uchun tayyorlash lozim bo'lsa, qovurish shkafida yopib tayyorlash ham mumkin.

19.5. PARHEZ SHIRIN TAOM VA ICHIMLIKLAR

1-son parhez dasturxon uchun shirin taom va ichimliklar nordon bo'lmagan rezavor-mevalardan tayyorlanadi. Ular kisel, jele-muss va mevasi ezilgan kompot ko'rinishida bo'ladi.

2-son parhez dasturxon uchun xuddi 1-son parhez dasturxoniga o'xshash taom va ichimliklar tayyorlanadi, lekin bunda nordonroq rezavor-mevalar ishlatilishi ham mumkii.

5-son parhez dasturxon uchun yaxshi pishib yetilgan rezavor-mevalardan turli xil taom va ichimliklar tayyorlash mumkin.

Rovoch kompoti (2-son parhez dasturxon). Qaynab turgan suvga shakar solib aralashtirilib, qaynash darajasiga ko'tarilgandan so'ng, tozalanib qalinligi 1,5—2 sm da kesilgan rovoch solinib, olov o'chiriladi, biroz qalampir munchoq sepib, idish qopqog'i yopilgan holda sovitiladi. Tarqatishda stakanga quyib beriladi.

Prostokvasha yoki kefir jelesi (2, 5-son parhez dasturxon). Bo'ktirilgan jelatin plita ustida eritilib, shakar qo'shib aralashtiriladi, shakari erigach, 50—60°C

darajagacha sovutilib, bir xil aralashtirilgan prostokvasha yoki kefirga qo‘shib, tayyorlangan qolipgasolib, sovuqxonadaqotiriladi. Tarqatishdaqolipdan bo‘shatilib, ustidan murabbo kuyib beriladi.

Olma suflesi (1, 2, 5-son parhez dasturxon). Yuvilgan olma pallacha shaklida kesilib urug‘i va o‘zagidan tozalanib, qovurish shkafida yopiladi. Sovutilib elak yoki mashinada ezilgach, shakar bilan aralashtirib, quyuqlashguncha qaynatiladi. So‘ng 70°C darajagacha sovutilib, ko‘pirtirilgan tuxum oqini qo‘shib yog‘langan porsiyali tovaga solib 180—200°C darajadagi qovurish shkafida 12—15 minut davomida yopiladi.

Tarqatishda biroz sovutilib, porsiyalarga bo‘lingan holda yoki o‘z porsiyali tovasida ustidan shakar uni sepilib beriladi. Alohida idishda sut yoki qaymoq bilan beriladi.

Na‘matakdan tayyorlangan darmondorili ichimlik (1, 2, 5-son parhez dasturxon). Saralab yuvilgan na‘matak mevasi ustidan qaynab turgan suv (1:10) solinib, qaynash darajasiga ko‘tarilib, past olovda 10 minut qaynatiladi va qopqog‘i yopilgan holda bir kecha-kunduz hisobida tindirib, sovutiladi. Tayyorlangan ichimlik elakdan o‘tkazilib, suzilib, shakar aralashtiriladi. Saqlash uchun muzxonadan foydalaniladi. Bir kunda iste‘mol qilinadigan ichimlik miqdori 100 g dan oshmasligi kerak. Agar bu ichimlik tozalangan na‘matak mevasidan tayyorlansa, uni 2—3 soat tindirish kifoya.

1 l ichimlik uchun: na‘matak (butun holdagi mevasi) 100 g yoki tozalangan na‘matak po‘sti 50 g, shakar 100 g.

Limonli sabzi sharbati (2-son parhez dasturxon). Limon po‘sti tozalanib, siqib suvi olinadi. Po‘sti mayda to‘g‘ra-lib, shakar qo‘shib, suvda biroz qaynatiladi. Ishlovdan o‘tgan sabzi qirg‘ichdan o‘tkazilib, tayyorlangan suyuqlik bilan aralashtirilib, biroz ushlangandan so‘ng doka orqali suziladi. Suzib olingan ichimlikka siqib olingan limon sharbati qo‘shib aralashtiriladi.

1 l ichimlik uchun: sabzi 1875 g, shakar 100 g, limon 133 g, suv 100 g.

Xamirturushli ichimlik. Xamirturush (50 g) maydalanadi, ozgina qaynoq suv quyib, tugunchalari yo‘qolguncha aralashtiriladi. Xamirturush sovigandan keyin unga 200 g normagacha non kvasi qo‘shiladi. Bunday ichimlik kamqonlik kasalliklariga, qandli diabetga va 1 l parhez taomlariga tavsiya etiladi.

Guruch pishirilgan suv chernika bilan (1, 2-son parhez dasturxon). Saralab yuvilgan guruch suvda ezilarli darajada pishirilib, dokada suzib olinadi. Bu suyuqlikka shakar va chernika sharbati qo‘shilib qaynash darajasiga ko‘tarilib, elakdan o‘tkazib suziladi.

1 l ichimlik uchun: guruch 75 g, suv 1500 g, chernika sharbati 150 g, shakar 75 g.

19.6. TAYYORLANGAN TAOMLARNING SIFATIGA QO'YILADIGAN TALABLAR VA ULARNI SAQLASH MUDDATLARI

Parhez taomlari tayyor bo'lgach, tarqatishdan avval parhez taomi bo'yicha hamshira yoki navbatchi shifokor, taom tayyorlagan pazanda, korxonah rahbarlari tomonidan tatib ko'rib (brakeraj), uning sifati baholanadi va maxsus brakeraj jurnaliga yozib qo'yiladi. So'ng iste'molchiga berish ruxsat etiladi. Organoleptik usulda tatib ko'rishning afzalligi bunda taomning mo'ljallangan parhez dasturxoniga taalluqli yoki taalluqsizligini aniqlashga yordam beradi.

Taomni organoleptik usulda baholashda, asosan, tashqi ko'rinishi, quyuq-suyuqligi, hidi va mazasiga ahamiyat beriladi. Tashqi ko'rinishi va quyuq-suyuqligi bo'yicha taomni baholashda: rangi, shakli, hajmi, tuzilishi, bir xildagi tarkibi, yumshoqlik darajasi, sochiluvchanligi, oson maydalanuvchanligi shunga o'xshash xossalari ahamiyat beriladi. Mazasini baholashda: tuz miqdori (sho'r yoki tuzsizligi), shirinlik miqdori, nordonlik darajasiga ahamiyat beriladi. Agar taom o'ta issiq bo'lsa, biroz sovutilib, so'ng tatib ko'riladi.

Organoleptik usulda tatib ko'rish orqali taom sifati besh balli baho bilan aniqlanadi. Agar tayyorlangan taom yoki pazandachilik mahsuloti organoleptik tatib ko'rilganda talabga javob bermasa, iste'molchiga berilmaydi va qayta ishlash yoki talabga muvofiq holga keltirishga jo'natiladi. Ba'zi hollarda bunday taomlar tekshirish uchun laboratoriyalarga yuborilishi ham mumkin.

Parhez sovuq taomlarni tayyorlashda taom iste'molga tayyor bo'lgach, uni saqlash va tarqatish tartibiga qat'iy rioya qilish lozim. Tayyor taomlar tarqatilguncha saqlanishi lozim bo'lsa, sovuqlik haroratidan yuqori bo'lmagan sovitkichlarda saqlanadi. Sabzavot salatlari, baliq, go'sht salatlari, vinegret mahsulotlari o'zaro aralashtirilmagan yarim tayyor mahsulot hoida 12 soat, go'sht, baliq, ilvira hoidagi taomlar, jele, musslar, qaynatilgan sut, qaymoqlar ham sovuqxonalarda 12 soat, chopilgan seld jigar pashteti taomlari, go'shtli, baliqli, suzmali qiymalar bilan tayyorlangan xamir mahsulotlarini 24 soat davomida sovuqxonalarda saqlash mumkin.

Issiqlik yoki sovuq, suyuq va quyuq taomlarni tarqatish jarayonida 2—3 soat saqlash mumkin. Bu vaqt davomida bu taomlar plita yoki marmitlarda bo'lishi, issiqlik harorati 75°C dan past bo'lmashligi kerak. Parhez taomlarining sifati o'z hoida saqlab qolish uchun talabga muvofiq tayyorlab, tarqatish maqsadga muvofiq hisoblanadi. Issiqlik suyuq taomlar tarqatilayotganda issiqlik harorati 75°C dan, quyuq taomlar 65°C dan past bo'lmashligi kerak. Sovuq taomlarning harorati 7°C dan 14°C gacha bo'lishi lozim. Agar harorat ta'sir kuchiga bog'liq bo'lgan parhez dasturxonlariga tortiladigan taomlar bo'lsa, suyuq va quyuq taom haroratlari 57—62°C, sovuq taomlar esa 15°C dan past bo'lmagan haroratlarda tarqatilishi kerak.

Davolovchi taomlarni tayyorlash texnologiyasi bilan tanishish

Asosiy maqsad. Davolovchi taomlarning tayyorlanish texnologiyasi bilan tanishish va malakani o'rnatirish.

Uslubiy ko'rsatma. Ma'lumotlar mazkur kitobning «Davolovchi taom asoslari» bobida bayon etilgan. Ularni o'qib, bilib olish maqsadga muvofiqdir.

Tayyorlanishga tavsiya etilgan muayan o'quv yurtining «Fan sikli xay'ati» tomonidan ma'lum ba'zi bir taomlarga sarflanadigan oziq-ovqat mahsulotlari miqdori «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий» (М. Экономика, 1983-у.) kitobi kerakli taomlarning miqdori hisoblabdan, belgilab olinadi.

Bunda barcha texnologik jarayonlar korxonaning ishlab chiqarish sexlarida yoki o'quv yurtining laboratoriyasida amalga oshiriladi. Ularni tayyorlashda tavsiya etilgan texnologik kartalar, plakat, diafilm va slaydlardan foydalaniladi. Barcha bajariladigan vazifalar korxonadagi dietolog yoki dietsestra nazoratida sanitariya talablariga rioya etilib, texnologik jarayon asosida olib boriladi.

Mashg'ulot o'tkazish tartibi. Buning uchun har xil inventarlar, pichoqlar, taxtakach, tovalar, soteyniklar, protivenlar, durshlag, turli hajm-dagi kastyulkalar va shunga o'xshash asbob-anjomlar kerak bo'ladi. Jihozlardan elektr plita, elektr qozonlar, elektr frityurnitsa, qovurish pechlari, tovalari va boshqa kerakli jihozlardan foydalaniladi.

Topshiriq. O'quvchilar tayyorlangan taomlarning organoleptik ko'rsatkichlari ko'rinishi, mazasi, sifati, tayyorlanish texnologiyasi bilan tanishadilar. Lozim bo'lgan ma'lumotlarni daftarlariga yozib oladilar. O'qituvchilar o'tkazilgan mashg'ulotga yakun yasaydi.

Tekshirish uchun savol va topshiriqlar

1. Parhez taomlarining ahamiyati nimadan iborat?
2. Jadval tuzing: bunda vertikal bo'yicha parhez dasturxonini soni qo'yilsin, gorizontal bo'yicha qolgan ko'rsatkichlar (kasallik turi, ta'sir kuchi, ruxsat etuvchi va ruxsat etilmaydigan mahsulotlar, mahsulotga ishlov berish usuli) yozilsin.
3. Vegitariancha bosh tayyorlashning uslubi chizmasini chizing va u bilan oddiy boshch o'rtasidagi farqni aniqlang.
4. Suzmali sabzi suflesi qanday tayyorlab, tarqatiladi va qanday parhez dasturxoniga beriladi?
5. Bug'da pishirilgan baliq zrazisini tayyorlash texnologik uslubi chizmasini chizing.
6. Pishirilgan go'sht befstroganovi va go'sht suflesi qanday tayyorlanadi? Bu taomlar qanday parhez dasturxoniga tavsiya qilinadi?
7. Na'matak ichimligi va limon solingan sabzi sharbati qanday tayyorlanadi?

Uchinchi bo'lim

O'ZBEK MILLIY TAOMLARI

XX b o b

O'ZBEK MILLIY TAOMLARI PAZANDACHILIGI

O'zbek taomlari pazandachiligi inson faoliyatining san'at darajasiga ko'tarilgan eng qadimiy sohalaridan biridir. Bu san'at davr o'tishi bilan takomillashib, iste'molchilar talabiga tobora ko'proq moslashib bormoqda. Pazandalar tayyorlagan yuqori sifatli taomlar xo'randalar ish qobiliyati, sog'lig'i va boshqa jismoniy salohiyatiga samarali ta'sir ko'rsatadi. Taomlar xonaki usulda yoki umumiy ovqatlanish korxonalarida tayyorlanib, tayyorlash va tarqatish usullariga ko'ra sovuq, issiq, suyuq, quyuq yoki umumiy, milliy va hokazo turlarga bo'li-nadi.

O'zbek taomlari boshqa millat taomlaridan o'ziga xos an'anaviy xususiyatlari bilan farqlanadi. Tabiatimizning saxiyligi, xilma-xil oziq-ovqat mahsulotlariga boyligi va uzoq zamonlardan davom etib kelayotgan O'zbek pazandachiligi xalqimizning ulkan xazinasi va milliy faxridir. O'zbek milliy pazandachiligi, ayniqsa, masalliqqa o'ziga xos ishlov berilishi, taom tayyorlashda o'ziga xos asbob-anjomlar, qurilmalar va boshqa jihozlar ishlatilishi, taomlarni tarqatishda o'ziga xos idish-tovoqlardan foydalanilishi bilan ajralib turadi.

O'zbek taomlarini tayyorlashdan avval ayrim masalliq'larga maxsus ishlov berilib, ularning xushxo'rliigi oshiriladi. Bunday usullardan biri go'shtni tilimlab, unga tuz va ziravor bilan ishlov berishdir.

O'zbek taomlarini tayyorlashda xalq ko'p iste'mol qiladigan go'sht, un, sut-qatiq, loviya, no'xat, shuningdek, meva, poliz, ko'kat mahsulotlari va hokazolardan foydalaniladi. Bu masalliq'lar taom turlariga qarab o'ziga xos ishlovdan o'tadi.

Xonaki usulda taom tayyorlashda qozon va o'choqdan, issiqlik manbai sifatida esa o'tin, ko'mir, tabiiy gaz va boshqalardan ayrim taomlarni tayyorlashda esa maxsus tandirlardan ham foydalaniladi.

Hozirgi O'zbek pazandachiligi tabiiy, tarixiy va ijtimoiy-iqtisodiy shart-sharoitlar ta'siri ostida shakllangan. Xalqlarning o'zaro mada-niy aloqalari orqali O'zbek taomlarini tayyorlashda kam iste'mol qilinadigan masalliq'larni ishlatish imkoniyati yaratilib, milliy taomlar turi kengayib bormoqda. Bunga misol tariqasida

avvalgi O'zbek pazandachiligini hozirgi pazandachilik bilan qiyoslaymiz. Avvalgi O'zbek pazandachiligida baliq taomlari kam iste'mol qilingan, ba'zi joylarda kartoshka va pomidor ishlatilmay taom tayyorlangan bo'lsa, hozirgi kunda bu mahsulotlar taomnomamizning asosini tashkil etadi.

O'zbek pazandachiligi tayyorlanadigan taomlar turi va ularni tayyorlash shart-sharoitlarini chuqur o'rganishni talab qiladi. Aks-holda tayyorlangan taom o'z milliylik xususiyatini yo'qotishi bilan birga, iste'mollik qobiliyatidan ham mahrum bo'ladi. O'z ko'rsatkichlariga ko'ra talabga javob beradigan taomlarni o'ziga xos idish-tovoqlarda tortmaslik bu taomlarning iste'mol xususiyatini pasaytiradi. Umumiy ovqatlanish korxonalarida taom tayyorlashga «O'zbekiston xalqlarining milliy taomlari va pazandachilik mahsulotlarini tayyorlash usullari to'plami» hujjatidan foydalanilgandagina ruxsat etiladi. Bu hujjat O'zbekiston Respublikasi Savdo vazirligining 1989-yil 21-noyabrdagi 288-buyrug'i bilan tasdiqlangan.

20.1. O'ZBEK MILLIY SUYUQ TAOMLARI

Suyuq oshlar kishi tanasini oziqa moddalari va ma'lum darajada suyuqlik bilan ham ta'minlaydi. Oziq moddalarining ko'p miqdori suyuq oshlarning quyuk qismida bo'lib, ularning miqdori ishlatiladigan masalliq turiga bog'liq bo'ladi. Taomlarning quyuk qismidagi oziqaviy moddalarning ma'lum miqdori issiq ishlov berish natijasida suyuq holatga o'tadi. Shu sababdan taomning suyuq qismida ham 10—30% gacha oziq moddalari bo'lishi mumkin. Suyuq oshlarning quyuk masalliqklariga go'sht, sabzavot, yorma un, un mahsulotlari, dukkaklilar va hokazolar kirs, suyuq masalliqklariga suv, sut, qatiq, har xil sho'rvalar kiradi. Bundan tashqari, taomlarni tayyorlashda ishlatiladigan yog'lar ham o'ziga xos ahamiyatga egadir. O'zbek milliy suyuq oshlarini tayyorlashda o'simlik yog'lari bilan birga hayvon yog'lari ham ishlatiladi. Hayvon yog'laridan qo'y suyak yog'lari ishlatilishi mumkin. O'zbek taomlarini xonaki usulda tayyorlashda omixta yog'larni ishlatish maqsadga muvofiqdir. Omixta yog' deyilganda o'simlik va hayvon yog'i aralashmasi tushuniladi.

O'zbek milliy taomlarining sovuq va issiq turlarini uchratish mumkin. Issiq taomlarning harorati 75—80°C, sovuq taomlarning harorati 10—14°C darajada bo'lishi mumkin.

O'zbek suyuq oshlarini tayyorlash usuli boshqa milliy taomlarni tayyorlash usulidan ma'lum darajada farqlanib, ularning ko'pchiligi bir qozonda mahsulotlar pishish xususiyati va vaqti hisobiga olinib, ketma-ket solishga asoslangan holda tayyor holga keltiriladi. Ba'zan mahsulotlarning pishish sharoitlari to'g'ri kelmaganda, ular chala yoki to'la pishirib qo'yilishi ham mumkin. Lekin har bir

mahsulotning pishgan suyuqligi va o'zi shu taomda birga qaynatilib, tayyor holga keltiriladi.

O'zbek suyuq oshlarini tayyorlash va dasturxonga tortishda o'ziga xos ko'kat va ziravorlarni ishlatish ularning xushxo'rliigi hamda tashqi ko'rinishidagi farqni aniqlaydi. O'zbek taomlari o'choq va qozonlar, shuningdek, o'tin, ko'mir, tabiiy gaz, elektr hamda boshqa issiqlik manbalaridan foydalanilgan holda suyuqlikda qaynatiladi yoki avval yog'da qovurib, so'ngra suyuqlikda qaynatilib pishiriladi.

O'zbek suyuq oshlarini dasturxonga tortish ham boshqa suyuq oshlarni tortishdan farqlanadi. Ular, asosan, kosalarga solinib, tagiga kichik taqsimcha qo'yib tortiladi. Ba'zi suyuq oshlarga rayhon, jambil, kashnich, yalpiz va hokazolar ishlatilishi, ba'zan qatiq berilishi shart. Ayrim hollarda taomlarga tuyilgan qora murch bilan mayda to'g'ralgan bosh piyoz ham berilishi mumkin.

Yuqoridagi farqlar har bir hudud va viloyatda o'ziga xos bo'ladi. Xonaki usulda tayyorlangan o'zbek suyuq oshlari ham o'zgacha bo'lishi mumkin. Biz quyida umumiy ovqatlanish korxonalarida tayyorlanadigan suyuq oshlarni pazandachilik qoidalariga asoslanib tayyorlash usullari bilan tanishtiramiz.

20.2. SHO'RVALAR

O'zbek suyuq oshlari ichida ko'p tarqalganlari sho'rvalardir. Xonaki usulda tayyorlanadigan sho'rvalar dasturxonga har bir hudud va viloyatning urf-odatlariga monand tortilishi mumkin. Umumiy ovqatlanish korxonalarida tayyorlanadigan sho'rvalar o'z tarkibidagi masalliq va tayyorlash usullariga ko'ra nomlanadi. Biz shulardan ba'zilarini ko'rib chiqamiz.

Qaynatma sho'rva. Birlashtiruvchi to'qimasi o'rtacha bo'lgan 1,5—2,0 kg qo'y yoki mol go'shti (qo'l va to'sh qismi suyagi bilan) tayyorlanib, qozondagi sovuq suvga solinadi, qaynash darajasiga yetkazilib, vaqti-vaqti bilan yuzidagi ko'pigi suzib turiladi. Go'sht qaynab chiqqandan so'ng chala pishgan no'xat solinib, 40—60 minut past haroratda miltillatib qaynatiladi. So'ngra sabzi (pallacha yoki kattalari 2—4 ga bo'lingan, maydalari butun) solib, 5—10 minut qaynatiladi, kartoshka (maydasi butun, kattasi 2—4 bo'lib) 5—10 minut qaynatilib, bosh piyozning uchdan bir qismi solinadi, qaynash darajasigacha ko'tarilib, yangi pomidor (maydasi butun, kattasi pallacha qilib kesilgan) solib, 5—10 minut qaynatilib, tilimlab kesilgan dumba yog'i, ta'bga ko'ra tuz, ziravor solib, tayyor holga keltiriladi. Pishgan go'sht bo'laklari sho'rvadan suzib olinadi. Suyaklar ajratilgan holda yoki suyagi bilan kishi boshiga bir yoki ikki bo'lak hisobida kesiladi. Go'shtni idishga solib, ustidan sho'rva quyilgan holda dasturxonga tortishgacha saqlanishi,

agar sho'ruva ma'lum muddat davomida saqlanib tortiladigan yoki juda ko'p miqdorda tayyorlanadigan bo'lsa, kartoshkasi suzib olinishi yoki alohida sho'rvada pishirilishi mumkin. Sho'ruva tayyorlashda chuchuk bulg'or qalampiri qo'shilsa, bosh piyoz kamaytiriladi.

Sho'rvaga ishlatiladigan chala pishirilgan no'xatni tayyorlash uchun no'xat saralanib, yuvilib, sovuq suvda (o'z vazniga nisbatan 2,5 barobar) uy haroratida 5—6 soat ivitiladi va o'z suvida past haroratda tuz qo'shilmagan holda miltillatib qaynatiladi.

Tayyor sho'rvani dasturxonga tortishda kosaga go'sht, ustidan sho'ruva o'z masalliqdari bilan solinib, unga mayda to'g'ralgan bosh piyozning uchdan ikki qismi qo'shiladi, bir chetiga mayda to'g'ralgan ko'kat solinadi. Kosa kichik taqsimchaga qo'yilib, dasturxonga tortiladi.

Sho'ruva. Mol yoki qo'y go'shti 1,5—2,0 kg hisobida qaynatma sho'rvaga o'xshash tayyorlanadi, qozondagi sovuq suvga solinib, qaynash darajasiga yetkazilib, vaqti-vaqti bilan ko'pigi suziladi, 40—60 minut miltillatib qaynatilgach, sabzi (maydasi butun, katta 2—4 ga bo'lingan) solib bir qaynatib, mayda to'g'ralgan boshpiyoz solinadi. 5—10 minut qaynatib, pomidor (maydasi butun, kattasi pallacha shaklida kesilgan) 10—15 minut qaynatib, kartoshka (maydasi butun, kattasi 2—4 ga bo'lingan) yana 10—15 minut qaynatilib, tilimlab kesilgan dumba yog'i va tayyor bo'lishidan 3—5 minut avval tuz, ziravor solinadi. Sho'rvaning go'shti pishgandan so'ng suzilib, suyagi bilan yoki suyaksiz kishi boshiga 1—2 bo'lakdan kesiladi, dasturxonga tortilguncha sho'rvada issiq holda saqlanadi. Kosaga pishgan go'sht ustidan sho'ruva o'z mahsuloti bilan, bir chetiga mayda to'g'ralgan ko'kat bolinadi, kichik taqsimchaga qo'yilib, dasturxonga tortiladi.

Kifta sho'ruva. Birlashtiruvchi to'qimasi o'rtacha yoki ko'p bo'lgan qo'y yoki mol go'shti qiymalagichdan ikki marta o'tkazilib, chala pishirilgan guruch, xom tuxum, ta'bga ko'ra tuz, ziravor solib, kishi boshiga bir-ikki dona hisobida bo'linadi, tuxum shaklida kifta tayyorlanadi.

Qozondagi dog'langan yog'ga sabzi (pallacha shaklda) solib, bir aylantirib olinadi. Boshpiyoz (halqa yoki yarim halqa) solib, qizarguncha qovuriladi, so'ngra tomat yoki to'g'ralgan pomidor solib qovurilib, suv yoki suyak, go'sht qaynatilgan suyuqlik solib qaynash darajasiga yetkaziladi. No'xat yuvilib, chala pishiriladi, sabzavotli suyuqlikka solinib, 5—10 minut qaynatilgach, kartoshka (maydasi butun, kattasi 2—4 ga bo'lingan) solib, qaynash darajasiga yetkaziladi, tayyorlangan kifta solinib, yana qaynash darajasigacha miltillatib qaynatib, tayyor bo'lishidan avval ta'bga ko'ra tuz, ziravor solinadi. Shu tarzda 5—6 kishiga mo'ljallab kifta sho'ruva tayyorlash mumkin. Agar ko'p kifta sho'ruva tayyorlanadigan bo'lsa, tayyor kiftalarni chuqur idishga bir qator terib, ustidan qaynoq sho'ruva solib, dasturxonga tortguncha sho'rvada issiq holda saqlash mumkin.

Kosadagi kifta ustidan sho'ruva solinib, bir chetida to'g'ralgan ko'kat bilan kichik taqsimchaga qo'yilib, dasturxonga tortiladi.

Qiyma sho'ruva. Birlashtiruvchi to'qimasi o'rtacha yoki ko'p bo'lgan mol yoki qo'y go'shti qiymalagichdan ikki marta o'tkazilib, mayda chopilgan boshpiyoz, xom tuxum, suv, ta'bga ko'ra tuz, ziravor qo'shib, urib pishiriladi. Tayyorlangan qiyma 8—10 g vaznda bo'laklarga bo'linib, sharchalar yasaladi.

Bu taomning sho'rvasi kifta sho'rvanikiga o'xshash usulda tayyorlanadi. Sho'rvaga kartoshka solgandan so'ng shakl berib, tayyorlangan qiyma bo'laklari solinadi miltillatib qaynatib, tayyor bo'lishidan avval ta'bga ko'ra tuz, ziravor solinadi. Agar qiyma sho'ruva ko'p tayyorlansa, shakl berilgan qiyma bo'laklari sho'rvada alohida pishirilishi mumkin. Shakl berib pishirilgan qiyma bo'laklari ustidan sho'ruva solinib, bir chetiga to'g'ralgan ko'kat qo'yilib, kichik taqsimchada dasturxonga tortiladi.

Qovurma sho'ruva. Birlashtiruvchi to'qimasi o'rtacha mol yoki qo'y go'shti (qovurg'a yoki to'sh suyagi bilan bo'lsa, 30—40 g hisobida, laxm go'shtli bo'lsa, 20—30 g hisobida) lo'nda-lo'nda qilib to'g'raladi, suyaklari chopilib, dog'langan yog'ga solib, qizarguncha qovuriladi. Halqa yoki yarim halqa shaklida kesilgan boshpiyoz qo'shib, qizarguncha, keyin sabzi parrak-parrak yoki pallacha shaklda kesib solinadi, bir aylantirib, yupqa kesilgan pomidor yoki tomat solinib, qizarguncha qovuriladi. So'ngra qozonga sovuq suv yoki go'sht, suyak pishirilgan sho'ruva solinib, miltillatib qaynatiladi, ta'bga ko'ra tuz, ziravor solinadi. Tayyor taom kosalariga quyilib, yuziga oshko'klar sepilib, dasturxonga tortiladi.

20.3. SUYUQ TAOMLAR

Mastava. Birlashtiruvchi to'qimasi o'rtacha mol yoki qo'y go'shti vazni 5—10 g hisobida lo'nda-lo'nda qilib to'g'raladi. Qozon-dagi dog'langan yog'ga-go'sht solinib jazlanadi, mayda to'g'ralgan boshpiyoz, keyin sabzi, sholg'om (mayda kubik shaklida) solib biroz qovurib, yupqa kesilgan pomidor yoki tomat qaylasi solinib, qizarguncha qovuriladi. Sovuq suv yoki go'sht, suyak qaynatilgan sho'ruva solinib, qaynash darajasigacha 5—10 minut miltillatib qaynagandan so'ng guruch solinadi, u qaynab chiqqach, kartoshka solinib, taom tayyor bo'lishdan avval ta'bga ko'ra tuz, ziravor solinadi.

Dasturxonga tortishda taom yuziga yalpiz, rayhon, kashnich yoki ko'k piyoz to'g'rab sepiladi, alohida idishda qatiq beriladi.

Moshxo'rda. Birlashtiruvchi to'qimasi o'rtacha qo'y yoki mol go'shti vazni 15—20 g hisobida kubik shaklida kesiladi. Qozondagi dog'langan yog'ga go'sht solinib,

qizg'ish qobiq hosil bo'lguncha, keyin boshpiyoz (halqa yoki yarim halqa) solinib qovuriladi, so'ngra sabzi (mayda kubik) solinib biroz qovurilgach, sovuq suv yoki go'sht, suyak pishirilgan sho'rva, saralab yuvilgan mosh solinib, qaynash darajasigacha miltillatib qaynatiladi. Mosh ochilgandan so'ng saralab yuvilgan guruch solib qaynash darajasiga yetkazib, kartoshka (mayda kubik) solib qaynatib, taom tayyor bo'lishidan avval tuz, ziravor solinadi.

Dasturxonga tortishda kosalariga bir qoshiq qatiq, mayda to'g'ralgan ko'kat solib keltiriladi.

Suyuq osh. Birlashtiruvchi to'qimasi o'rtacha mol yoki qo'y go'shti 10—12 g hisobida kubik shaklida kesiladi. Qozondagi doglangan yog'ga go'sht va ozgina tuz solib, qizg'ish qobiq hosil bo'lguncha, boshpiyoz qizarguncha qovuriladi. Sabzi (somoncha shaklida) solinib, yumshaguncha qovurib, ustidan go'sht yoki suyak qaynatilgan sho'rva yoki suv solib, qaynash darajasigacha 5—10 minut miltillatib, keyin kartoshka (maydasi butun, kattasi kichik kubik qilib kesilib) solib yana 5—10 minut, ustidan ugra solib qaynatib, tayyor bo'lishidan avval ta'bga ko'ra tuz, ziravor solinadi.

Ugra tayyorlash uchun elangan un uyilib, o'rtasi ochiladi, xom tuxum, tuzli suv qo'shib, aralastirilgan holda xamir qoriladi, usti xo'llangan mato bilan yopilgan holda 30—40 minut davomida tindiriladi. Tindirilgan xamir qo'lda yoki maxsus jihozda yoyiladi. Bunda xamir qalinligi 1—1,5 mm bo'lishi mumkin.

Yoyilgan xamir ustidan un sepilib, kengligi 5—6 sm li somoncha qilib ugra kesiladi. Kesilgan ugra un sepilgan holda 2—3 soat davomida selgitiladi. Ishlatishdan avval elakka solib, unidan ajratiladi. Tayyor suyuq osh kosaga solinib, bir qoshiq qatiq va mayda to'g'ralgan ko'kat bilan kichik taqsimchaga qo'yilgan holda dasturxonga tortiladi.

Shirqovoq. Saralab yuvilgan guruch qaynab turgan tuzli suvda (suv guruchni ko'mar darajada solinadi) 10—15 minut miltillatib qaynatib pishiriladi. Keyin ustidan qaynoq sut solinib, qaynagan zahoti ishlovdan o'tgan qovoq (o'rtacha kubik shaklidagi) solib, miltillatib qaynatib, pishishidan avval tuzi rostlanadi.

Taom kosaga solinib, sariyog' qo'shib, kichik taqsimchaga qo'yib dasturxonga tortiladi.

Sutli ugra oshi. Elangan un, xom tuxum, tuzli suv yordamida xamir qorib, ugra tayyorlanadi. Qaynab turgan tuzli sutga un qoldig'idan ajratilgan ugra solinib, o'rtacha qaynash darajasida 10—12 minut chala pishiriladi, suyuqlikdan suzib olinib, qaynab turgan sutga solinib pishiriladi. Pishishdan oldin ta'bga ko'ra tuz solinadi. Sutli ugra oshi kosaga solinib, sariyog' qo'shiladi, kichik taqsimchaga qo'yilgan holda dasturxonga tortiladi.

Yaxna qatiq. Birlashtiruvchi to'qimasi o'rtacha 1,5—2,5 kg qo'y yoki mol go'shti qaynab turgan suvda (1 kg go'shtga 2—2,5 l suv) pishiriladi va sovutilib,

somoncha qilib to'g'raladi. Yangi bodring sovuq ishlovdan o'tkazilib, somoncha qilib kesiladi. Tuxum saralab, yuvilib, to'la pishirilib, sovutilib, po'chog'i tozalanib, pallacha yoki mayda kubik qilib kesiladi. Ko'k piyoz (barrasi), ko'kat (ukrop, rayxon, petrushka, kashnich) sovuq ishlovdan o'tkazilib, tuz bilan aralashiriladi, biroz ushlangandan so'ng qaynatib, sovutilgan suv va qatiq aralashmasiga, ta'bga ko'ra tuz solib, aralashirib, yaxna qatiq tayyorlanadi. Yaxna qatiqqa go'sht, bodring, tuxum qo'shib, tayyor holga keltiriladi. Agar yaxna qatiq ko'p tayyorlanadigan bo'lsa, go'sht, bodring, tuxumni tayyor holga keltirib kesib, muzxonada saqlab, dasturxonga tortishda kosaga solib berish mumkin.

20.4. O'ZBEK MILLIY SUYUQ TAOMLARI SIFATIGA QO'YILADIGAN TALABLAR

Suyuq oshlarni tayyorlash va dasturxonga tortishda qat'iy pazandachilik talablariga rioya qilish ularning sifati va ozuqaviy ahamiyatini saqlab qolish imkonini, taomlarni tayyorlashda qaynatish qoidasiga rioya qilish, masalliqning pishish vaqtini hisobga olish va shunga o'xshash ko'rsatkichlarga ahamiyat berish ular sifati yaxshilashga yordam beradi. Xonaki usulda tayyorlangan taomlarning sifati umumiy ovqatlanish korxonalarida tayyorlangan taomlar sifatidan yuqoriroq bo'lishi mumkin, chunki xonaki usulda tayyorlangan taomlar shu zahoti iste'molga jo'natiladi. Umumiy ovqatlanish korxonalarida tayyorlangan taomlar tarqatish jarayonida ma'lum vaqtgacha saqlanishi lozim bo'lganligidan sifati pasayishi mumkin. Shularni inobatga olib, o'zbek milliy suyuq oshlarini uzoq saqlamaydigan qilib, talabga monand holda tayyorlash sifat darajasining asosiy ko'rsatkichidir.

Sho'rvaning suyuqligi tiniq, och sarg'ish rangdan qizg'ish ranggacha bo'lib, masalliq yuzidagi yog'ning rangi tiniq, o'ziga xos qaynatilgan yoki qovurilgan mahsulot xushxo'rlikiga ega go'sht, kartoshka mazasi sezilarli darajada bo'lishi kerak. Mahsulotlar yumshoq pishgan bo'lib, ezilgan yoki shakli o'zgargan, kuygan yoki chala sovuq pazandachilik ishlovidan o'tmagan, xom hid va mazali bo'lishi yaramaydi. Sho'rvaning masalliqalari alohida saqlanadigan bo'lsa, ustidan sho'rva quyilib, issiq holda saqlanishi, yuzida qotib qolgan yog'lar suzib yurmasligi kerak. Sho'rvalarni isitilgan kosalarda tortish tavsiya etiladi.

Mastava tarkibidagi masalliqalar o'z shakliga ega bo'lib, ezilib ketgan, xom yoki chala pishgan bo'lmasligi, taom yuzidagi yog' qizg'ish rangda bo'lib, qoramtir rangdagi kuygan izlardan holi bo'lishi kerak. Suyuqligi tiniq yoki biroz xiralashgan qizg'ish rangda, qatiq qo'shilganda oqishroq rangga ega bo'lishi mumkin. Mazasi go'sht, guruch, sabzavotlarga xos xushxo'rlikda, qatiq qo'shiganda oz sezilarli sut

mahsuloti nordonligiga, qatiq, bodring, go'sht, ko'kat, tuxum xushxo'rligiga ega bo'lishi lozim. Taomni dasturxonga tortish harorati 10—14°C dan oshmasligi kerak.

Issiq suyuq oshlarni dasturxonga tortishda kosalarni 40°C gacha isitish tavsiya etilsa, sovuq taomlar uchun kosalar 10—12°C gacha sovutilishi lozim.

Amaliy mashg'ulot

O'zbek milliy suyuq taomlarini tayyorlash

Asosiy maqsad. O'zbek milliy suyuq taomlarining sinflarga bo'linishi va ularni tayyorlash texnologiyasi bilan tanishish, bu borada malaka orttirish.

Uslubiy ko'rsatma. Bu boradagi ayrim ma'lumotlar shu kitobning «O'zbek milliy taomlari pazandachiligi» bobida bayon etilgan. Ularni o'qib, bilib olish maqsadga muvofiqdir. Tayyorlanishi lozim bo'lgan taomlarga sarflanadigan xomashyo mahsulotlarining miqdorini «Сборник рецептов национальных блюд и кулинарных изделий народов Узбекистана» (Т., Мехнат, 1987) kitobining 35—65-sonli taomlari ba'zi birlaridan hisoblab aniqlanadi.

Korxonada sabzavot, go'sht-baliq, issiqlik, yaxna gazaklar, qandolat va boshqa sexlar bo'ladi. Taomlar issiqlik sexida elektr plitalar, elektr qozonlarda tayyorlanadi.

Mashg'ulot o'tkazish uchun asbob-anjomlar. Pichoq, taxtakach, tovalar, kastryullar, elektr qozonlari, elektr plitalari, shuningdek, qo'llanmalar, tex-nologik karta, plakat, diafilm va slaydalar.

Topshiriq. O'quvchilar tayyor bo'lgan o'zbek suyuq taomlarining sifati, mazasi, tayyorlanish texnologiyasi bilan tanishadilar. Lozim topilgan ayrim ma'lumotlar ular daftaridan o'rin oladi. O'qituvchi o'tkazilgan mashg'ulotga yakun yasaydi.

Tekshirish uchun savol va topshiriqlar

1. O'zbek suyuq oshlarining umumiy tayyorlanishi boshqa suyuq oshlardan qanday farqlanadi?
2. O'zbek suyuq oshlaridan qaysi birini bilasiz?
3. Sho'ralarning turlarini yozib, ularning o'zaro farqini aniqlang.
4. Mastava tayyorlash texnologiyasini chizma holda ifodalang.
5. Moshxo'rda va suyuq osh uchun ishlatiladigan mahsulotlarni yozib, ularga ishlov berish farqini aniqlang.
6. 100 kishiga mo'ljallangan shirqovoq va sutli ugra oshi uchun masalliq miqdorini aniqlang.
7. Yaxna qatiq taomining sifatiga talab diagrammasini tuzing.

XXI b o b

O‘ZBEK MILLIY QUYUQ TAOMLARI

O‘zbek milliy quyuq taomlari juda to‘yimlidir. Chunki ular tarkibidagi masalliqlar ko‘proq go‘sh, sabzavot, yorma, don dun, tuxum, quritilgan meva va hokazolardan tashkil topgan bo‘ladi. Taomlarni tayyorlashda qovurish, qaynatish, ochiq olovda yoki bug‘da pishirish, tandirda yopish, dimlash, murakkab issiq ishlovlarni qo‘llash mumkin. O‘zbek milliy quyuq taomlarini tayyorlashda o‘choq-qozonlardan, mantiqasqonlardan, kabob qo‘ralardan, tandirlardan va boshqa milliy jihozlardan, chovli, kagpir, o‘qlov, chopqi va shunga o‘xshash asbob-anjomlardan foydalaniladi.

O‘zbek milliy quyuq taomlarining aksariyati bir qozonda yetilishi jarayoni hisobga olingan holda ketma-ket solib pishiriladi. Aksariyat taomlarni garnir va sardaklari bilan birga qo‘shilgan holda pishirish ba‘zan esa garnirlari alohida pishirilib, dasturxonga tortishda qo‘shib berilganini uchratish mumkin. Ba‘zi o‘zbek milliy quyuq taomlarining masalliq vazni bir xil bo‘lishi bilan birga ularni pishirish va dasturxonga tortish mahalliy aholi urf-odati bo‘yicha o‘ziga xos bo‘lishi mumkin. Yuqoridagi va ayrim boshqa sharoitlarni hisobga olgan holda o‘zbek milliy quyuq taomlarini xonaki usulda pishirish turlarini jamlab, umumiy ovqatlanish sharoitlari ko‘zda tutilgan holda moyillashtirish bizning asosiy maqsadimizdir. Milliy iste‘mol qobiliyati va iste‘molda ishlatiladigan masalliq turiga qarab o‘zbek milliy quyuq taomlarini shartli ravishda kartoshka, sabzavot, yorma, dukkakli, go‘sh mahsulotlaridan pishiriladigan taomlar hamda xamir mahsuloti taomlari turlari asosida ifodaladik.

21.1. KARTOSHKA, SABZAVOT, YORMA, DUKKAKLI VA GO‘SHT MAHSULOTLARIDAN TAYYORLANADIGAN TAOMLAR

Kartoshka va sabzavotlardan tayyorlanadigan taomlarning aksariyati dimlab pishiriladi. Ularni pishirishda issiq ishlov berish qoidalariga qat‘iy rioya qilish asosiy mezondir. Issiq ishlov berish natijasida taom tarkibidagi vitaminlar, mineral moddalar, xushxo‘rlik beruvchi masalliq va boshqa oziqaviy mahsulotlar yaxshi saqlanib qoladi. Bunday taomlarni dasturxonga tortishda ko‘kat va qo‘shimcha garnir sifatida beriladigan yangi yoki tuzlangan savzavotlarning ham uziga xos ahamiyati

bor. Kartoshka va sabzavotlar go'sht bilan qo'shib pishirilgan taomlar kundalik iste'molda ko'p ishlatiladi. Bu taomlar *jarkoplar* deb nomlanib, ularning bir necha turlarini quyida ko'rib o'tamiz.

Yorma, dukkakli mahsulotlardan pishiriladigan aksariyat quyuq taomlarga go'sht mahsulotlari qo'shiladi. Bunday taomlardan biz quyida palov, shovla, moshkichiri, no'xat, sho'rak va hokazolar bilan tanishamiz. Ko'p tarqalgan go'shtli quyuq taomlardan biri kabob bo'lib, qo'y, mol, parranda go'shtlari, jigardan o'ziga xos usulda pishirilib, dasturxonga tortilishi mumkin. Ulardan ba'zilarini biz quyida ko'rib chiqamiz.

Kartoshka biyron. Qozondagi dog'langan o'simlik yog'iga boshpiyoz (halqa-halqa to'qralgan) solib chala qovuriladi, ustiga sovuq ishlovdan o'tkazib, parrak-parrak qilib kesilgan kartoshka solib, u ham 5—8 minut qovuriladi, keyin ozgina suv solib, usti berkitilib, past haroratli olovda dimlab pishiriladi. Tayyor taom o'rtacha kattalikdagi taqsimchaga uyib solinib, ko'kat, pomidor yoki bodring bilan bezab, dasturxonga tortiladi.

Piyoz 131 g, kartoshka 251 g, o'simlik yog'i 30 g, suv 24 g. Sof og'irligi 300 g.

No'xatsho'rak. No'xat saralanib, yuvilib, 5—6 soat davomida ivitiladi (1 kg no'xatga 2,5 l suv hisobida). No'xat o'zining ivitilgan suvida qaynash darajasiga yetkazilib, usti yopilgan holda past haroratda miltillatib qaynatilib, yumshoq holga keltiriladi, pishgandan so'ng ta'bga ko'ra tuz solib aralashtiriladi. Pishgan no'xat taqsimchaga uyib solinib, ustiga mayda to'qralgan bosh piyoz va ko'kat aralashmasi qo'yib dasturxonga tortiladi.

No'xat 121 g, piyoz 24 g, ko'kat 6 g. Sof og'irligi 275 g.

Moshkichiri. Birlashtiruchi to'qimasi o'rtacha qo'y yoki mol go'shti 10—15 g hisobida kubik qilib kesiladi. Qozondagi dog'langan o'simlik yog'iga go'sht solib, yuzida qizg'ish qobiq hosil bo'lguncha, boshpiyoz solib qizarguncha keyin sabzi solib biroz qovuriladi, sovuq go'sht yoki suyak qaynatilgan sho'rva yoki suv bilan birga mosh solib, qaynash darajasigacha miltillatib, saralab yuvilgan guruch solib, vaqti-vaqti bilan kovlagan holda qaynatiladi. Moshkichiri pishishidan avval ta'bga ko'ra tuz solinadi. Taom taqsimchaga solinib, yuziga qizartib qovurilgan piyoz solib dasturxonga tortiladi.

Mol go'shti 162 g yoki qo'y go'shti 150 g, o'simlik yog'i 20 g, piyoz 24 g, sabzi 13 g, mosh 56 g, guruch 40 g. Sof og'irligi 360. Sardak uchun: piyoz 36 g, o'simlik yog'i 10 g. Umumiy sof og'irligi 400 g.

Tuxum do'lma. Birlashtiruvchi to'qimasi ko'p bo'lgan mol yoki qo'y go'shti qiymaligichdan bir marta o'tkaziladi. Oq bo'lka non suv yoki sutda bo'ktirilib,

go'sht qiymasi bilan aralashtirilgan holda yana bir marta qiymalagichdan o'tkaziladi. Bu qiyma quyuq-suyuqligiga qarab suv yoki sut, ta'bga ko'ra tuz solib aralashtirib, urib pishiriladi. Saralab yuvilgan tuxum to'la pishirilib, sovitiladi, po'chog'idan tozalanadi va pishgan go'sht qiymasiga bir xil qalinlikda o'raladi. Keyin lezonga (xom tuxum, sut yoki suv, tuz aralashmasi) botirilib, urvoqqa (qotgan non talqoni) belanadi. Pishgan tuxum do'lma yarim tayyor masallig'i dog'langan yog'da qizg'ish qobiq hosil bo'lguncha qovuriladi, tovaga qo'yib, qovurish shkafida pishiriladi. Sabzi, piyoz, tomat, un, go'sht yoki suyak sho'rvasi yordamida asosiy sardak tayyorlanadi.

Sovuq ishlovdan o'tgan kartoshka ko'p yog'da qovurib pishiriladi va o'rtacha kattalikdagi taqsimchaga uyib qo'yilib, yoniga pishgan tuxum do'lma, uning yoniga qizil sardak qo'yilib, ko'kat va qo'shimcha garnir (yangi yoki tuzlangan pomidor, bodring) bilan bezab dasturxonga tortiladi.

Qiyma uchun: mol yoki qo'y go'shti 96 g, bug'doy uni noni 20 g, piyoz 12 g. Do'lma uchun: tuxum 1 dona, urvoq 7 g, ho'llash uchun tuxum 1/2 dona, qovurishga mol yog'i 20 g. Sof og'irligi 140, 200, 340 g.

21.2. JARKOPLAR

Jarkoplarning asosiy masalliqlaridan biri go'sht va kartoshkadir. Ular o'z pishirilish usullari, qo'shiladigan masalliq turlariga ko'ra har xil nomlanishi mumkin. Xonaki usulda jarkoplar yerli aholi urf-odatiga ko'ra o'ziga xos usulda pishiriladi, o'zgacha nomlar bilan nomlangan bo'lishi ham mumkin. Umumiy ovqatlanish korxonalarida pishiriladigan jarkoplarning turlari ham turlicha. Quyida shu jarkoplardan ba'zilari bilan tanishtiramiz.

Jarkop. Birlashtiruvchi to'qimasi o'rtacha qo'y yoki mol go'shti-ning suyaksiz joyidan 25—30 g hisobida kubik qilib kesiladi yoki to'sh, qovurg'a suyakli joylaridan suyagi bilan 35—40 g hisobida kubik shaklida chopib tayyorlanadi. Qozondagi dog'langan o'simlik yog'iga go'sht solib, biroz tuz sepiladi, yuzida qizg'ish qobiq hosil bo'lguncha qovuriladi. Ustidan to'g'ralgan bosh piyoz solib, qizarguncha sabzi (palacha yoki maydasi butun, kattasi 2—4 ga bo'lingan), biroz tomat yoki yupqa to'g'ralgan pomidor solib, qizartirib qovuriladi. Ozroq go'sht, suyak sho'rvasi yoki suv solib, biroz qaynatiladi. Kartoshka solib, usti qopqoq bilan berkitiladi, dimlanib pishishidan avval ta'bga ko'ra tuz, ziravor solinadi.

Jarkop o'z masallig'i bilan taqsimchaga uyib solinib, ko'kat va qo'shimcha garnir bilan bezab, dasturxonga tortiladi.

Mol go'shti 162 g yoki qo'y go'shti 150 g, o'simlik yog'i 13, kartoshka 300 g, piyoz 30 g, sabzi 50 g, tomat 6 g yoki pomidor 33 g. Sof vazni 320 g.

Non jarkop. Birlashtiruvchi to‘qimasi o‘rtacha qo‘y yoki mol go‘shiti jarkopdagiga o‘xshash kesiladi. Dog‘langan yog‘ga go‘shiti, piyoz, sabzi, tomat yoki yupqa to‘g‘ralgan pomidor solib qovurib, ozroq suv yoki go‘shiti, suyak sho‘rvasi bilan birga biroz qaynatiladi. Ishlovdan o‘tgan kartoshka solib 5–10 minut dimlangandan keyin o‘rtacha kubik shaklida kesilgan qotgan obi non solib, aralastirilgan holda dimlash davom ettiriladi, pishishdan avval tuz, ziravor solinadi. Non jarkop taqsimchaga uyib solinib, atrofi qo‘shimcha garnir va ko‘kat bilan bezatilib, dasturxonga tortiladi.

Mol go‘shiti 216 g yoki qo‘y go‘shiti 200 g, o‘simlik yog‘i 15 g, kartoshka 160 g, piyoz 30 g, sabzi 50 g, pomidor 33 g, qotgan obi non 50 g, qaynatma yoki suv 200 g. Sof og‘irligi 100, 350 g.

«Samarqand» dimlamasi. Birlashtiruvchi to‘qimasi kam bo‘lgan qo‘y go‘shiti (son, biqin qismi) kishi boshiga 1–2 bo‘lak hisobida kesilib tuz sepiladi, bir kishilik taom uchun mo‘ljallangan sopol ko‘zachaga solinadi. Ustidan kartoshka, sabzi, pomidor, piyoz, chuchuk bulg‘or qalampir, sarimsoq, ko‘kat ustma-ust terilib, ko‘milarli darajada go‘shiti, suyak sho‘rvasi yoki suv solinib, bir bo‘lak sariyog‘ qo‘shib, qovurish shkafiga qo‘yib qaynatib pishiriladi. «Samarqand» dimlamasi sopol ko‘zacha tagiga taqsimcha qo‘yib, alohida taqsimcha bilan dasturxonga tortiladi va iste‘molchi talabiga ko‘ra taom ko‘zachadan bo‘shatiladi.

Qo‘y go‘shiti 200 g, piyoz 30 g, sabzi 38 g, pomidor 59 g, kartoshka 133 g, bolgar qalampir 40 g, sariyog‘ 10 g, sarimsoq 8 g, ko‘kat 14 g, qaynatma yoki suv 20 g. sof og‘irligi 350 g.

Yuqorida ko‘rib chiqilgan jarkoplardan tashqari yana behili jarkop, qovurma «Nukus» jarkopi, tovuq jarkopi, kavkazcha tovuq qovurma, baliq jarkop, dehqon nonushtasi, qovurma kurka va boshqa turdagi jarkoplar ham tayyorlanadi.

21.3. SHOVLALAR

Shovlarning asosiy masalliqlariga go‘shiti, sabzi, guruch kiradi. Ular pishirish usuli va qo‘shimcha masalliqlariga qarab har xil nomlanishi mumkin. Umumiy ovqatlanish korxonalarida tayyorlanadigan shovlalaridan ko‘p tarqalganlariga shovla, qovurma shovla, loviya shovlalar kiradi. Shovlalar tashqi ko‘rinishiga ko‘ra ilashimli bo‘lishi bilan farqlanadi.

Shovla. Birlashtiruvchi to‘qimasi o‘rtacha qo‘y yoki mol go‘shiti 10–15 g hisobida kubik qilib kesiladi. Qozondagi dog‘langan o‘simlik yog‘iga go‘shiti solinib, ustiga tuz sepib, seli biroz kamayguncha, keyin piyoz solib qizarguncha, sabzi solib yumshaguncha qovurib, tomat yoki yupqa kesilgan pomidor solib, 5–10

minut qovurib, suyak qaynatilgan sho'rva yoki suv solinadi. Suyuqlik qaynab chiqqach, saralab yuvilgan guruch solinadi va vaqti-vaqti bilan aralashtirilgan holda qaynatiladi. Pishishdan avval ta'bga ko'ra tuz, ziravor solinadi. Shovla taqsimchaga solinib, ustidan mayda to'g'ralgan ko'kat sepib, dasturxonga tortiladi.

Guruch 113 g, mol go'shti 162 g yoki qo'y go'shti 150 g, piyoz 32 g, sabzi 80 g, pomidor yoki tomat 12 g, o'simlik yog'i 50 g. Sof og'irligi 500 g.

Qovurma shovla. Go'sht yuqoridagi usulda tayyorlanadi. Qozon-dagi dog'langan yog'ga go'sht solib, qizg'ish qobiq hosil bo'lguncha, piyoz solib qizarguncha sabzi solib yumshaguncha qovuriladi. Keyin kartoshka solib bir aylantirib qovurib, tomat yoki yupqa to'g'ralgan pomidor, saralab yuvilgan guruch solib, yana 5—10 minut qovuriladi. Qovurish oxirida suv yoki go'sht, suyak sho'rvasi solinib, vaqti-vaqti bilan aralashtirilgan holda, pishishidan avval ta'bga ko'ra tuz, ziravor solinadi. Qovurma shavla taqsimchaga solinib, ustidan mayda to'g'ralgan ko'kat sepib dasturxonga tortiladi.

Guruch 85 g, qo'y go'shti 150 g yoki mol go'shti 162 g, piyoz 32 g, kartoshka 37 g, sabzi 80 g, pomidor yoki tomat 12 g, o'simlik yog'i 57 g. Sof og'irligi 500 g.

Loviya shovla. Qo'y yoki mol go'shti shovla taomidagiga o'xshash kesilib, qozondagi dog'langan yog'da qovuriladi. Piyoz, sabzi, tomat yoki pomidor ham shavla o'xshash qovurilgandan so'ng sovuq suv (guruch va loviya vazniga nisbatan 3 baravar ko'p) bilan birga saralanib yuvilib, 5—6 soat bo'ktirilgan loviya solinib, miltillatib qaynatiladi. Loviya chala pishgach, saralab yuvilgan guruch solinib, vaqti-vaqti bilan aralashtirib qaynatiladi, pishishidan avval ta'bga ko'ra tuz, ziravor solinadi. Taqsimchaga loviya shavla solinib, ustidan mayda to'g'ralgan ko'kat sepib, dasturxonga tortiladi.

Guruch 68 g, qo'y go'shti 150 g yoki mol go'shti 162 g, piyoz 32 g, sabzi 80 g, pomidor yoki tomat 12 g, o'simlik yog'i 50 g, loviya 45 g. Sof og'irligi 500 g.

21.4. PALOVLAR

O'zbek milliy quyuq taomlari ichida eng ko'p tarqalganlaridan biri palovdir. O'zbek taomlari ichida palov o'ziga xos taom bo'lib, pishirish sirlarini chuqur o'rganishni talab qiladi. O'zbekistonning har bir hududi va viloyatida o'ziga xos usulda pishiriladi va dasturxonga tortiladi. Masalan, Toshkent, Farg'ona vodiysi, Samarqand, Buxoro, Xorazm vohalarida damlangan palovlar bir-biridan o'ziga xosligi bilan farqlanadi. Ularning tashqi ko'rinishi, pishirish texnologiyasi, ta'mi, ishlatiladigan masalliqlar turlari, taomni dasturxonga tortish qoidalari o'ziga xos

bo'ladi. Lekin bu palovlarning asosiy masalliqlarini piyoz, sabzi, guruch, go'sht, yog', tuzlar tashkil etadi. Barcha xildagi palov masalliqlariga sovuq va issiq ishlovlar umumiy qoidaga asoslangan holda amalga oshiriladi. Quyida palov turlaridan ba'zilari bilan tanishtiramiz.

O'zbekcha palov. Saralab, yuvilgan guruch tuzli suvda ivitiladi. Birlashtiruvchi to'qimasi o'rtacha mol yoki qo'y go'shti kubik shaklida kesib tayyorlanadi. Palov 10 porsiyagacha tayyorlansa, go'shtni kubik shaklida kessa ham bo'ladi. Bunda palovning pishish muddati birmuncha kamayadi.

Qozondagi dog'langan o'simlik yog'iga go'sht solinib qizg'ish qobiq hosil bo'lguncha, yarim halqa shaklida to'g'ralgan piyoz solib qizarguncha, somoncha qilib to'g'ralgan sabzi solib yumshaguncha qovuriladi va suv (guruch vazniga teng bo'lgan holda) ta'bga ko'ra tuz, ziravor solib, 20—30 minut qaynatiladi. Ivitilgan guruchning suvi silqitilib, qozonga bir tekis yoyib solinadi, qaynatilganda suyuqlik kamayadi. Bunda guruch 2—3 marta aralashtirilishi kerak. Guruch qozondagi suvni tortgandan so'ng qopqog'i yopilib, 30—40 minut davomida damlanadi. Pishgan palovning usti ochilib, katta bo'lakli go'sht ajratib olinib, 15—20 g li kubik shaklida kesiladi. Qozondagi palov aralashtirilib, lagan yoki kosaga uyib suziladi, ustiga go'sht qo'yilib, dasturxonga tortiladi.

Qo'y go'shti 110 g yoki mol go'shti 113 g, guruch 100 g, piyoz 30 g, sabzi 100 g, o'simlik yog'i 30 g. Sof og'irligi 350 g.

Palov uchun alohida achchiq-chuchuk, turp salati va shunga o'xshash salatlardan berish ham mumkin.

Mayizli palov Saralab, yuvilgan guruch tuzli suvda ivitiladi. Qozondagi dog'langan o'simlik yog'iga halqa-halqa qilib to'g'ralgan piyoz solib qizarguncha, sabzi (somoncha qilib to'g'ralgan) solib yumshaguncha qovuriladi, suv (guruch vazniga teng miqdorda), tuz, ziravor (zira, qoraqand) solib, 10—15 minut miltillatib qaynatiladi. Keyin bir xil qalinlikda saralab, yuvilgan sariq mayiz, uning ustidan ivitilgan guruch yoyib solinib, o'rtacha haroratda qaynatiladi, guruch 2—3 marta aralashtirilib, qozondagi suv kamaytiriladi. Qozondagi suvni guruch tortib bo'lgandan keyin olov pasaytirilib, qozonning qopqog'i yopilgan holda 25—30 minut damlanadi. Pishgan palov aralashtiriladi. Taom taqsimcha yoki kosaga solinib, dasturxonga tortiladi.

Guruch 80 g, piyoz 42 g, sabzi 81 g, o'simlik yog'i 30 g, sariq mayiz 31 g, dorivor (qoraqand, zira) 1 g, ko'kat 7 g. Sof og'irligi 310 g.

Bayram palovi. Go'sht o'zbekcha palovdagidek tayyorlanadi. Saralab, yuvilgan guruch tuzli suvda ivitiladi. No'xat saralab, yuvilib, 5—6 soat ivitiladi. Qozondagi dog'langan o'simlik yog'iga go'sht solib qizarguncha, yarim halqa to'g'ralgan

piyoz solinib, bu ham qizarguncha, sabzi (somoncha shaklida) solinib, yumshaguncha qovuriladi, sovuq suv, ivitilgan no'xat, ziravor, saralab yuvilgan sariq mayiz solinib, miltillatib 25—30 minut qaynatiladi. Ta'bga ko'ra tuz va ivitilgan guruch suvi silqitib bir xil qalinlikda qozonga yoyib solinib, o'rtacha olovda qaynatiladi. Qozondagi suv qaynaguncha guruch 2—3 marta aralash tiriladi. Guruch suvni tortgandan keyin qopqoq yopilib, olovni pasaytirgan holda 30—40 minut damlanadi. Tayyor palov ochilib, go'shti ajratilib to'g'raladi. Qozondagi palov aralash-tirilib, taqsimcha yoki kosaga solinib, ustiga go'sht qo'yib, dasturxonga tortiladi.

Qo'y go'shti 166 g yoki mol go'shti 170 g, guruch 145 g, piyoz 60 g, sabzi 163 g, o'simlik yog'i 60 g, no'xat 15 g, mayiz 16 g. Sof og'irligi 530 g.

Tuxum palov. Bu palovni tayyorlash «O'zbekcha palov»ga o'xshash lekin mayiz va qoraqand solinib tayyorlanadi. Alohida idishda saralab yuvilgan tuxum tuzli suvda to'la pishirilib, po'chog'idan tozalanadi. Palov taqsimcha yoki kosaga uyib solinib, ustiga parraklab kesilgan pishgan tuxum qo'yib, dasturxonga tortiladi.

Guruch 100 g, piyoz 30 g, sabzi 100 g, o'simlik yog'i 30 g, tuxum 1 dona. sof og'irligi 340 g.

Umumiy ovqatlanish korxonalarida yuqorida ko'rib chiqilgan palov turlaridan tashqari no'xatli palov, kovatok palov, behili palov, sarimsoqli palov, qashqadaryo to'y palovi, loviya palov, tovuq palov, xalta palov, chumchuq tili palov, bedana palov, devzira guruch palov, tojikcha, ozarbayjoncha hamda boshqa palovlar tayyorlanadi. Ularning pishirish usullari o'xshash bo'lib, lekin qo'shilgan qo'shimcha masalliq lari bilan yoki bir masalliq boshqasi bilan almashtirilgani farqlanadi.

21.5. KABOBLAR

O'zbek milliy taomlarida kaboblar ham ma'lum o'rinni egallagan. Kaboblar qo'y, mol, parranda go'shtlaridan, qiymalaridan, jigardan tayyorlanadi. Kabob pishirishda go'sht chopilib, piyoz, tuz, ziravorlar yordamida marinadlanadi. Keyin sixga tortib, tutunsiz, cho'g' alangasida ko'p yog'da yoki asosiy usulda qovurib, pishiriladi. Jigardan tayyorlanadigan kabob uchun bu jarayon ozgina boshqacha bo'ladi. Dasturxonga tortishda yoniga mayda to'g'ralgan piyoz va ko'kat aralashmasi, ustidan sirka sepib beriladi, ba'zi hollarda yangi tuzlangan sabzavot salatlaridan berish ham mumkin. Quyida kaboblardan ayrimlari bilan tanishtiramiz.

O'zbekcha kabob. Birlashtiruvchi to'qimasi kam bo'lgan qo'y go'shti 12—15 g hisobida kubik qilib to'g'raladi. Bosh piyoz mayda chopiladi. Tayyorlangan go'sht, piyoz, tuz, yanchilgan qizil qalampir, kashnich urug'i, zira yaxshilab aralashtirilib, 3—4 soat sovuq joyga qo'yib, marinadlanadi. Marinadlangan go'sht besh-olti dona hisobida sixga tortiladi. Bunda six oxiriga yog'liq go'sht yoki dumba tortilishi kerak. Sixga tortilgan kabob tutunsiz cho'g'da qovuriladi. Kabob o'z sixi bilan yoki sixdan bo'shatilgan holda taqsimchaga qo'yilib, bir chetiga mayda to'g'ralgan piyoz va ko'kat solinib, ustidan 3% li sirka quyib dasturxonga tortiladi.

Qo'y go'shti 110 g yoki mol go'shti 107 g, piyoz 24 g, yanchilgan qizil qalampir 0,4 g, zira 0,06 g, kashnich urug'i 0,1 g, tuz 2 g, piyoz 12 g, 3% li sirka 13 g. Sof og'irligi 60 g.

Qiyma kabob. Birlashtiruvchi to'qimasi o'rtacha qo'y yoki mol go'shti mayda panjarali go'sht qiymalagichdan o'tkaziladi. Bosh piyoz mayda chopilib, go'sht qiymasi, tuz, kashnich urug'i, zira, yanchilgan qalampir bilan aralashtirib, urib pishiriladi, 2—3 soat sovuq joyda marinovkalanadi. Qiyma bo'laklarga bo'linib, uzun silindr shakli berilgan holda sixga tortiladi. Tutunsiz cho'g'da qizg'ish qobiq hosil qilguncha qovuriladi. Kabob o'z sixi bilan yoki sixdan ajratilib, taqsimchaga qo'yilib, yoniga to'g'ralgan bosh piyoz va ko'kat aralashmasi, ustidan sirka sepib dasturxonga tortiladi.

Qo'y go'shti 97 g yoki mol go'shti 94 g, piyoz 12 g, qizil qalampir 0,4 g, zira 0,06 g, kashnich urug'i 0,1 g, tuz 2 g, piyoz 12 g, 3% li sirka 12 g. Sof og'irligi 60 g.

Jigar kabob. Qo'y yoki mol jigari tozalanib, 10—12 g hisobida kubik qilib to'g'raladi. Qo'y dumba yog'i 5—10 g hisobida kubik qilib to'g'raladi. Sixga jigar va dumbalar tortilib, ustidan tuz va yanchilgan qalampir sepilgan zahoti tutunsiz cho'g'da qobiq hosil qilguncha qovuriladi. Kabob o'z sixi bilan yoki sixdan olib, taqsimchaga qo'yilib, yoniga mayda to'g'ralgan piyoz va ko'kat joylab, ustiga sirka sepib dasturxonga tortiladi.

Qo'y jigari 114 g yoki mol jigari 120 g, dumba yog'i 36 g, qizil qalampir 0,4 g, tuz 2 g, piyoz 12 g. Sof og'irligi 110 g.

Umumiy ovqatlanish korxonalarida yuqorida ko'rib chiqilgan kaboblardan tashqari yana maxsus kabob, tovuq kabob, «Toshkent» qozon do'lmasi, baliq kabob, turkcha kabob, cho'l kabob (turkmancha), barra kabob, quyon kabob, rohati kabob(tojikcha), bedana kabob, tandir kabob va boshqa turdagi kaboblar ham tayyorlanishi mumkin.

21.6. XAMIR MAHSULOTDAN TAYYORLANADIGAN TAOMLAR

O'zbek pazandachiligida xamirdan tayyorlanadigan maxsus taomlarni ko'p uchratish alohida yoki ba'zi ichimliklar bilan birga iste'mol qilish mumkin. Xamirdan tayyorlangan milliy nonlar boshqa taomlar iste'molida ishlatiladi. Xamir taomlar uchun ko'pincha un, tuzli suv, tuxum, ba'zan ular turiga qarab sut, suv, shakar, tuxum, yog', go'sht va boshqa masalliqlar ishlatilishi mumkin. O'zbek milliy xamir taomlariga chuchvara, manti, xunon, lag'mon, mampar, shima, norin va boshqalar kiradi. Ular o'z tayyorlanish usullari, tarkibidagi masalliq miqdori va turiga ishlov berish qoidalariga qarab o'ziga xos nomlar bilan atalishi mumkin.

Xamirdan tayyorlanadigan taomlarga somsalar, passix (ponchik)lar, bo'g'irsoqlar, sangza, qush tili, o'rama, gumma (pirojki) va boshqalar kiradi. Ular ham tarkibidagi masalliq turi, ishlov berish texnologiyasi, shakli, tashqi ko'rinishi, mazasi va boshqa ko'rsatkichlari bilan bir-biridan farqlanadi.

O'zbek nonlarini har bir hudud va viloyatda mahalliy aholi o'sha joy sharoitlari, urf-odatlarini asosida o'ziga xos tayyorlashi sir emas. Umumiy ovqatlanish korxonalarida tayyorlanib kelayotgan non turlariga obi non, piyozli non, mehmon non, shirmoy non, yog'li patir va boshqalar kiradi. Quyida xamir mahsulotidan tayyorlanadigan ba'zi taomlar bilan tanishtiramiz.

Lag'mon. Elangan un uyilib, o'rtasi ochilib, tuzli suv yordamida xamir qorilgach, ho'l mato bilan yopib tindiriladi. Lag'mon xamiriga o'qlovda yoyib, keyin kesib, shakl beriladi. Lag'mon mashinadan o'tkazilib, to'shama, cho'zma usulda shakl beriladigan bo'lsa, xamir biroz yumshoq qorilishi kerak.

Lag'mon xamiriga kesma usulda shakl berish uchun tindirilgan xamir o'qlov yordamida qalinligi 1—1,5 mm qilib, doira shaklida yoyiladi, ustiga biroz un sepilib, taxtakach ustiga taxlanadi va kengligi 2—3 mm lenta shaklida kesiladi. Pishirishdan avval un qoldiqlari qoqib ajratiladi. Lag'mon xamiriga cho'zma usulda shakl berish uchun tindirilgan xamir bo'laklarga bo'linib, uzun naycha shakli beriladi, yog' surtilib, doira ko'rinishida o'rab, usti ho'llangan mato yoki sellofan qog'oz bilan yopilib, 5—10 minut tindiriladi. Keyin bu xamir yana ingichka qilib cho'zilib, tindirilib, qalinligi 1—1,5 mm li uzun naycha shakliga kelguncha bir bor qaytariladi.

Lag'monga vaju (qayla) tayyorlash uchun birlashtiruvchi to'qimasi o'rtacha mol yoki qo'y go'shti mayda kubik, piyoz, bulg'or qalampiri (chuchugi) halqa-halqa yoki yarim halqa, sabzi, turp, kartoshka mayda kubik qilib to'g'raladi

Qozondagi dog'langan o'simlik yog'iga go'sht solib, aylantirib, ustiga tuz sepib qizg'ish qobiq hosil bo'lguncha, piyoz solib qizarguncha, sabzi, turp, bolgar qalampiri solib, biroz yumshaguncha, tomat yoki yangi pomidorni pallalab solib qizarguncha qovuriladi va go'sht, suyak sho'rvasi yoki suv solgach, milti-

latib qaynatiladi. Kartoshka pishishidan oldin mayda to'g'ralgan sarimsoq, ta'bga ko'ra tuz, ziravor solinadi.

Lag'mon xamiri qaynab turgan tuzli suv yoki sho'rvada chayib, kosaga solinadi, ustidan vaju (qayla) solib, bir chetiga mayda to'g'ralgan ko'kat qo'yib, taqsimchada dasturxonga tortiladi. Lag'mon uchun alohida idishda «lozi» berish mumkin.

Bug'doy uni 150 g, suv 60 g, o'simlik yog'i (moylashga). Vaju uchun: qo'y go'shti 99 g yoki mol go'shti 107 g, o'simlik yog'i 25 g, piyoz 18 g, sabzi 38 g, chuchuk qalampir 33 g, turp 21 g, pomidor yoki tomat 20 g, kartoshka 51 g, sarimsoq 5 g, suv 150 g, ko'kat 7 g, lozi 2 g. Sof og'irligi 50/270/580 g.

Lozi. Pazandachilik sovuq ishlovidan o'tgan sarimsoq mayda to'g'ralib, yanchilgan qizil qalampir dog'langan o'simlik yog'i qo'shilgan holda aralashtirib tayyorlanadi.

Sarimsoq 436 g, yanchilgan qizil qalampir 220 g, o'simlik yog'i 490 g. Sof og'irligi 1000 g.

Qovurma lag'mon. Elangan un tuzli suv yordamida lag'monga o'xshash xamir qoriladi. Xamirga shakl berish usullari ham lag'monga o'xshash, lekin ikki baravar qalin qilib pishiriladi.

Birlashtiruvchi to'qimasi o'rtacha mol yoki qo'y go'shti mayda kubik qilib to'g'ralib, qozondagi dog'langan o'simlik yog'ining yarmida bir aylantirib, ozgina tuz sepib, qizg'ish qobiq hosil qilguncha, to'g'ralgan piyoz solib qizarguncha, tomat yoki yupqa kesilgan pomidor solib, bu ham qizarguncha qovuriladi, keyin oz miqdorda suv quyib biroz dimlanadi, so'ngra suyuqlikni bug'lantirib, mayda to'g'ralgan sarimsoq solinadi.

Xom tuxum chaqib, po'chog'i ajratiladi, idishga solib, biroz tuz qo'shib, ko'pirarli darajada aralashtiriladi, yog'lab qizdirilgan tovaga yupqa solinib, ikki yoqlama qovurib, quymoq pishiriladi. Quymoq sovutilib, somoncha qilib to'g'raladi.

Pishirib tayyorlangan lag'mon xamiri uzunligi 7—10 sm qilib kesilib, qozondagi dog'langan o'simlik yog'ining qolgan yarmiga solib, quymoq bilan birga 7—10 minut tayyorlangan sabzavotli go'sht aralashmasini qo'shib, yana 5—7 minut qovurilgach, tayyor bo'lishidan oldin ta'bga ko'ra tuzi rostlanadi.

Qovurma lag'mon taqsimchaga uyib solinib, ustidan mayda to'g'ralgan ko'kat sepib dasturxonga tortiladi.

Bug'doy uni 150 g, suv 60 g, xamir 205 g, pishgan ugra 270 g, moylash uchun o'simlik yog'i 30 g, qo'y go'shti 107 g yoki mol go'shti 119 g, o'simlik yog'i 30 g, piyoz 130 g, pomidor yoki tomat 18 g, sarimsoq 8 g, tuxum 1 dona, ko'kat 5 g. sof og'irligi 75/465 g.

Shima. Xamir tayyorlash va shakl berish usullari lag‘mondagiga o‘xshash bo‘lib, lekin lag‘monga nisbatan 2 marta ingichka qilib, pishiriladi. Xuddi qovurma lag‘mon tayyorlagandagiga o‘xshash usulda tuxumdan quymoq tayyorlanib, to‘g‘raladi. Birlashtiruvchi to‘qimasi o‘rtacha qo‘y yoki mol go‘shini mayda kubik qilib kesib, qozondagi dog‘langan o‘simlik yog‘ida qizg‘ish qobiq hosil qilguncha piyoz solib qizarguncha, tomat yoki yupqa to‘g‘ralgan pomidor solib, u ham qizarguncha qovurilgandan keyin suyak yoki go‘st sho‘rvasi yoki suv solib 8—10 minut miltillatib qaynatiladi, mayda to‘g‘ralgan sarimsoq solib, tayyor bo‘lishidan avval ta‘bga ko‘ra tuz, ziravor qo‘shilib, shima uchun vaju (qayla) tayyorlanadi.

Pishgan shima xamiri qaynab turgan tuzli suv yoki sho‘rvada chayilib, kosaga solinadi, ustiga shima vajusi, uning ustidan quymoq va bir chetiga mayda to‘g‘ralgan ko‘kat solinib, taqsimchada dasturxonaga tortiladi.

Bug‘doy uni 125 g, suv 50 g, (xamir 170 g, pishgani 225 g,) yog‘ 3 g, qo‘y go‘shiti 99 g yoki mol go‘shiti 107 g, o‘simlik yog‘i 20 g, piyoz 113 g, pomidor 43 g yoki 8 g, suv 150 g, sarimsoq 10 g, (vaju 280) tuxum 1 dona, o‘simlik yog‘i 5 g, ko‘kat 7 g. Sof og‘irligi 50/225/280/550 g.

Mampar. Elangan undan tuzli suv yordamida sal qattiqroq xamir qoriladi va tindiriladi. Tindirilgan xamir 30—50 g dan bo‘laklarga bo‘linib, qalinligi 4—5 mm li lenta shakliga keltiriladi, biroz cho‘zgan holda eni 1,5—2 sm li kvadrat shaklidagi xamirdan qo‘lda uzib, qaynab turgan tuzli suvga tashlanadi, pishgach, suvda chayib silqitiladi, mamparning pishgan xamiri tayyorlandi, so‘ngra dog‘lanib sovitilgan o‘simlik yog‘i bilan yog‘lanadi.

Vajusini tayyorlash uchun: birlashtiruvchi to‘qimasi o‘rtacha qo‘y yoki mol go‘shiti kubik qilib to‘g‘ralib, qozondagi dog‘langan o‘simlik yog‘iga solinib qizarguncha to‘g‘ralgan piyoz solib toiat yoki pomidor bilan qizarguncha to‘g‘ralgan bolg‘ar qalampiri solib 8—10 minut qovuriladi, so‘ngra go‘st, suyak sho‘rvasi yoki suv solib 8—10 minut miltillatib qaynatilgach, mayda to‘g‘ralgan sarimsoq solinadida, tayyor bo‘lishidan avval ta‘bga ko‘ra tuz, ziravor solib, mampar vajusi tayyorlanadi. Mampar vajusi suyuqligidan ozgina suzib olib, xom tuxum chaqib pishiriladi.

Pishgan mampar xamiri qaynab turgan tuzli suv yoki sho‘rvada chayilib, kosaga solinadi, ustiga mampar vajusi solib, unga pishgan tuxum qo‘shiladi, bir chetiga mayda to‘g‘ralgan ko‘kat solib, taqsimchada dasturxonaga tortiladi.

Xamir uchun: bug‘doy uni 116 g, suv 54 g, tuz 3 g, moylashga yog‘ 3 g, (xamir 168 g, pishgani 225 g). Vajusiga: qo‘y go‘shiti 99 g yoki mol go‘shiti 107 g, pomidor 100 g yoki tomat 18 g, piyoz 48 g, chuchuk qalampir 27 g, o‘simlik yog‘i 20 g, sarimsoq 10 g, suv 150 g, tuxum 1 dona. Sof og‘irligi 50/225/510 g.

Norin. Elangan undan tuzli suv yordamida qattiq xamir qorilib, 30—50 minut tindiriladi. Qalinligi 2—3 mm xamir qo'lda yoki mashinada yoyilib, eni 20x10 sm li kvadrat qilib kesilib, qaynab turgan tuzli suv yoki go'sht, suyak sho'rvasida pishiriladi. Xamir sho'rvadan suzib olinib, quruq mato yoki stol ustiga yoyiladi, yuzidagi suyuqligi selgitilib, sovutiladi. Keyin dog'lanib, sovutilgan o'simlik yog'i surtiladi, eni 4—5 sm li lenta qilib kesilib, ustma-ust qo'yilib, eni 1—2 mm li somoncha qilib to'g'rab, norin xamiri tayyorlanadi.

Birlashtiruvchi to'qimasi o'rtacha mol yoki qo'y go'shti pishirib sovutiladi. Xonaki usulda ziralangan mol, ot, qo'y go'shti va qazilardan tayyorlanishi ham mumkin. Pishgan go'sht somoncha qilib to'g'raladi va ta'bga ko'ra zira bilan bosh piyoz halqa-halqa yoki yarim halqa qilib to'g'ralib, yanchilgan qora murch bilan aralashtiriladi. Pishgan xamir va go'shtni o'zaro bir xil aralashtirib, norin tayyorlanadi. Norin taqsimchaga uyib solinib, ustiga murch sepib, aralashtirilgan piyoz solib dasturxonga tortiladi.

Dasturxonga go'sht sho'rvasi bilan «ho'l norin» ham tortilishi mumkin. Buning uchun norin kosaga solinib (275 g hisobida), ustidan go'sht yoki qazi qaynatilgan sho'rva (225 g hisobida) quyiladi, murch, to'g'ralgan piyoz sepiladi.

Xamir uchun: bug'doy uni 346 g, (shu jumladan, urvoqqa 34 g.), suv 136 g, tuz 8 g, moylashga o'simlik yog'i 28 g, (pishgan xamir 740 g.). Qo'y go'shti 436 g yoki mol go'shti 438 (pishgan go'sht 200 g), piyoz 71 g, yanchilgan qora murch 0,02 g, zira 0,02 g. Sof og'irligi 1000 g.

Chuchvara. Birlashtiruvchi to'qimasi o'rtacha qo'y yoki mol go'shti qiymalagichdan o'tkazilib, mayda to'g'ralgan bosh piyoz, ta'bga ko'ra tuz, ziravor qo'shib aralashtirib chuchvara uchun go'sht qiymasi tayyorlanadi.

Elangan un, xom tuxum, tuzli suv yordamida biroz qattiq xamir qorilib, 30—40 minut tindiriladi, qo'lda yoki mashina yordamida qalinligi 1,2—2,0 mm, kengligi, eni 50x50 mm kvadrat qilib kesib, chuchvara xamiri tayyorlanadi. Chuchvara xamiri o'rtasiga go'sht qiymasi 5—7 g hisobida solinib, ikki qarama-qarshi burchaklari birlashtirilib, qiyma atrofidagi xamir qayrilib, ikkita quloqcha hosil qilinadi, ikki ostki uchlari o'zaro halqa shaklida aylantirilib birlashtirilgan holda chuchvaraga shakl beriladi, pishirilguncha un sepilgan patnisga terib qo'yiladi.

Qaynab turgan tuzli suvga shakl berilgan chuchvara solinib aralashtiriladi, o'rtacha qaynash darajasiga yetkazib pishiriladi.

Pishgan chuchvara suyuqlikdan suzib olinib, taqsimchaga solinadi, ustiga qattiq solib, ta'bga ko'ra yanchilgan qora murch sepib, dasturxonga tortiladi. Yuqoridagi usulda tayyorlangan chuchvarani dasturxonga «chuchvarali sho'rva» sifatida ham tortish mumkin.

Qiyma uchun: qo'y go'shti 90 g yoki mol go'shti 87 g, piyoz 29 g, suv 18 g, tuz 1 g, yanchilgan qora murch 0,1 g (chiqishi 107 g). Xamiriga: un 58 g, tuxum 1/8 dona, tuz 1 g,

suv 22 g, (chiqishi 83 g, tugilgan chuchvara 185 g, pishgan chuchvara 200 g.), qatiq 32 g yoki smetana (smetana) 15 g, murch 0,02 g. Sof og'irligi 230 g.

Chuchvara pishirishda go'sht qiymasidan tashqari tuxum barak (xorazmcha), ko'k chuchvara, kartoshkali, olchali, tvorogli, qaymoqli va hokazolardan ham foydalanish mumkin.

Yuqorida ko'rib chiqilgan xamir taomlaridan tashqari yana shilpildoq (122), kaish (121), turama (123) tuxumli lag'mon (117), yupqa (141), gilmindi (142), cho'zma (143), qatlama (151), yog'liq lochira (154), balish (156) va boshqalarni ham tayyorlash mumkin.

21.7.MANTILAR

Mantilarni bir nechta usulda, bir necha xil qiymalar bilan tayyorlash dumaloq, cho'ziq, qayiq, to'rtburchak qilib tugish mumkin. Tarkibidagi qiyma turlariga qarab mantilar go'shtli, go'sht va kartoshkali, qovoqli bo'lishi mumkin, shunindek, kartoshkali xonim, xoshan (qozoqcha) kabi tayyorlanishi mumkin.

Elangan un, xom tuxum, tuzli suv yordamida biroz qattiq xamir qorilib, usti ho'l mato bilan yopib, 30—40 minut tindiriladi. g'anday shaklda tugilishiga qarab, xamirga o'ziga xos ishlov beriladi.

Dumaloq manti uchun tindirilgan xamir bo'laklarga bo'linib, uzun zuvalachalar yasaladi, ularga pichoq bilan kesilgan yoki qo'lda uzilgan 25 g li silindr shakli berilib, biroz ezib, doira ko'rinishiga keltiriladi va unlanib, tindiriladi. So'ngra jo'va yordamida cheti yupqa, o'rtasi qalin(2—3 mm), diametri 12—16 sm li doira shakli beriladi.

To'rt burchakli manti uchun tindirilgan xamir o'qlov yordamida yoki mashinada qalinligi 1—2 mm li qilib yoyiladi. Keyin eni 18—20 sm li kvadrat qilib kesiladi.

Go'shtli manti. Birlashtiruvchi to'qimasi o'rtacha qo'y yoki mol go'shti qiymalagichdan o'tkazilib yoki kubik qilib to'g'ralib, mayda chopilgan bosh piyoz, tuz, ziravor bilan aralastirilib go'sht qiymasi tayyorlanadi. Jo'va yordamida doira shaklida yoyilgan manti xamiri o'rtasiga go'sht qiymasi solinib, chetlari birlashtirilgan holda dumaloq yoki qayiq manti tugiladi.

O'qlovda yoki mashinada yoyilib, kvadrat shaklda kesilgan manti xamiri o'rtasiga go'sht qiymasi solinib, qarama-qarshi burchaklari o'zaro oxirgi birlashtirilgan burchaklarning etagi barmoq atrofidan aylantirilgan holda birlashtirilib, o'ziga xos ko'rinishdagi to'rt burchak shakli beriladi.

Tugilgan manti o'simlik yog'i surtilgan qasqon patnislariga terilib, 40 minut davomida bug'da pishiriladi.

Pishgan manti taqsimchaga 2 dona hisobida (har bir donasi 105 g) qo'yilib, ustidan qatiq, ta'bga ko'ra yanchilgan qora murch sepilib, dasturxonga tortiladi.

Xamir uchun: un 38 g, tuxum 1/20 g, suv 13 g, tuz 0,4 g. Qiyma: qo'y go'shti 103 g yoki mol go'shti 100 g, piyoz 88 g, murch 0,02 g, tuz 0,8 g, suv 16 (qiyma 160 g, tugilgan manti 210 g.), moylashga yog' 2 g, qatiq yoki smetana 15 g. Sof og'irligi 240 g.

Qovoqli manti. Elangan un, xom tuxum, tuzli suvda qorilgan xamirga yuqoridagi usulda ishlov berib, shaklga kiritish mumkin. Sovuq ishlovdan o'tgan qovoq kubik qilib, piyoz mayda to'g'ralib, eritilgan mol yog'i yoki dumba yog'i, ta'bga ko'ra tuz, shakar qo'shib aralastirib qiyma tayyorlanadi. Mantini tugish yuqoridagi usulga o'xshash bo'lishi mumkin. Manti yog'langan qasqon patnisiga terilib, 30 minut bug'da qaynatib pishiriladi.

Pishgan qovoqli manti taqsimchaga qo'yilib, ustidan qatiq solib, dasturxonga tortiladi.

Un 38, tuxum 1/2 dona, suv 13 g, tuz 0,4 g, qovoq 157 g, piyoz 48 g, mol yog'i (eritilgani) 8 g, murch 0,02 g, shakar 5 g, tuz 0,8 g, (qovoqli qiyma 160 g, tugilgani 210 g, qasqonni moylashga 2 g, pishgan manti 30 g.), qatiq yoki smetana 15 g. Sof og'irligi 240 g.

Ko'rib chiqilgan mantilardan tashqari yana andijoncha manti (129), qovurma manti (132), go'shtli xunon (133), gul xunon (134), kartoshkali va qovoqli xunon (135, 136), xamir do'lma (137), qovoq barak (138) va boshqa xamir taomlarini tayyorlash mumkin.

21.8. SOMSALAR

O'zbek pazandachiligida somsa pishirishning bir necha turlari mavjud. Somsaning nomlari unga ishlatiladigan xamir va qiymalar turlariga hamda issiq ishlov berish usullariga qarab aniqlanadi. Somsaning oddiy xamirdan, qatlama xamirlaridan tayyorlangan turlari bo'lishi mumkin. Ularga go'sht, qovoq, kartoshka va ko'katlardan tayyorlangan qiymalari shlatiladi. Somsa tandirlarda, qovurish shkaflarida yopiladi, ko'p yog'da qovurilganda issiq ishlov berib dumaloq, to'rtburchak, uchburchak, yarim oy shaklida, oddiy yoki jimjimador qilib pishirilishi mumkin. Ularning 1 dona yoki 2—4 dona qo'shaloq pishirilganlari ham bo'ladi. Oddiy qatlama xamirdan pishirilgan somsa mahalliy xalq orasida varaqi

somsa deb ataladi. Quyida umumiy ovqatlanish korxonalarida pishiriladigan somsalardan ayrimlarini tushuntiramiz.

Kopak somsa. Elangan unga tuzli suv solib, biroz qattiq xamir qoriladi, ustiga ho'l mato yopilib, 30—40 minut tidiriladi. Xamir 1,0—1,5 kg li bo'laklarga bo'linib ishlov berilib, silindr shakliga keltiriladi. 70 g li silindr shaklli xamir peshqon ustiga terilib, ustidan un sepilib, biroz tingandan so'ng bosib, doira shakli beriladi, jo'va yordamida cheti yupqalangach, o'rtasining qalinligi 3—4 sm li doira shaklida yoyiladi.

Birlashtiruvchi to'qimasi o'rtacha mol yoki qo'y go'shti yirik panjarali qiymalagichdan o'tkazilib, mayda chopilgan bosh piyoz, tuz, ziravor bilan aralashtirib qiymasi tayyorlanadi. Mo'ljalidagi dumba yog'i 1 yoki 2 dona hisobida bo'laklanadi. Doira shaklida yoyilgan xamir o'rtasiga go'sht qiymasi, ustidan dumba yog'i solinib, qarama-qarshi tomonlari ustma-ust qo'yilib, so'ngra ikki yon tomonlari uchma-uch qayirib yopishtirilib, oval shaklda somsa tugiladi.

Qizib turgan tandirga biroz tuzli suv sepilib, shakl berib tugilgan somsa bir necha qator qilib yopiladi, tandir suv sepilgan holda 20—30 minut yopib turiladi. Keyin qopqog'i ochilib, somsalar yuzida qizg'ish qobiq hosil bo'lguncha pishirilib, uzib olinadi. Somsalar iste'molchi talabiga ko'ra taqsimchaga donalab qo'yilib, dasturxonga tortiladi.

100 dona somsa uchun: un 4700 g, (shu jumladan urvoq uchun 280 g.), suv 2400 g, tuz 250 g, (xamir 7000 g.), qo'y go'shti 5874 g yoki 5707 g, piyoz 5000 g, dumba yog'i 700 g, tuz 80 g, murch 8 g, (qiyma 9000 g, tugilgan somsa 1000 g.). Sof og'irligi 130 g.

Varaqı kopak somsa. Elangan un, tuzli suv yordamida biroz qattiq xamir qorilib, tindiriladi, undan qo'lda yoki mashinada qalinligi 3—4 mm li yupqa yoyilib, eritilgan mol yog'i surtiladi, rulet shaklida o'ralib, og'irligi 70 g li silindr shaklida kesilib, peshqon ustiga bir qator teriladi, ustiga un sepib, qo'l bilan bilan bosib, doira shakli beriladi, chetlari yupqa, o'rtasi 3—4 mm li doira shaklli somsa pishiriladi.

Qiyma tayyorlash, somsa yopib pishirish va dasturxonga tortish xuddi kopak somsaga o'xshash amalga oshiriladi.

100 dona somsa uchun: un 4600 g (shundan urvoqqa 270 g.), suv 2200 g, tuz 150 g, eritilgan mol yog'i 100 g, (qatlanmagan xamir 7000 g.) qo'y go'shti 5874 g yoki mol go'shti 4707 g, piyoz 5000 g, dumba yog'i 700 g, zira 6 g, murch 8 g, tuz 80 g, (qiyma 9000 g, tugilgan somsa 16000 g.). Sof vazni 130 g.

«Chip-chip» somsa. Kopak somsaga o'xshash usulda xamir qorilib, tindiriladi. Go'sht qiymasi ham kopak somsasidagiga o'xshash tayyorlanadi. Tindirilib, ishlov berib, uzun silindr shakli berilgan xamir 20 g dan uzilib, qolgan ishlovi xuddi kopak somsadagiga o'xshash amalga oshiriladi, o'rtasi qalinligi 2—3 mm li doira shaklida jo'vada yoyiladi. Yoyilgan xamir o'rtasiga go'sht qiymasi, uning ustiga 1

bo‘lak dumba yog‘i qo‘yib, xuddi kopak somsa tugilganiga o‘xshash, lekin biroz uzunroq shaklda tugiladi.

Tugilgan somsaning cho‘ziq yon tomonlari namlanib, ikkitasi birlashtiriladi. Somsani tandirga yopish, pishirish dasturxonga tortish kopak somsadagiga o‘xshash amalga oshiriladi.

100 dona uchun: un 2900 g (shundan urvoqqa 170 g,), tuxum 7,5 dona, suv 1000 g, tuz 60 g, (xamir 4000 g,), qo‘y go‘shiti 4755 g yoki 4020 g, piyoz 4762 g, dumba yog‘i 800 g, tuz 70 g, zira 6 g, murch 6 g, (qiyma 800 g, tugilgan somsa 1200 g, somsaga surtish uchun tuxum 5 dona) asbob-uskunani moylashga o‘simlik yog‘i 35 g. Sof og‘irligi 100 g.

Parmuda somsa. Kopak somsanikiga o‘xshab xamir va go‘sh t qiymasidan tayyorlanadi. Tindirilgan xamir bo‘laklarga bo‘linib, 15 g hisobida silindr shaklida pichoq bilan kesiladi yoki qo‘lda uzib, peshqon ustiga teriladi, ustiga un sepib, qo‘lda bosib, doira shakli beriladi va jo‘va yordamida cheti ingichka, o‘rtasi 1,5—2 mm li doira shaklida yoyiladi. Yoyilgan xamir o‘rtasiga 30 g go‘sh t qiymasi, uning ustidan dumba yog‘i solinib, xamir chetlari xuddi kopak somsanikiga o‘xshash buklab tugiladi. Ikki tomoni namlanib, 4 donasi yopishtiriladi. Tandirda yopib, pishirish xuddi kopak somsanikiga o‘xshash amalga oshiriladi. Agar pramudasomsa elektr qovurish shkafida yopiladigan bo‘lsa, yog‘langan patnisga terilib, ustiga tuxum surtib, 30—40 minut davomida 200—240°C darajada qizg‘ish qobiq hosil qildirib pishiriladi.

Somsa taqsimchaga qo‘yilib, dasturxonga tortiladi.

100 dona uchun: un 4300 g (shundan urvoqqa 300 g,), tuxum 10 dona, suv 1600 g, tuz 100 g, (xamir 6000 g,), qo‘y go‘shiti 7133 yoki mol go‘shiti 6929 g, piyoz 6905 g, dumba yog‘i 1400 g, tuz 100 g, zira 8 g, murch 8 g, (qiyma 1200 g, tugilgan somsa 1800 g, somsaga surtish uchun tuxum 5 dona), asbob-uskunani yog‘lash uchun o‘simlik yog‘i 35 g. Sof og‘irligi 160 g.

O‘zbekcha go‘sh tli varaqi somsa. Elangan un, xom tuxum, tuzli suv yordamida biroz qattiq xamir qorilib, tindiriladi. Mashinada yoki qo‘lda 3—4 sm qalinlikda yoyilib, yuziga yumshatilgan yoki eritilgan margarin surtiladi, rulet ko‘rinishida o‘ralib, 5—6 soat sovuq joyda saqlanadi. Keyin xamir ko‘ndalangiga 50 g hisobida kesiladi, jo‘va yordamida chetlari ingichka, o‘rtasi 1,5—2 mm qalinlikda doira qilib yoyiladi. Qo‘y yoki mol go‘sh t katta panjarali qiymalagichdan o‘tkazilib, mayda chopilgan piyoz, ta‘bga ko‘ra tuz, ziravor qo‘shib, aralashtirib, qiyma tayyorlanadi. Yoyilgan xamir o‘rtasiga go‘sh t qiymasi qo‘yib, chetlari bukib yopishtirilgan holda uchburchak yoki to‘rtburchak shakl berilib, somsa tugiladi. Tugilgan somsa tandirga yopilib yoki elektr, bo‘lmasa gaz qovurish shkafining patnisiga teriladi, ustiga tuxum surtilib, shkafda 20—25 minut davomida (200—240°C li darajada) pishiriladi.

Somsa iste'molchi talabiga ko'ra taqsimchaga bir yoki bir necha dona qo'yilib, dasturxonga tortiladi. Varaqi somsalarni tayyorlashda go'sht qiymasi o'rniga qovoq qiymasi yoki kartoshka qiymasi ishlatilishi ham mumkin. Bunday somsalarni o'zbekcha qovoqli varaqi somsa va o'zbekcha kartoshkali varaqi somsa deyiladi.

100 dona uchun: un 3200 g (shundan urvoq uchun 200 g), tuxum 2 dona, suv 1700 g, tuz 40 g, ovqat margarini 350 g, (qatlamlangan xamir 5000 g,) qo'y go'shti 2657 g, yoki mol go'shti 2582 g, piyoz 1905 g, murch 2 g, tuz 32 g (qiyma 3300 g, tugilgan somsa 8300 g). Sof og'irligi 60 g.

Go'shtli oddiy somsa. Elangan un, tuzli suv yordamida biroz qattiq xamir qorilib, tindirilib, bo'laklarga bo'linadi, uzun silindr shakli beriladi va 65 g hisobida uzilib, pesh-qonga teriladi, ustiga un sepib, bosib, jo'va yordamida chetlari yupqa, o'rtasi 3—4 mm li doira shakli beriladi. Birlashtiruvchi to'qimasi o'rtacha mol yoki qo'y go'shti katta panjarali qiymalagichdan o'tkazilib, mayda chopilgan piyoz, mayda kubik shaklida to'g'ralgan dumba yog'i, tuz, ziravor solib, qiyma tayyorlanadi. Yoyilgan xamir o'rtasiga qiyma solib, chetlari bukib yopishtirilgan holda uchburchak somsa tugi-ladi.

Tugilgan somsa yog' surtilgan patnisga terilib, ustiga suv sepiladi, qovurish shkafida 200—240°C darajada 30—35 minut davomida qizg'ish qobiq hosil qildirib pishiriladi va yuziga dog'lab sovutilgan o'simlik yog'i surtiladi.

Somsa taqsimchaga solinib, dasturxonga tortiladi. Oddiy somsalar uchun qovoq, kartoshka, ko'kat (yalpiz, kashnich) qiymalarini ham ishlatish mumkin.

100 dona uchun: un 4600 g (shundan urvoqqa 300 g), suv 2100 g, tuz 140 g, (xamir 6500 g), qo'y go'shti 4196 g yoki mol go'shti 4076 g, dumba yog'i 700 g, piyoz 5000 g, zira 6 g, murch 4 g, tuz 100 g, (qiyma 4200 g, tugilgan somsa 8300 g), somsa va asbob-uskunani moylashga o'simlik yog'i 100 g. Sof og'irligi 120 g.

Go'shtli qovurma varaqi somsa. Elangan un, tuzli suv yordamida biroz qattiq xamir qorilib, tindiriladi. Keyin 1,5—3 mm li yupqa yoyilib, yuziga yumshatilgan margarin surtiladi, o'qlovga diametri 4—6 sm bo'lguncha o'raladi. O'qlovga o'ralgan xamir uzunasiga kesilib, o'qlov olinadi. Buning natijasida bir necha qavat uzun tasma hosil bo'ladi. Shu tasmadan eni 4—6 sm to'g'ri to'rtburchak kesib, somsa xamiri tayyorlanadi.

Birlashtiruvchi to'qimasi o'rtacha mol yoki qo'y go'shti katta panjarali qiymalagichdan o'tkazilib, dog'langan o'simlik yog'ida chala qovuriladi, mayda chopilgan piyoz solib, yumshaguncha qovurib, pishishidan avval tuz, ziravor solinib, sovutilgan holda go'sht qiymasi tayyorlanadi.

Kesib tayyorlangan somsa xamiri o'rtasiga go'sht qiymasi solinib, xamirning uzun tomoni uchlari o'zaro ustma-ust qo'yiladi va go'sht qiymasi atrofidan bosib

yopishtirilib, shakl beriladi. Shakl berilgan somsa qo'y yog'ida qizg'ish qobiq hosil bo'lguncha qovurib pishiriladi va suzib olinib, yog'i silqitiladi.

Somsa taqsimchaga qo'yilib, dasturxonga tortiladi. Somsani tayyorlashda kartoshkadan tayyorlangan qiyma ishlatilishi ham mumkin.

100 dona uchun: un 3150 g (shu jumladan urvoq uchun 45 g), tuz 65 g, suv 1440 g, xamirni moylashga margarin 600 g, (qatlamlangan xamir 5000 g), qo'y go'shti 2902 g yoki mol go'shti 2819 g, piyoz 2482 g, o'simlik yog'i 325 g, tuz 25 g, murch 1 g, (qovurilgan qiyma 2500 g, tugilgan somsa 7500 g), somsani qovurish uchun o'simlik yog'i 600 g. Sof og'irligi 75 g.

Korxonalarda qayd etilgan somsalardan tashqari yana qovoqli varaqi somsa (167), kartoshkali varaqi somsa (168), go'shtli varaqi somsa (169), ko'kli somsa (170), kartoshkali qovurma varaqi somsa (171) kabi somsalar tayyorlanishi mumkin.

22.9. O'ZBEK MILLIY QUYUQ TAOMLARI SIFATIGA QO'YILADIGAN TALABLAR

Har bir quyuq taomni tayyorlashda o'ziga xos ishlov berish qoidalariga rioya qilish kerak. Mahsulotlarga sovuq ishlov berib, yarim tayyor masalliq tayyorlashda ularniig shakliga ahamiyat berish zarur. Chunki noto'g'ri ishlovdan o'tgan yarim tayyor mahsulotdan sifatli taom tayyorlash imkoniyati yo'qolishi mumkin. Sifatli tayyorlangan taom o'z vaqtida, qoidaga rioya qilingan holda dasturxonga tortilishi lozim. Quyida ba'zi o'zbek milliy quyuq taomlari sifatiga qo'yiladigan talablar keltirilgan.

Kartoshka biyron o'z shaklida, qovurilgan hidida, mazasida, sarg'ish yoki och qizg'ish qobiqda, ezilmagan, kuymagan, tuzi me'yorida bo'lishi kerak.

No'xatsho'rak yumshoq pishgan, no'xat xushxo'rligida, rangi och sarg'ishdan sariqqacha tiniqlikda, qotib qolmagan, to'lapishgan, kuymagan, hidlaimagan, tuzi me'yorida bo'lishi kerak.

Moshkichiri masallig'i bir xil yumshoqlikda, ilashimli, quyuq-suyuqlikda pishgan guruch va moshga xos rangda qotib qolgan yoki chala, pishgan mosh, kuygan hid, maza, o'ta quyuq yoki o'ta suyuq ko'rinishdan xoli bo'lishi kerak.

Tuxum do'lma bir xilda sarg'ish yoki qizg'ish qobiqli bo'lib, masallig'i yumshoq, bir xil pishgan bo'lishi, o'z shaklida yorilgan, bo'lingan, uzilib qolgan, kuygan va xom bo'lmasligi lozim. Garniri o'z shaklida yumshoq pishgan bo'lib, kuygan, xom va badbo'y bo'lmasligi kerak. Sardagi qizg'ish, bir xil, o'rtacha

quyuqlikda bo‘lib, kuygan, dumaloqlangan un qoldiqlari va shunga o‘xshash kamchiliklardan xoli bo‘lishi lozim.

Jarkoplarning masalliqdari bir xil yumshoqlikda, o‘z shaklida pishgan bo‘lib, masalliqqa xos hid taratishi, tuzi me‘yorida, tarkibidagi suyuqlik o‘rtacha quyuqlikda bo‘lishi kerak. Samarqand jarkopini sopol ko‘zachasidan bo‘shatganda idishga yopishgan qoldiqlari bo‘lmasligi lozim.

Shovlalarining quyuq-suyuqligi ilashimli holda bo‘lib, juda quyuq yoki suyuq bo‘lmasligi kerak. Guruch ezilib ketmasin yoki chala pishgan bo‘lmasin. Mahsuloti bir xil pishgan, tuzi me‘yorida bo‘lib, kuygan hid, mazadan xoli bo‘lsin. Qovurma shavlanning hidi va mazasida xushxo‘rlik aniq sezilib turishi, sarg‘ishdan och qizg‘ish ranggacha bo‘lishi kerak.

Palovlar donador quyuq-suyuqlikda masalliqdari bir xil yumshoqlikda pishgan bo‘lishi, palov turlariga qarab qo‘shib pishirilgan masalliqdar xushxo‘rliqi sezilib turishi lozim. Masalliqdarining qovurilgan holatiga qarab palovlar oq sariqdan och qizg‘ish ranggacha ko‘rinishda bo‘lishi mumkin.

Kaboblarning o‘ziga xos yumshoqligi va ziravorlarning sezilarli xushxo‘rliqi asosiy alomatlar hisoblanadi. Ulardagi qovurilgan qobiq tutunsiz cho‘g‘ yoki yog‘da sezilarli hosil qilingan bo‘lib, rangi sarg‘ish dan och qizg‘ishgacha bo‘lishi mumkin. Lahm go‘shdan pishirilgan kabobning bir sixdagi bo‘lagi 5—6 dona bo‘lishi kerak, Go‘sh qiyamasidan pishirilgan kaboblar o‘z shakliga ega bo‘lmog‘i yorilgan, uvoqlangan, kuygan, piyoz yirik to‘g‘ralgan, achigan bo‘lmasligi lozim.

Lag‘monning xamiri bir xil qalinlikda, yumshoq pishgan bo‘lishi kerak. Yopishgan, xom pishgan, kalta-kalta, suvda chala chayilgan bo‘lmasin. Lag‘mon vajúsi masalliqdari o‘z shaklida kesilgan, yumshoq pishgan, me‘yorida qovurilgan bo‘lib, kuyindi hiddan, mazadan xoli bo‘lsin. Agar pishgan lag‘mon xamiri yog‘langan bo‘lsa, dasturxonga tortishdan avval qaynab turgan suyuqlikda chayilishi shart. Xamir yog‘lanadigan o‘simlik yog‘i sovitilgan bo‘lishi kerak.

Qovurma lag‘mon uchun ishlatiladigan masalliqdar o‘z me‘yorida qovurilgan bo‘lib, och sarg‘ishdan och qizg‘ish ranggacha ko‘rinishda bo‘lishi mumkin. Lag‘mon tarkibidagi masalliq o‘ziga xos yumshoqlikda, shaklda bo‘lishi bilan birga qovurilgan hid, mazaga ega bo‘lishi, xamiri juda qalin, uzunligi 3—10 sm dan uzun yoki kalta bo‘lmasligi kerak.

Shima uchun tayyorlangan xamir uzun va ingichka bo‘lishi kerak. Uning vajúsidan sezilarli darajada go‘sh, piyoz, tomat mazasi kelib tursin. Masallig‘i bir xil yumshoqlikda pishishi bilan birga o‘z shakliga ega bo‘lishi, ustiga qo‘yib beriladigan quymoqdan qovurilgan tuxum hidi va mazasi kelishi lozim. Sarig‘i qotirilmay qovurilgan tuxum yoki pishirilgan tuxum bilan tuxum quymog‘i almashti-rilmaydi.

Mampar uchun tayyorlangan xamir to‘rtburchak bo‘lib, qalinligi 2—3 mm,

eni 15—20 mm dan oshmasligi kerak. Mampar vajusi uchun ishlatiladigan go'sht va sabzavotlar o'z shaklida kesilgan bo'lib, yumshoq pishgan, vaju suyuqligining rangi och qizg'ish bo'lishi kerak. Mamparga qo'shib beriladigan tuxum po'chog'idan ajratilishi, mampar vajusi suyuqligi yoki sho'rvada pishirilgan bo'lishi lozim. Mamparni qovurilgan, po'chog'i bilan yoki quymoq qilib pishirilgan tuxum bilan dasturxonga tortib bo'lmaydi.

Norinning xamiri, go'shti o'z shaklida bir xil mayda somoncha qilib to'g'ralgan, tuzi me'yorida, ustiga qo'yib beriladigan piyoz ham bir xil yupqa to'g'ralib, yanchilgan murch bilan aralashtirilgan bo'lishi lozim. Masallig'i donador bo'lib, yopishib qolgan, chala pishgan bo'lmasin.

Chuchvaralar o'z shaklida, bir xil katta-kichiklikda tugilgan, masalliqdari bir xil yumshoqlikda pishgan, rangi pishgan xamir ko'rinishiga monand oqish bo'lsin. Ezilgan, xom yoki chala pishgan bo'lmasin. Tugilgan chuchvaraning xamiri va qiymasi alohida-alohida ochilib pishmasin. Chuchvarani dasturxonga tortishda qatiq o'rniga smetana berish ham mumkin. Agar chuchvara sho'rva bilan birga tortilsa, kosaga solinib, ustidan sho'rva quyiladi.

Mantilar o'z shaklida tugilgan bo'lib, bug'da yog'langan patnisga qo'yib pishirilishi va patnisdan oson olinishi, manti uchun ishlatilgan qiyma o'ziga xos hid va mazaga ega bo'lishi kerak. Manti masalliqdari xom, chala pishgan yoki ezilgan bo'lmasin. Manti rangi oqish, pishgan xamir ko'rinishida, qovurma manti sarg'ish yoki och qizg'ish rangda bo'lsin.

Somsalar katta-kichikligi, shakli, turlariga qarab har xil bo'lishi mumkin. Kopak somsa 1 dona hisobida bir yog'i tekis, ikkinchi yog'i qabariq to'g'ri to'rtburchakli, dumaloq bo'lib, ustida bir xil sarg'ish yoki qizg'ish qobig'i bo'lishi kerak. Qiymasining masallig'i bir xil shaklda, yumshoq pishgan bo'lsin. Tugilgan somsaning qiymasi yoki qiyma tarkibidagi suyuqlik xamirni teshib, oqib ketmasin, somsa kuygan, rangi o'zgarmay yopilgan, sho'r va shunga o'xshash holatlardan holi bo'lsin. Agar somsa qatlama xamirdan pishirilsa, yuzidagi xamiri g'ovak qatlam-qatlam bo'lsin. «Chip-chip» somsa 2 dona hisobida qo'shaloqlangan bo'lib, kopak somsaga o'xshash bo'lishi kerak. «Parmuda» somsa 4 dona yopishgan bo'lishi va kopak somsa-ga o'xshashi lozim. Oddiy somsalar to'rtburchak yoki uchburchak bo'lib, yuzida bir xil sarg'ish yoki qizg'ish qobig'i bo'lsin. Qovurma varaqi somsalar o'z shaklida, chetki xamiri qat-qat, bir xil sarg'ish yoki och qizg'ish yog'da qovurilgan bo'lishi kerak. Masalliqdar xom, kuygan, yog' hidli, o'ta achchiq yoki taxir bo'lishiga yo'l qo'yilmaydi.

Amaliy mashg'ulot

O'zbek milliy quyuq taomlarining tayyorlanish texnologiyasi bilan tanishish

Asosiy maqsad. O'zbek milliy quyuq taomlarining tayyorlanish texnologiyasi bilan tanishish va malaka oshirish.

Uslubiy ko'rsatma. Ma'lumotlar mazkur kitobning «O'zbek milliy quyuq taomlari» bobida bayon etilgan, ularni o'qib, bilib olish maqsadga muvofiqdir.

Tayyorlanishga tavsiya etilgan taomlarga sarflanadigan oziq—ovqat mahsulotlari miqdorini «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий» kitobining 66—172-sonli taomlarini «Fan sikli gay'ati» tavsiyasiga ko'ra ba'zi birlari hisoblab, belgilab olinadi.

Bunda barcha texnologik jarayonlar korxonaning ishlab chiqarish sexlarida yoki amaliy mashg'ulot o'tkazish xonalarida amalga oshiriladi. Ularning tayyorlanishida tavsiya etilgan texnologik kartalar, plakat, diafilm va slaydalardan foydalaniladi.

Mashg'ulot o'tkazish. Buning uchun har xil ko'rinishdagi inventar, pichoq, taxtakach, tovalar, protivenlar, durshlaglar, turli hajmdagi kastyulkalar va shunga o'xshash asbob-anjomlar kerak bo'ladi. Jihozlardan elektr qozonlar, elektr pechlari va tovalari, elektr plitalar, elektr frityurnitsa va boshqalardan foydalaniladi.

Topshiriq. O'quvchilar tayyorlangan taomlarga organoleptik usulda baho beradilar, ko'rinishi, mazasi, sifati, tayyorlanish texnologiyasi bilan tanishadilar. Lozim bo'lgan ma'lumotlarni daftarga yozib oladilar. O'qituvchi o'tkazilgan mashg'ulotga yakun yasaydi.

Tekshirish uchun savol va topshiriqlar

1. O'zbek milliy quyuq taomlarini pishirish turlari va usullarining farqi nimada?
2. No'xatsho'rak va moshkichiri tayyorlash kartasini tuzing.
3. 20 kishiga mo'ljallangan tuxum do'lma masallig'ining vaznini aniqlang.
4. Jarkop va palovlar uchun masalliq hamda ularga issiq ishlov berish turlarining farqini aniqlang.
5. Palov va kaboblarning qaysi turlarini bilasiz va ular bir-biridan qanday farqlanadi?
6. Xamir mahsuloti va taomlari bir-biridan qanday ko'rsatkichlar bilan farqlanadi?
7. Lag'mon, shima, mamparlarning o'zaro farqi nimada?
8. Chuchvara, manti tayyorlash tarxini tuzib, o'zaro farqini aniqlang.
9. Somsalarning qaysi turlarini bilasiz? Ularni pishirish usullarining farqi nimada?
10. O'zbek quyuq taomlarining sifatini aniqlashda, asosan, qanday ko'rsatkichlarga ahamiyat berish kerak.
11. Shovla va palovlar sifatiga qo'yiladigan talablarning farqi nimada?

XXII b o b

O‘ZBEK MILLIY SOVUQ TAOMLARI VA GAZAKLARI

Sovuq taomlar va gazaklar tarkibidagi masalliq turi va miqdoriga qarab ularning ozuqaviy ahamiyati aniqlanadi. O‘zbek milliy sovuq taomlarini tayyorlashda sabzavotlar, mevalar, go‘sh t mahsulotlari, parranda va baliq mahsulotlarini ishlatish mumkin. Sabzavotlardan sabzi, rediska, bodring, pomidor, bulg‘or qalampiri, turp, piyoz, sarimsoq piyoz, ko‘katlar ishlatiladi. Mevalardan anor, yong‘oq, behi va boshqalar, go‘sh t mahsulotlaridan go‘sh t, qazi, til, oyoq, dum va boshqalar, parrandalardan tovuq, kaklik va boshqalar, shuningdek, qovurilgan baliqlar ishlatilishi mumkin. Bundan tashqari, ba‘zi sovuq taomlarni tayyorlashda qatiq, suzma, qaymoq kabi sut mahsulotlaridan ham foydalaniladi. Xonaki usulda tayyorlangan sovuq taomlar har bir viloyat va hududning etnografik joylashishi, urf-odatiga ko‘ra tayyorlanib, mumkin.

Umumiy ovqatlanish korxonalarida tayyorlanadigan o‘zbek milliy sovuq taomlari ko‘pdir. Biz shulardan bazilarini, ya‘ni achchiq-chuchuk, rediskali salat, turp salati, yaxnatil, yaxnago‘sh t, piyozli qazi, hasi p, «bahor» salati, «Toshkent» salati, sarimsoq piyozli qovurma baliq, o‘zbekcha qovurma baliq, yaxna tovuq va shu kabilarni ko‘rib shiqamiz.

22.1. SOVUQ TAOMLAR TAYYORLASH USULLARI

Achchiq-chuchuk. Saralab yuvilgan yangi pomidor parrak-parrak qilib kesiladi. Saralab, tozalab yuvilgan bosh piyoz yupqa yarim halqa qilib kesiladi, yangi achchiq garmdori (qizil yoki ko‘k) saralab yuvilib, yarim halqa qilib kesiladi, ta‘bga ko‘ra tuz solinadi. Tayyorlangan taom aralashtirilib, taqsimcha yoki salat idishiga uyib solinadi, usti ko‘kat bilan bezatilib, dasturxonga tortiladi. Agar yangi achchiq garmdori bo‘lmasa, yanchilgan achchiq qalampir bilan tayyorlasa ham bo‘ladi.

Pomidor 906 g, qizil qalampir 3 g yoki yanchilgan achchiq qalampir 1,5 g, ko‘kat 20 g. Sof og‘irligi 1000 g.

Rediska salati. Rediska barglaridan tozalanib, saralab yuviladi. Bandi va uchi kesiladi. Rediska oq yoki yirik bo‘lsa, po‘sti archiladi. Ishlovdan o‘tgan rediska yupqa yarim parrak qilib kesiladi. Saralab tozalangan ko‘k piyoz suvda bo‘ktirilib,

oqib turgan suvda chayiladi, suvi silqitiladi va mayda to'g'raladi. Saralab yuvilgan tuxum to'la pishirilib, sovitiladi, po'sti tozalanib, parrak-parrak yoki mayda kubik qilib kesiladi. Saralab yuvilgan ko'kat suvi silqitilib, mayda to'g'raladi. Tayyorlangan taom ta'mga ko'ra tuz bilan aralashtirilib, taqsimchaga uyib solinib, ustidan qatiq sevalanadi. Qatiqni tayyorlashda qo'shib aralashtiriladi. Ba'zan salat tuxum, ko'kat va rediska bilan usti bezatilgan holda tayyorlanib, dasturxonga tortiladi.

Rediska (qizil rediska bargi bilan) 921 g, yoki (oqi bargi bilan) 1160 g, smetana 200 g, tuxum 3 dona, ko'kat 27 g. Sof og'irligi 1000 g.

Turp salati. Saralab, yuvilib tozalangan turp somoncha qilib to'g'ralib, 10—15 minut davomida uy haroratidari suvga solib qo'yiladi. Suvi to'kilib, elakka turp solinib, qolgan suvi silqitiladi. Bosh piyoz ishlovdan o'tkazilib, yarim halqa qilib kesiladi. Ko'kat ishlovdan o'tkazilib, bir qismi bezash ushun qoldiriladi, qolgani mayda to'g'raladi. Tayyorlangan taom 3% li sirka kislotasi, dog'langan o'simlik yog'i qo'shib, taqsimcha yoki salat idishiga uyib solinadi, ko'kat bilan bezab dasturxonga tortiladi.

Turp 1129 g, piyoz 155 g, ko'kat 20 g, 3% li sirka 15 g, o'simlik yog'i 60 g. Sof og'irligi 1000 g.

Turp va sabzili salat. Saralab, yuvilib tozalangan turp qirg'ichda qiriladi, shuningdek, sabzi ham qiriladi. Turpning tahir suvi siqib chiqariladi, so'ngra turp bilan sabzi aralashtiriladi, ko'kat qo'shilib, tuz, sirka va o'simlik yog'i qo'shib, yaxshilab aralashtiriladi.

Inglizsha salat. 100 gramdan sabzi, sholg'om, dumbul loviya va 200 g gulkaram, 300 g kartoshka suvda qaynatib pishiriladi, so'ngra ularni archiladi. Kartoshkaning tevarak-atrofi yo'nilib, boshka shakli beriladi. Bu masalliq'larga eritilgan sariyog' quyiladi.

Bunday salat mol, qo'y go'shti va parranda go'shtidan tayyorlangan taom'larga qo'shib beriladi.

Qatiqli bodring salati. Barra bodring tozalanib, yuvilib, uzunasiga ikkiga bo'linadi, parrak-parrak qilib to'g'raladi, mayda to'g'ralgan barra piyoz, ukrop, kashnish, yalpiz va qatiq aralashtirilib, tuz sepiladi va likopchada dasturxonga tortiladi. Shuningdek, «nazokat» (bulg'orcha), armancha va boshqa salatlarni tayyorlash mumkin.

Yaxna til. Qo'y yoki mol tili sovuq ishlovdan o'tkaziladi. Issiq suvga solinib, harorat qaynash darajasigacha ko'tariladi, ko'pigi vaqt-vaqti bilan suzib olib turiladi, so'ngra past haroratda miltillatib qaynatib pishiriladi. Bunda 1 kg xom til uchun 1,0—1,5 l suv olinadi. Tilning ta'mi va xushxo'rligini oshirish ushun pishish jarayonida ishlovdan o'tgan xom sabzi, piyoz, sarimsoqpiyoz, ko'kat ildizlari solinadi.

Pishgan til sovuq suvga botirib olinib, yuzidagi terisi shilib tashlanadi, o'zi pishgan suyuqligida tuz solinib, biroz ushlanadi. Suyuqlikdan suzib olib sovitiladi, kishi boshiga 2—3 tilim hisobida kesilib, taqsimchaga qo'yiladi, ko'kat bilan bezalgan holda dasturxonga tortiladi. Kishi boshiga pishgan tilni 50—75 g hisobida berish mumkin. Ba'zi hollarda yaxna tilga qo'shib, yangi pomidor, bodring yoki marinovka qilingan sabzavotlarni ham berish mumkin. Bunday mahsulotlar garnir sifatida iste'mol qilinishi mumkin.

Mol tili 126 g, sabzi 10 g, sarimsoqpiyoz 5 g, ko'kat 4 g. Sof og'irligi 75 g.

Shuningdek, polyakcharulet vaarmancharulet, qarta, hasip, qazi vadirildoq (xolodets) kabilarni tayyorlash mumkin.

Uaxna go'sht. Bu taom uchun mol yoki qo'y go'shti ishlatiladi. 1,5—2 kg go'sht pishirish uchun mo'ljallangan tana qis-midan tilimlanib tayyorlanadi va qaynab turgan suvga (1 kg go'shtga 1,0—1,5 l suv hisobida) solinib, qaynash darajasiga yetkaziladi, ustidagi ko'pigi vaqt-vaqti bilan suzib olinib, past haroratda miltillatib qaynatiladi. Go'sht 50—70 minut qaynagandan so'ng ishlovdan o'tkazilgan sabzi, sholg'om (kichigi butun, kattasi 2—4 bo'lib), piyoz (halqa-halqa qilib kesib) solinadi. Pishishdan 2—3 minut avval tuz va ziravorlar solinadi. Pishgan go'sht, sabzi va sholg'om suyuqlikdan suzib olinib, uy haroratigacha sovitiladi. Dasturxonga tortishda pishgan go'sht bo'lagi ko'ndalang holda kishi boshiga 2—3 bo'lakdan 50—75 g hisobida kesib, taqsimchaga teriladi, yoniga pishirilgan sholg'om, sabzi qo'yib, ko'kat bilan bezatiladi.

Bu taom iste'molchi talabiga ko'ra issiq holida tortilishi ham mumkin.

Mol go'shti yoki qo'y go'shti 164 g, piyoz 24 g, sabzi 48 g, sholg'om 44 g (pishirilgan sabzavot 65 g). Sof og'irligi 75/140 g.

Piyozli qazi. Xonaki usulda yoki oziq-ovqat sanoati korxonalarida tayyorlangan qazi iliq suvda yuviladi, keyin sovuq suvga solinib, asta-sekin qaynash darajasiga yetkaziladi. Qaynash davrigacha qazi igna bilan bir necha yeridan teshiladi. Agar igna bilan teshilmay pishirilsa, qazi ichagi ichidagi bosimning oshishi natijasida ichak yorilib ketishi va qazi o'z shaklini yo'qotishi mumkin. Qazi past haroratda 2,0—2,5 soat miltillatib qaynatilishi mumkin. Pishgan qazi suyuqlikdan suzib olinib, uy haroratigacha sovitiladi. Bosh piyoz saralab tozalanadi, yuvib halqa-halqa qilib kesiladi, yanchilgan qora murch sepiladi. Dasturxonga tortishda qazi halqa-halqa qilib kesilib, taqsimchaga teriladi, bir chetiga murchli piyoz uyib qo'yilib, ko'kat bilan bezatiladi.

Pishirilgan qazi 100 g, bosh piyoz 20 g, tuyulgan qora murch 0,2 g.

Hasip. Lahm qo‘y go‘shiti, dumba yog‘i, qorataloq va piyoz mayda to‘g‘raladi. Go‘sh t va qorataloq go‘sh t qiymalagichdan o‘tkaziladi. Guruch yormasi saralanib, iliq suvda yuviladi. Tayyorlangan mahsulot suv, ta‘mga ko‘ra tuz, qalampir va ziravorlar qo‘shib, aralashtirilgan holda ichakka quyiladi. Bunda ichakning bir uchi ip bilan bog‘langan bo‘lishi kerak. Ichak to‘ldirilgandan so‘ng ip bilan ikkinchi uchi bog‘lanadi va sovuq suvga solinib, o‘rta me‘yorda isitilib, qaynash darajasiga yetkaziladi, ta‘mgako‘ratuz solinadi. Hasip miltillatib qaynatilgan holda 60 minut davomida tayyor holga keltirilgandan so‘ng suyuqlikdan suzib olinib, uy haroratigacha sovutiladi. Dasturxonga tortishda ichak keng yoki ingichkaligi hisobga olingan holda halqa-halqa qilib kesib taqsimchara qo‘yiladi, ko‘kat bilan bezatiladi. Iste‘molchi xohishiga ko‘ra hasip issiq holda tortilishi ham mumkin. Hasip vazn og‘irligi 100—200 g hisobida beriladi.

Qo‘y go‘shiti 334 g, dumba yog‘i 55 g, qora taloq 111 g, piyoz 231 g, guruch 169 g, suv (qiyma uchun) 720 g, yanchilgan qalampir 0,3 g, tuz 22 g, qo‘y ichagi 555 g. Sof og‘irligi 1000 g.

«Bahor» salati. Lahm qo‘y yoki mol go‘shiti pishirib sovitilgach, somoncha qilib to‘g‘raladi. Sovuq ishlov berilgan bodring va pomidor ham somoncha qilib to‘g‘raladi. Ko‘k yoki bosh piyoz sovuq ishlovdan o‘tkazilib, mayda to‘g‘raladi. Sarimsoqpiyoz ishlovdan o‘tkazilib, mayda qilib chopiladi. Tayyorlangan taom dog‘lab sovitilgan o‘simlik yog‘i, mayonez va ta‘mga ko‘ra 6% li sirka kislotasi, tuz, yanchilgan qalampir qo‘shib aralashtirilgach, taqsimchaga yoki salat idishiga uyib solinadi, to‘la pishirilib, po‘sti tozalanib, parrak-parrak qilib kesilgan tuxum va ko‘kat bilain bezab, dasturxonga tortiladi. Salat tayyorlayotganda go‘sh t, bodrinr, pomidorning chorak qismini uurqa kesib, taomni bezash ush un ishlatish ham mumkin.

«Toshkent» salati. Qo‘y yoki mol go‘shiti pishirib sovutilgach, somoncha qilib to‘g‘raladi. Sovuq ishlov berilgan turp somoncha qilib to‘g‘ralib, sovuq nomakobda 10—15 minut ushlanadi. Suv to‘kib yuborilgach, turp elakka solinib, suvi silqitiladi. Bosh piyoz halqa-halqa qilib kesilib, yog‘da qizarguncha qovuriladi va suzib olib, yog‘i silqitilib sovutiladi. Turp, go‘sh t, piyoz va mayonez aralashtirilib, taqsimcha yoki salat idishiga uyib solinadi, to‘la pishirib, go‘sti tozalanib, parrak-parrak qilib kesilgan tuxum, ko‘kat, ko‘k piyoz bilan bezatiladi. Bu salatni tayyorlashda turp o‘rniga rediska ishlatish ham mumkin. Bu salatni tayyorlashda go‘sh t va mayonezning shorak qismini bezash ush un ishlatish ham mumkin.

Mol go‘shiti 65 g, yoki qo‘y go‘shiti 66 g (pishgan go‘sh t 32 g), turp 71 g yoki qizil rediska barglisi 79 g, piyoz 24 g, o‘simlik yog‘i 1,5 g (chala qovurilgan piyoz 12 g), mayonez sardagi 35 g, tuxum 1/2 dona, ko‘kat 5 g, ko‘k piyoz 5 g. Sof og‘irligi 150 g.

Sarimsoqli qovurma baliq. Sovuq ishlovdan o'tgan baliq terili, suyakli filega ajratib bo'laklanadi. Sarimsoq ishlovdan o'tkazilib, mayda chopiladi. Baliq sarimsoq, mayda to'g'ralgan ko'kat, tuz bilan aralashtirilib, 2—3 soat uy sharoitida ushlanadi. So'ngra baliq bo'laklari unga belanadi va ko'pirtirilgan tuxumga botirilib, asosiy usulda qovuriladi. Agar baliq biroz xom bo'lsa, uni qovurish shkafida tayyor holga keltirish mumkin.

Qovurilgan baliq uy haroratigacha sovutiladi, taqsimchaga qo'yib, ko'kat bilan bezatilgan holda dasturxonga tortiladi. Qovurilgan baliqni kesik holda tortsa ham bo'ladi.

Do'ng peshana baliq 253 g yoki sazan baliq 225 g, un 6 g, tuxum 1/2 dona, sarimsoq 10 g, ko'kat 5 g, o'simlik yog'i 5 g. Sof og'irligi 130 g.

O'zbekcha qovurilgan baliq. Bu taom uchun baliqni sovuq ishlovdan o'tkazib, olti xil usulda bo'laklash mumkin. Ishlovdan o'tgan baliq bo'lagiga tuz sepilib, unga belanadi va yog'da qovurilib, tayyor holga keltiriladi. Tayyor baliq bo'lagi yog'dan suzib olinib, uy haroratigacha sovutiladi. Dasturxonga tortishda taqsimchaga qo'yilib, ko'kat bilan bezaladi. Bu taomni issig'ida tortish ham mumkin.

Tinch okean xeki 2356 g yoki tozalanmagan xek 2317 g, un 73 g, tuz 10 g (yarim tayyor mahsulot 1470 g), o'simlik yog'i 150 g. Sof og'irligi 1000 g.

Yaxna tovuq. Tovuq sovuq ishlovdan o'tkazilib, "sho'ntak" usulida ip bilan bog'lanadi, qaynab turgan suvga (1 kg tovuqqa 2,0—2,5 l suv) solinib, qaynash darajasiga yetkaziladi, vaqti-vaqti bilan suv yuzidagi ko'pik suzib olinib, past haroratli sharoitda miltillatib qaynatiladi. Tovuqlar o'z to'qimasi holatiga ko'ra turli fursatlarda pishishi mumkin. Tovuq pishishidan 15—20 minut avval to'g'ralgan boshpiyoz va ishlovdan o'tgan ko'kat ildizi solinadi. pishgan tovuq nimtasi suyuqlikdan suzib olinib, ustiga ta'mga ko'ra mayda tuz sepib, uy haroratigacha sovutiladi. Tovuq kishi boshiga 2 bo'lak hisobida chopilib taqsimchaga qo'yiladi, ko'kat bilan bezab dasturxonga tortiladi.

22.2. O'ZBEK MILLIY SOBUQ TAOM VA GAZAKLARI SIFATIGA TALAB

Sovuq taom va gazaklar tarqatishdan avval issiq ishlovga jo'natilmasligi sababli, ularni tayyorlash va saqlashda tibbiyot talablariga qat'iy rioya qilish zarur. Sovuq taom va gazaklarni did bilan bezatish ularning hamda boshqa taomlarning ham kishi tanida hazm bo'lish jarayoniga ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Taomlarning tashqi

ko'rinishi, mazasi, hidi, mahsulotlarning kesilgan shakli va boshqalar ular sifat darajasining asosiy ko'rsatkishlaridir.

Achchiq-chuchukning pomidori bir xil rangda bo'lib, boshpiyoz bir xil shaklda kesilgan, tuz o'z me'yorida solinib, achchiq qalamrir sezilarli maza va hidga ega bo'lishi lozim. Shamol tegib so'ligan yoki achigan hid va mazadan xoli bo'lishi kerak.

Rediskali salat tarkibidagi mahsulot o'ziga xos pazandachilik ishlovidan o'tkazilishi lozim. Rediska po'k, dag'al po'choqli, ichi qoraygan bo'lmasligi kerak. Ko'k piyoz g'ovlagan bo'lmasligi lozim. Tuxumning oqi va sarig'i to'la pishgan bo'lishi kerak. Qatiq o'ta nordon bo'lmasligi lozim.

Turp salati uchun po'k turp yaramaydi. Turp bir xil kattalikda kesilgan, tuzi me'yorida, qoraymagan bo'lishi kerak. Salat sezilarli turp, boshpiyoz mazasiga, oz sezilarli sirka, o'simlik yog'i ta'miga ega bo'lishi lozim.

Yaxna tilining terisi yaxshi shilingan, bir xil yumshoqlikda pishgan, oz sezilarli sabzi, sarimsoq, ko'kat ildizi hidi va mazasiga ega bo'lishi mumkin. Taqsimchaga kesib qo'yilgan til bo'lagining usti burishib qolgan bo'lmasligi kerak, kuygan hid va ta'mdan xoli bo'lishi lozim.

Yaxna go'sht ham bir xil yumshoqlikda pishgan, qizg'ish qon izlari yoki qon quyqasidan xoli bo'lishi kerak. Pishgan go'shtdan sabzi va sholg'omning o'ziga xos xushxo'r mazasi, hidi kelib turishi mumkin. Go'shtni to'qimasiga ko'ndalang holda kishi boshiga 2—3 dona hisobida kesish lozim, u shamol ta'sirida bujmayib qolmagan bo'lishi kerak.

Piyozli qazi ichagi yorilgan holda pishirilmasligi kerak. U ko'ndalang kesimda go'shti bir xil rangdagi och qoramtir, yog'lari och sarg'ish yoki oq rangda bo'ladi. Qazining ichagi yuziga go'shti va yog'i yorishib turgan bo'lishi lozim. Qazining go'sht va yog'ida ziravor hidi, mazasi sezilarli darajada bo'lishi kerak. Piyoz bir xil shaklda kesilib, murch bilan bir xil me'yorda aralashtiriladi. Qazini dasturxonga tortishdan avval kesib, taqsimchaga teriladi.

«Bahor» salatining masalliq-lari o'z shaklida kesilib, alohida-alohida idishlarga qo'yilib, tarqatishdan avval aralashtiriladi. Masalliq-lar aralashtirilgan zahoti dasturxonga tortilmasa, pomidor, bodring tarkibidagi suyuqlik tuz ta'sirida ajralib chiqib, salatning quyuq-suyuqlik darajasini buzadi va talabga javob bermaydigan holga keladi. Salatning xushxo'rlik darajasi o'ziga xos bo'lishi lozim. Undan go'sht, pomidor, bodring, piyozning hidi va mazasi kelib turishi, sarimsoq, sirka, mayonez, o'simlik yog'i, ko'kat xushxo'rli-gi sezilib turishi kerak. Tuzi me'yorida bo'lishi lozim.

Hasipning ichagi yorilib ketmagan bo'lishi kerak. Pishgan hasipning ko'ndalang kesimi bir xil quyuqlikda, masallig'i bir xil yumshoqlikda bo'lishi

lozim. Hasipni tatib ko'rganda go'sht, dumba yog'i, qorataloq, guruchning hidi kelib turadi, piyoz, qalamrir xushxo'rliigi sal-pal seziladi. Tuzi me'yorida bo'lmog'i lozim. Guruchi chala pishgan yoki xom, ichak ichida suyuqlik ko'p, masalliqalar qattiq yopishib pishgan, go'sht, dumba yog'i qorataloq hidlangan va shunga o'xshash kamchiliklarga ega bo'lgan hasiplarni iste'molga berish ruxsat etilmaydi.

"Toshkent" salati ham "Bahor" salatiga o'xshab alohida idishda o'z shaklida kesilgan holda saqlanadi, dasturxonga tortishdan avval aralashtiriladi. Tayyor salatni tatib ko'rganda pishgan go'sht, turp, qovurilgan piyoz, mayonez sardagi, tuxumning hidi va mazasi kelib turadi, ko'kat, ko'k piyozning xushxo'rliigi sal-pal sezilib turadi. Tuzi, tarkibidagi suyuqligi o'z me'yorida bo'lmog'i kerak. Taom kuygan piyoz, taxir turp yoki achchiq rediska, achigan va shunga o'xshash hid, mazadan xoli bo'lishi lozim.

Sarimsoqli qovurma baliq och sarg'ish ko'rinishda bo'lib, yumshoq qovurilgan bo'ladi. Kesim yuzasi baliqning to'qimasiga xos bir xil rangdagi xom ko'rinishdan xoli bo'lishi kerak. Qovurmaning mazasi va hidi baliq turiga xos xushxo'rlikda bo'lishi bilan birga sarimsoqning sezilarli xushxo'rliigi ham bo'lishi lozim. U sal-pal ko'kat xushxo'rligiga ham ega bo'ladi. Baliq qobig'ida qovurilgan baliq mazasidan tashqari, biroz qovurilgan un va tuxum mazasi ham bo'lishi mumkin. Kuygan, taxir va shunga o'xshash begona hid, mazaga ega bo'lishi ruxsat etilmaydi.

O'zbekcha qovurma baliqning tashqi ko'rinishi bir xil sarg'ish yoki qizg'ish qobiqqa ega bo'lishi kerak. Kesim yuzasida xom baliq to'qimalari bo'lmasligi lozim. Unga belangan baliqni qovurishda yog'ning holatiga ahamiyat berilmaslik natijasida tayyor baliq yuzida qora izlar hosil bo'lishi mumkin. Bunday hollar qovurilgan baliq sifatiga ta'sir etib, sifat darajasini pasaytirishi mumkin. O'zbekcha qovurma baliq yuzida qora kuygan un qoldiqlari, mazasi va hidida kuyindi hid, maza va shunga o'xshash holatlarga yo'l qo'yilmaydi.

Yaxna tovuqning tashqi ko'rinishi qurib yoki qotib qolgan teri va teri osti go'shtlaridan xoli bo'lishi lozim. Ko'ndalang kesimi bir xil yumshoqlikda pishgan tovuq, go'sht to'qimalari suyak ichida qonli suyuqlik izlaridan xoli bo'lishi kerak. Mazasi tovuqqa xos moyillikda bo'lib, biroz sezilarli ko'kat ildizi va piyoz xushxo'rligiga ega bo'lishi mumkin. Tovuq tanasida patlar yoki tuklar qoldiqlari bo'lishiga ruxsat etilmaydi. U begona hid va mazaga ega bo'lmasligi kerak.

Sovuq taom va gazaklar uchun ishlatiladigan masalliqalarning harorati 8°C dan 10°C gacha bo'lgan maxsus muzxonalarda saqlash kerak. Masalliqalarni kesishda o'ziga xos tamg'alangan pichoq va taxtakachlardan foydalanish zarur. Kesib qo'yilgan masalliqalarni salqin muzxonalarda uzoq muddat saqlab turish ruxsat etilmaydi, chunki buning natijasida masalliqalar ta'mi va tashqi ko'rinishi o'zgarishi bilan birga, ozuqaviy ahamiyati ham pasayishi mumkin. Salatlarning xushxo'rlik darajasini

saqlab qolish ushuni ularni tarqatishdan oldin aralashtirish kerak. Sovuq taomlarni bezash ushuni ishlatiladigan mahsulotlar saralab olinishi, didga qarab kesib tayyorlanishi lozim. Taom ustiga sardak quyish kerak bo'lsa, bezash uchun ishlatiladigan masalliq ustidan quyish ruxsat etilmaydi.

Amaliy mashg'ulot

O'zbek sovuq taom va gazaklarining tayyorlanish texnologiyasi bilan tanishish

Asosiy maqsad. O'zbek sovuq taom va gazaklarining tayyorlanish texnologiyasi bilan tanishish va bu borada malakani o'rttirish.

Uslubiy ko'rsatma. Ma'lumotlar mazkur kitobning "O'zbek sovuq taom va gazaklari" bobida bayon etilgan, ularni o'qib, bilib olish maqsadga muvofiqdir.

Tayyorlanishga tavsiya etilgan taomlarga sarflanadigan oziq-ovqat mahsulotlari miqdorini «» kitobining 1—3-sonli taomlarini ba'zi birlarini hisoblab, belgilab olinadi.

Bunda barcha texnologik jarayonlar korxonaning ishlab chiqarish sexlarida amalga oshiriladi. Ularni tayyorlashda tavsiya etilgan texnologik xaritalar, plakat, diafilm va slaydalardan foydalaniladi.

Mashg'ulot o'tkazish tartibi. Buning uchun har xil inventar, pichoq, taxtakach, tovalar va protivenlar, durshlag, har xil hajmdagi kastyulkalar va shunga o'xshash asbob-anjomlar kerak bo'ladi.

Topshiriq. O'quvchilar tayyorlangan taomlarni ko'rinishi, mazasi, sifati, tayyorlanish texnologiyasi bilan tanishadilar. Lozim bo'lgan ma'lumotlarni daftariga yozib oladilar. O'qituvchi o'tkazilgan mashg'ulotga yakun yasaydi.

Tekshirish uchun savol va topshiriqlar

1. O'zbek milliy sovuq taomlari boshqa taomlardan qanday mahsulotlar ishlatilishi bilan farqlanadi?
2. O'zbek milliy salatlaridan qaysilarini bilasiz?
3. Rediska salati va achchiq-chuchukni tayyorlash texnologiyasini chizma usulda tasvirlang.
4. Piyoqli qazi va hasipning o'zaro farqi nimada?
5. O'zbekcha qovurma baliq va sarimsoqli qovurma baliq tayyorlash texnologiyasidagi farqni aniqlang.
6. "Bahor" salati va "Toshkent" salati masalliqdagi nomlarini yozib, bir xil ishlov beriladiganini aniqlang.
7. Yaxna til va yaxna go'shtning sifatiga qo'yiladigan talabni aniqlang.
8. Sovuq taom va gazaklarni tayyorlashda qanday tibbiyot talablariga rioya qilinishi shart?

XXIII b o b

O‘ZBEK MILLIY SHIRIN TAOMLARI VA ICHIMLIKLARI

O‘zbek milliy shirin taomlari har bir hudud va viloyat urf-odatlariga qarab o‘ziga xos usullarda tayyorlanishi sababli ularning mahalliy nomlari ham turlichadir. Hozirgi vaqtda shirin taomlar ko‘p tayyorlanib, bir xil nomlanadiganlariga talqon, holvaytar va chak-chaklar kiradi. Ularning bir-biridan farqi pishirilishi va dasturxonga tortilishi bilan birga ishlatiladigan masalliqlariga ham bog‘liq bo‘ladi.

O‘zbek milliy ichimliklari sovuq yoki issiq holda tortilishi mumkin. Ichimliklar ichida ko‘p tarqalgani choydir. Mahalliy xalqlar iste‘molida ishlatiladigan choylar ko‘k va qora choylar hisoblanadi. Choylarning chanqov bosish va tetiklashtirish xususiyati O‘rta Osiyo iqlimi sharoitiga mos kelganligi sababli bu yerda ularning boshqa joylarga nisbatan iste‘mol darajasi yuqoridir. Choylarni iste‘molga tayyorlash va tarqatishning bir necha turlari qo‘llaniladi. Umumiy ovqatlanish korxonalarida shirchoy, oqchoy, dolchinli asal choy, mevali choy, rayhonli choy, qulupnay choy va boshqa choylar damlab tarqatilishi mumkin. Bundan tashqari, choylar damlangan holda choynaklarda, alohida o‘zbek milliy non turlari, milliy usulda quritilgan mevalar (o‘rik, bargak, mayiz va boshqalar), milliy qandolatpazlik mahsulotlari (pashmak, parvarda, novvot va boshqalar) bilan tarqatilishi ham mumkin.

Sovuq holda tarqatiladigan ichimliklarga mevali choy, rayhonli choy, ayron, olma-anor ichimligi, qulupnay sharbati, anor sharbati, olcha sharbati va boshqalar kiradi. Yozning issiq kunlarida chanqoq bosuvchi ichimliklardan yaxna choyni o‘ziga xos xususiyati bor. Ayron ma‘lum darajadagi ozuqalik ahamiyati bilan birga chanqovni qondiruvchi, kishi taniga salqinlik baxsh etuvchi xususiyati bilan ajralib turadi.

23.1. SHIRIN TAOMLAR

Talqon. Suvi qochgan o‘zbek milliy nonlari qovurish shkafiga qo‘yilib, past haroratda quritiladi, hovonchada tuyulib, elakdan o‘tkazilgach, shakar bilan aralashtiriladi. Talqon taqsimchaga uyib solinib, dasturxonga tortiladi.

Qotgan non 75 g, shakar 30 g. Sof og‘irligi 100 g.

Holvaytar. Un elanib, qozonda qizib turgan qo‘y yoki o‘simlik yog‘iga solinib, aralashtirilgan holda och sarg‘ishdan och jigarranggacha qovuriladi. Shakar iliq suvda eritilib, qiyom tayyorlanadi va qozondagi qovurilgan unga solib, to‘xtovsiz aralashtirib, quyuq qaymoq holiga kelguncha qaynatiladi, taqsimchalarga solinib, issiq yoki sovutilgan holda tagiga taqsimcha qo‘yilib, dasturxonga tortiladi.

Un 150 g, eritilgan qo‘y yoki mol yog‘i yoki o‘simlik yog‘i 100 g, shakar 200 g, suv 700 g. Sof og‘irligi 1000 g.

Chak-chak. Xom tuxum aralashtirilib, elangan un, ta‘mga ko‘ra tuz, osh sodasi, 9% li sirka yordamida xamir qorilib, 20–30 minut tindiriladi. Stol yoki taxtakach ustiga un sepilib, xamir o‘qlov yoki juva yordamida qalinligi 2–3 mm yayiladi. Uzunligi 20–25 mm, eni 2–2,5 mm somoncha shaklida xamir kesilib, elakdagi ortiqcha un elab olinib, 130–150°C darajada qizib turgan ko‘p yog‘da sarg‘ish yoki och qizg‘ish qobiq hosil bo‘lguncha qovurib pishiriladi. Qovurilgan xamir suzib olinib, yog‘i silqitilib, sovutiladi. Sof asal idishga solinib, plita ustida eritiladi, keyin shakar qo‘shib, aralashtirib, qiyom tayyorlanadi. Qiyom uy haroratigacha sovutiladi. Agar qiyom tez quyuqlashsa, uni iliq holda ishlatish ham mumkin.

Qovurilgan ugra keng idishga solinib, tayyorlangan qiyom bilan aralashtirib, sovuq suvda chayilgan taqsimcha yoki laganga uyib solinib, yoki qo‘lda ma‘lum ko‘rinishda shakl berilib, salqin joyda yoki muzxonalarda qotirilib, tayyor holga keltiriladi. Chak-chakdan kesib, taqsimchaga solib, dasturxonga tortiladi.

Un 356 g, tuxum 0,5 dona, osh sodasi 5 g, 9% li sirka 3 g, tuz, (xamir 655 g) qovurish uchun o‘simlik yog‘i 210 g, tabiiy asal 360 g, shakar 100 g (qaynatilgan asal va shakar qiyomi 380 g). Sof og‘irligi 1000 g.

23.2. MILLIY ICHIMLIKLAR

Ayron. Qatiq bir xil quyuqlikka kelguncha aralashtiriladi. Keyin ta‘mga ko‘ra tuz, qaynatib sovutilgan suv yoki mineral suv bilan birga aralashtirib, salqin joyda tarqaguncha saqlanadi. Ayron katta piyola yoki stakanga quyilib, ustidan iste‘molga ruxsat etiladigan muz donachalaridan solinib, ostiga taqsimcha qo‘yilgan holda dasturxonga tortiladi.

Qatiq 684 g yoki kefir 674 g yoki ryajenka 670 g, mineral suv 350 g yoki qaynatib sovutilgan suv 350 g, tuz 1 g. Sof og‘irligi 1000 g.

Choynakda damlangan choy. Chinni choynak qaynab turgan suvda chayiladi, keyin ko‘k yoki qora quruq choy solinib, ustidan qaynab turgan suv quyiladi,

qopqog'i yopilib, usti mato bilan yopilgan holda 3—5 minut davomida damlanadi. Tarqatishdan avval damlangan choy 2—3 marta qaytarilib, tindiriladi. Choynakdagi choy taqsimchaga qo'yilib, qaynab turgan suvda chayilgan piyola bilan dasturxonga tortiladi.

Quruq ko'k yoki qora choy 4 g, suv 825 g. Sof og'irligi 800 g.

Oqchoy. Choynakda damlangan choy tindirilgach piyoladagi issiq sutga quyilib, ustidan sariyog' solinib, taqsimchaga qo'yilgan holda dasturxonga tortiladi.

Quruq qora choy 1 g, suv 104 g, qaynatilgan sut 100 g, sariyog' 5 g. Sof og'irligi 5/200 g.

Shirchoy. Qaynab turgan suvga quruq choy solib, past olovda 2—3 minut qaynatiladi. Keyin qaynagan sut, ta'mga ko'ra tuz solib, yana biroz qaynatib tayyor holga keltiriladi. Qaymoq piyolaga solinib, ustidan sutli choy quyib, eritilgan sariyog' va yanchilgan murch qo'shgan holda taqsimchaga qo'yib, dasturxonga tortiladi. Bir necha kishiga mo'ljallangan bo'lsa, qaymoq, murch, sariyog', sutli choy qo'shib aralashtirilgan holda tayyorlansa ham bo'ladi.

Quruq qora choy 1 g, suv 105 g, sut 100 g, tuz 0,1 g, sariyog' 5 g, qaymoq 10 g, murch 0,01 g. Sof og'irligi 5/10/200 g.

Mevali choy. Choynakda damlangan choy shamasidan ajratilib, shakar qo'shib, aralashtirib sovitiladi. Yangi meva ishlovdan o'tkazilib, ezgich mashina yordamida siqib sharbati olinadi. Stakan yoki piyolaga shakarli choy ustidan meva sharbati, bir parrak limon va muz bo'lagi solinib, kichik taqsimchaga qo'yib, dasturxonga tortiladi.

Qora choy 1 g, shakar 20 g, olmaning yoki olchanning sof sharbati 50 g, limon parragi (po'stlog'i bilan) 9 g, suv 154 g. Sof og'irligi 9/200 g.

Rayhonli choy. Qaynab turgan suvda chayilgan choynakka quruq qora choy, quritilgan rayhon bargi solinib, choynakning uchdan bir hajmiga qaynab turgan suv quyiladi, choynak ustiga mato yoki sochiq yopilgan holda 3—5 minut damlanadi. Damlash oxirida choynak qaynab turgan suv bilan to'ldiriladi. Tayyor choy o'z choynagi bilan dasturxonga tortilishi mumkin. Rayhonli choy sovitilgan holda tortiladigan bo'lsa, damlangan choynagida sovitilib, tindirilgan holda piyola yoki stakanga quyib, taqsimchaga qo'ygan holda dasturxonga tortilishi mumkin.

Qora choy 1 g, rayhon 0,4 g, suv 204 g. Sof og'irligi 200 g.

Olma-anor ichimligi. Shakar suvga solib aralashtirilib, qaynatilib, sharbat holiga keltiriladi. Anor, olma ishlovdan o'tkazilib, alohida idishga siqib, sharbati

olinadi. Tayyorlangan shakarli sharbatga anor va olma sharbatlari qo'shib, aralastirilib, sovitilib, piyola yoki stakanga quyilib, ostiga taqsimcha qo'yib, dasturxonga tortiladi.

Olmaning sof sharbati 40 g, anorning sof sharbati 50 g, shakar 100 g, suv 920 g. Sof og'irligi 1000 g.

Meva sharbatlari. Meva sharbatlarini qulupnay, anor, olcha, tarvuz va hokazolardan tayyorlash mumkin. Mevalar birlamchi ishlovdan o'tkaziladi. Qulupnay qirg'ichda qiriladi, anor siqib sharbati olinadi, tarvuzning po'chog'i ajratilib, mag'zi maydalanadi va ezib, sharbati olinadi, olchanning urug'i ajratiladi. Tayyorlangan meva sharbatiga shakarli suv quyilib, 3—10 minut past olovda qaynatiladi. Tayyorlangan meva sharbati suzilib, sovitiladi. Sharbat piyola yoki stakanga quyilib, ostiga taqsimcha qo'yilib, dasturxonga tortiladi.

Yangi qulupnay 882 g, shakar 150 g, suv 490 g yoki siqilgan anorning sof sharbati 400 g. Sof og'irligi 1000 g.

Shuningdek, juft choynakdagi choy, qumg'onda qaynatilgan choy, o'rikli choy, olmalı choy, olma va asalli choy, limonli va asalli choy, chilon jiydali choy, na'matakli choy, smorodinali choy, mayizli choy va dorivor o'simliklar bilan damlanadigan (murchli, za'faronli, qalampirmunchoqli, sedanali, rayxonli, kiyik o'tli, yalpizli, limon o'tli, dolchinli, zanjabilli, arpabodiyonli, kashnich urug'li va h.k.) choylar hamda shirin, sutli va moyli (qand, novvot, murabboli, sutli, shirchoy, sut va asalli, qaymoqli-oq, qo'y yog'li) choylarni ham damlab dasturxonga tortiladi.

Tarmoqda o'zbek milliy shirin taom va ichimliklaridan sumalak, halim, nisholda, oqshoq talqoni, qovun, tarvuz, shotut shinnilari, ichimliklardan na'matak, limonli, uzum suvi, olma sharbati qo'shilgan sutli va boshqa ichimliklarni ham tayyorlash mumkin.

23.3. O'ZBEK MILLIY SHIRIN TAOM VA ICHIMLIK LARI SIFATIGA QO'YILADIGAN TALAB

Shirin taomlari va ichimliklar tarkibidagi ozuqaviy moddalar tayyorlash va tarqatish jarayonida saqlanib qolishi asosiy maqsad hisoblanadi. Shu sababdan taomlarni, masalliq larga sovuq, issiq ishlov berishga yaxshi ahamiyat berish zarur. Shirin taomlarni tayyorlashda texnologik jarayonlarga rioya qilib, taomlarning milliy

ko'rinishini hosil qilish mumkin. Aks holda ular o'zgacha ko'rinishda bo'lib, sifati buziladi.

Choy damlashda ham texnologik jarayonga rioya etilmasa, uning xushxo'rliги buziladi. Quruq choy ezib, maydalanib, plita yoki isitgich asbob ustiga qo'yib damlanmaydi. Choyni tortishda konfet, shokolad, qandolat mahsulotlari, sharq shiravorlari va nonni alohida idishda berish tavsiya etiladi.

Issiq ichimliklar tortilayotganda harorati 75°C dan past, salqin ichimliklar harorati esa 14°C dan yuqori bo'lmasligi kerak.

Talqonning noni va shakari bir xil maydalikda, bir xil aralashgan bo'lishi kerak. Talqon shirinligi, nonining mazasi sezilib tursin.

Holvaytar qizg'ish yoki och qo'ng'ir rangda yumshoq, quyuqqina bo'lishi kerak. Qovurilgan un, shakar va yog' mazasi sezilib tursin, taxirlik, xomlik va ko'ganlik byalmasin.

Chak-chak och sarg'ishdan och qizg'ish ranggacha ozgina yaltirab turadigan bo'lishi kerak. Ugrasi o'z shaklida bir xil rangda qovurilib, erkin yopishsin, ezilgan yoki uvoqlanib ketgan bo'lmasin. Aralashirilgan qiyomi bir xil quyuqlikda, bir xil aralashirilgan ko'rinishda bo'lishi kerak. Tatib ko'rganda g'ovak qovurilgan xamir, asal sezilib tursin, kuyindi hid, qumoq-qumoq qiyom bo'lmasin.

Ayron oq, bir xil quyuq-suyuqlikda bo'lishi kerak. Suvi va qatig'i alohida ajralib turadigan, o'ta nordon bo'lmasin. U muzdek holda iste'molga berilishi lozim.

Choydakda damlangan choy tiniq qora yoki ko'k, choyga xos xushxo'r bo'lishi kerak. Unda begona hid bo'lmasin.

Oqchoydan sut va damlangan choy mazasi anqib turishi, sariyog' xushxo'rliги sezilib turishi, och ko'kimtir rangdan qizg'ish izli oq ranggacha bo'lib, kuyindi choy yoki sut hididan xoli bo'lishi kerak.

Shirchoy oqchoyga o'xshagan, dasturxonga tortilganda biroz quyuqlashgan bo'lishi kerak. Shirchoydan choy, sut, qaymoqning xushxo'r hidi, tuz, yanchilgan qora murch va sariyog' mazasi kelib tursin.

Mevali va damlangan choy xushxo'r, meva turiga qarab o'ziga xos rangda bo'lishi mumkin. U shirin, tiniq bo'lib, shama va quyqalardan xoli bo'lsin.

Rayhonli choy avvalo rayhon va choy hidi kelishi bilan farqlanishi kerak. Qolgan talablar damlangan choydagiga o'xshashdir.

Olma-anor ichimligidan shirin olma va anor hidi sezilarli darajada kelib turishi kerak. U qizg'ish tiniqlikda bo'lsin, biroz xira ko'rinishda bo'lsa ham mayli. Anor nordonroq bo'lsa, unga shakar sepsa bo'ladi.

Meva sharbatlari meva turiga qarab o'ziga xos shirin va tiniq bo'lishi kerak. Ular tarkibida meva qoldiqlari yoki quyqalari bo'lmasin. Sharbatlar asosan sovitilib tarqatiladi.

Amaliy mashg'ulot

O'zbek milliy shirin ichimliklari va taomlari tayyorlanish texnologiyasi bilan tanishish

Asosiy maqsad. O'zbek milliy shirin ichimliklari va taomlari tayyorlanish texnologiyasi bilan tanishish va malaka o'rttirish.

Uslubiy ko'rsatma. Ma'lumotlar mazkur kitobning «O'zbek milliy shirin taom va ichimliklari» bobida bayon etilgan, ularni o'qib, bilib olish maqsadga muvofikdir.

Tayyorlanishga tavsiya etilgan taomlarga sarflanadigan oziq-ovqat mahsulotlari miqdorini «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий» kitobi 193—218-sonli taomlarining «Fan sikli hay'atining» tavsiyasiga ko'ra ba'zi birlarini hisoblab, belgilab olinadi.

Bunda barcha texnologik jarayonlar korxonaning ishlab chiqarish sexlarida yoki amaliy mashg'ulot o'tkazish xonalarida amalga oshiriladi. Ularni tayyorlanishida tavsiya etilgan texnologik kartalar, plakat, diafilm va slaydlardan foydalaniladi.

Mashg'ulot o'tkazish tartibi. Buning uchun har xil inventar, pichoq, taxtakach, tovalar, protivenlar, durshlag, turli hajmdagi kastyulkalar va shunga o'xshash asbob-anjomlar kerak bo'ladi. Elektr qozonlar, katta hajmdagi kastyulardan foydalaniladi.

Topshiriq. O'quvchilar tayyorlangan taomlarga organoleptik baho beradilar, ya'ni ko'rinishi, mazasi, sifati, tayyorlanish texnologiyasi bilan tanishadilar. Lozim bo'lgan ma'lumotlarni daftarga yozib oladilar. O'qituvchi o'tkazilgan mashg'ulotga yakun yasaydi.

Tekshirish uchun savol va topshiriqlar

1. O'zbek milliy shirin taom va ichimliklarini tayyorlanish hamda dasturxonga tortishdagi farqlar nimada?
2. Holvaytar va chak-chakni tayyorlash tarxini chizing.
3. 20 kishiga ayron tayyorlash uchun qancha mahsulot ishlatiladi?
4. Damlangan choy, oqchoy, shirchoy va mevali choylarni tayyorlanishdagi farqlarni aniqlang.
5. Olma-anor ichimligi bilan meva sharbatlarini tayyorlashdagi texnologiyaning farqi nimada?
6. Sovuq ichimliklar sifatiga qanday talablar qo'yiladi?

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO‘YXATI

1. O‘zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasining 2003-yil 13-fevraldagi «2003—2006-yillarda chakana savdo, umumiy ovqatlanish va aholiga maishiy xizmat ko‘rsatish korxonalari tarmoqlarini rivojlantirishga doir qo‘shimcha chora-tadbirlar to‘g‘risida»gi qarori.
2. *N.Anfitova, T.Zaxarova, L.Tatarskaya*. Pazandachilik. — T.: «O‘qituvchi», 1993.
3. *Б.Баранов*. Технология производства продукции общественного питания. — М.: «Экономика», 1981.
4. *N.Kovalev, I.Grishin*. Ovqat tayyorlash texnologiyasi. — T.: «O‘qituvchi», 1969.
5. *К.Махмудов*. Узбекские блюда. — Т.: «Узбекистан», 1976.
6. *К.Махмудов*. Choynoma. — Т.: «O‘zbekiston», 1993.
7. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий. — М.: «Экономика», 1983.
8. Справочник технолога предприятий общественного питания. — М.: «Экономика», 1985.
9. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий народов Узбекистана. — Т.: «Мехнат», 1987.
10. *D.Siddiqov*. Lazzatli taomlar. — Т.: «O‘zbekiston», 1981.
11. *С.Некрутман*. Аппараты ВЧ в общественном питании. — М.: «Экономика», 1973.
12. *В.Ходжаев*. Традиционная и современная таджикская кухня. — Душанбе. «Ирфон», 1990.
13. *А.Шодмонов, Д.Асадов*. Лечебное питание. — Т.: «Медиз», 2001.

MUNDARIJA

| | |
|--------------|---|
| Kirish | 3 |
|--------------|---|

Birinchi bo'lim **XOMASHYOGA DASTLABKI ISHLOV BERISH**

| | |
|--|---|
| I bob. SABZAVOT VA QO'ZIQRINGA ISHLOV BERISH | 8 |
|--|---|

| | |
|---|----|
| 1.1. Tuganak mevalarga ishlov berish | 9 |
| 1.2. Ildiz sabzavotlarga ishlov berish | 13 |
| 1.3. Karam va piyozlarga ishlov berish | 15 |
| 1.4. Poliz mahsulotlariga ishlov berish | 17 |
| 1.5. Konservalangan sabzavotlarga ishlov berish | 18 |
| 1.6. Sabzavotlarni qiyma tiqishga tayyorlash | 18 |
| 1.7. Sifatiga qo'yiladigan talablar va saqlash muddatlari | 19 |
| 1.8. Sabzavot chiqitlari va ularning ishlatilishi | 20 |
| 1.9. Qo'ziqoringa ishlov berish | 21 |
| <i>Tekshirish uchun savollar va topshiriqlar</i> | 23 |

| | |
|-------------------------------------|----|
| II bob. BALIQQA ISHLOV BERISH | 24 |
|-------------------------------------|----|

| | |
|---|----|
| 2.1. Baliqlarga dastlabki ishlov berish | 27 |
| 2.2. Tangali baliqlarga ishlov berish (bo'laklash) | 29 |
| 2.3. Tangasiz baliqlarga ishlov berish | 31 |
| 2.4. Ba'zi turdagi baliqlarga o'ziga xos ishlov berish | 32 |
| 2.5. Osetr oilasidagi baliqlarga ishlov berish | 34 |
| 2.6. Baliq yarim tayyor mahsulotlarini tayyorlash | 35 |
| 2.7. Baliq kotlet massasi va undan yarim tayyor mahsulotlar tayyorlash | 37 |
| 2.8. Qiyma tiqish uchun baliqqa ishlov berish | 39 |
| 2.9. Baliq chiqitlariga ishlov berish va ishlatish | 41 |
| 2.10. Baliq yarim tayyor mahsulotlari sifatiga qo'yiladigan talablar va ularni saqlash muddatlari | 42 |
| 2.11. Dengiz mahsulotlari | 42 |
| <i>Tekshirish uchun savollar va topshiriqlar</i> | 45 |

| | |
|---|----|
| III bob. GO'SHT VA GO'SHT MAHSULOTLARIGA ISHLOV BERISH | 46 |
| 3.1. Go'shtlarga dastlabki mexanik pazandachilik ishlovini berish | 47 |
| 3.2. Mol go'shtini nimtalash va suyaklaridan ajratish | 49 |
| 3.3. Go'sht yarim tayyor mahsulotlarini tayyorlash | 52 |
| 3.4. Mayda tuyuqlilar go'shtini nimtalash va suyaklardan ajratish | 54 |
| 3.5. Mayda tuyuqli hayvonlar go'shtidan yarim tayyor mahsulotlarni tayyorlash | 57 |
| 3.6. Go'sht qiymasini va undan yarim tayyor mahsulotlarni tayyorlash | 59 |
| 3.7. Go'sht kotlet massasi va undan yarim tayyor mahsulotlar tayyorlash | 60 |
| 3.8. Suyaklarga ishlov berish | 61 |
| 3.9. Kalla-pocha mahsulotlariga ishlov berish | 62 |
| 3.10. Mahsulot sifatiga qo'yiladigan talablar | 64 |
| <i>Tekshirish uchun savol va topshiriqlar</i> | 65 |

| | |
|---|----|
| IV bob. PARRANDA VA ILVASIN GO'SHTLARIGA ISHLOV BERISH | 66 |
| 4.1. Parranda va ilvasin go'shtlariga dastlabki pazandachilik ishlovini berish | 67 |
| 4.2. Parranda va ilvasin go'shtlarini bog'lash | 68 |
| 4.3. Parranda va ilvasin go'shtlaridan tayyorlangan pishirishga tayyor mahsulotlar | 71 |
| 4.4. Parranda va ilvasin kalla-pochalariga ishlov berish | 73 |
| 4.5. Sifatiga qo'yiladigan talablar. Parranda va ilvasin go'shtidan tayyorlangan pishirishga tayyor mahsulotlarni saqlash muddatlari | 74 |
| <i>Tekshirish uchun savol va topshiriqlar</i> | 75 |

Ikkinch bo'lim
PAZANDACHILIKDA ISSIQ ISHLOV BERISH,
TAOM TAYYORLASH VA TARQATISH

| | |
|--|-----|
| V bob. PAZANDACHILIKDA ISSIQ ISHLOV BERISH USULLARI | 76 |
| 5.1. Asosiy usullar | 76 |
| 5.2. Issiq ishlov berishning kombinatsiyalangan usuli | 80 |
| 5.3. Yordamchi issiq ishlov berish usuli | 80 |
| 5.4. Issiq ishlov berishning mahsulot sifatiga ta'siri va o'zgarishi | 81 |
| <i>Tekshirish uchun savol va topshiriqlar</i> | 85 |
| VI bob. SUYUQ TAOMLAR | 86 |
| 6.1. Qaynatma quruq sho'rva tayyorlash | 86 |
| 6.2. Xushxo'r suyuq taomlar | 89 |
| 6.3. Sutli suyuq taomlar | 103 |

| | |
|---|-----|
| 6.4. Pyuresimon suyuq taomlar | 105 |
| 6.5. Tiniq suyuq taomlar | 109 |
| 6.6. Shirin suyuq taomlar | 112 |
| 6.7. Sovuq suyuq taomlar | 113 |
| 6.8. Suyuq taomlar uchun pishirishga tayyor mahsulotlar | 116 |
| 6.9. Pishirishga tayyor mahsulot va konsentratdan tayyorlangan suyuq taomlar | 117 |
| 6.10. Suyuq taomlarning sifatiga qo'yiladigan talablar va saqlash muddatlari | 118 |
| <i>Amaliy mashg'ulot</i> | 120 |
| <i>Tekshirish uchun savol va topshiriqlar</i> | 121 |
| | |
| VII bob. SARDAKLAR | 122 |
| | |
| 7.1. Sardak uchun jazlangan un va qaynatmalarni tayyorlash | 123 |
| 7.2. Unli sardaklarni tayyorlash. Go'sht qaynatmasidan qizil sardak tayyorlash | 125 |
| 7.3. Baliq va go'sht qaynatmasidan oq sardaklar tayyorlash | 127 |
| 7.4. Qo'ziqorin sardaklari | 131 |
| 7.5. Sut sardaklari | 131 |
| 7.6. Smetana sardaklari | 132 |
| 7.7. Unsiz sardaklarni tayyorlash. Yog'-tuxum sardaklari va yog' aralashmalari | 133 |
| 7.8. Sovuq sardaklar va jelelar | 135 |
| 7.9. Shirin sardaklar | 138 |
| 7.10. Sanoat sardaklari va sardak pastalari | 139 |
| 7.11. Sardaklarning sifatiga qo'yiladigan talablar va ularni saqlash sharoitlari | 141 |
| <i>Amaliy mashg'ulot</i> | 143 |
| <i>Tekshirish uchun savol va topshiriqlar</i> | 144 |
| | |
| VIII bob. YORMA, DUKKAKLI VA MAKARON MAHSULOTI TAOMLARI VA GARNIRLARI | 145 |
| | |
| 8.1. Yormalarni pishirishga tayyorlash | 146 |
| 8.2. Bo'tqalar | 147 |
| 8.3. Ilashimli bo'tqalardan tayyorlanadigan taomlar | 151 |
| 8.4. Yorma taomlari sifatiga qo'yiladigan talablar | 152 |
| 8.5. Dukkakli va makaron mahsulotlaridan tayyorlanadigan taomlar | 153 |
| 8.6. Makaron, yorma, dukakli mahsulot taomlari va garnirlarini saqlash shart-sharoitlari | 156 |
| <i>Amaliy mashg'ulot</i> | 157 |
| <i>Tekshirish uchun savol va topshiriqlar</i> | 157 |

| | |
|---|-----|
| IX bob. KARTOSHKA, SABZAVOTLAR, QO'ZIQORINLARDAN TAYYORLANGAN TAOM VA GARNIRLAR | 158 |
| 9.1. Pishirilgan sabzavotlardan tayyorlangan taom va garnirlar | 160 |
| 9.2. Dimlab pishirilgan sabzavot taomlari va garnirlari | 163 |
| 9.3. Sabzavotlardan qovurib tayyorlangan taom va garnirlar | 164 |
| 9.4. Dimlangan sabzavot taomlari va garnirlari | 169 |
| 9.5. Yopilgan sabzavot taomlari | 171 |
| 9.6. Qo'ziqorindan tayyorlanadigan taomlar | 174 |
| 9.7. Sabzavot taomlari sifatiga qo'yiladigan talablar va ularni saqlash muddatlari | 174 |
| 9.8. Yarim tayyor mahsulot taomlari | 176 |
| <i>Amaliy mashg'ulot.</i> Kartoshka, sabzavotlar, qo'ziqorinlardan tayyorlangan taom va garnirlar tayyorlashni o'rganish | 177 |
| <i>Tekshirish uchun savol va topshiriqlar</i> | 177 |
| X bob. BALIQ TAOMLARI | 178 |
| 10.1. Qaynatib pishirilgan baliq taomlari | 180 |
| 10.2. Dimlab pishirilgan baliq | 182 |
| 10.3. Qovurilgan baliq | 185 |
| 10.4. Yopilgan baliq taomlari | 187 |
| 10.5. Baliq kotlet massasidan tayyorlangan taomlar | 189 |
| 10.6. Dengiz mahsuloti taomlari | 191 |
| 10.7. Baliq taomlari sifatiga qo'yiladigan talablar va ularni saqlash muddatlari | 193 |
| <i>Amaliy mashg'ulot.</i> Baliq taomlarining tayyorlanish texnologiyasi bilan tanishish | 195 |
| <i>Tekshirish uchun savol va topshiriqlar</i> | 196 |
| XI bob. GO'SHT VA GO'SHT MAHSULOTI TAOMLARI | 197 |
| 11.1. Go'sht mahsulotlarini pishirish | 199 |
| 11.2. Go'shtlarni qovurish | 200 |
| 11.3. Dimlab pishirilgan go'sht taomlari | 207 |
| 11.4. Yopib pishirilgan go'sht taomlari | 212 |
| 11.5. Sof qiymali go'sht taomlari | 213 |
| 11.6. Go'shtli kotlet mahsulotlaridan tayyorlanadigan taomlar | 215 |
| 11.7. Kalla-pocha mahsulotlari taomlari | 216 |
| 11.8. Go'sht taomlari sifatiga qo'yiladigan talablar va ularni saqlash muddatlari | 219 |
| <i>Amaliy mashg'ulot.</i> Go'sht va go'sht mahsuloti taomlarining tayyorlanish texnologiyasi | 220 |
| <i>Tekshirish uchun savol va topshiriqlar</i> | 221 |

| | |
|--|-----|
| XII bob. PARRANDA VA ILVASIN GO'SHTLARIDAN TAYYORLANADIGAN TAOMLAR | 222 |
| 12.1. Qaynatib pishirilgan parranda go'shti | 222 |
| 12.2. Qovurilgan parranda va ilvasin go'shti | 223 |
| 12.3. Parranda go'shti dimlab pishiriladigan taomlar | 226 |
| 12.4. Parranda va ilvasin taomlari sifatiga qo'yiladigan talablar va ularni saqlash muddatlari | 227 |
| <i>Amaliy mashg'ulot.</i> Parrandava ilvasin va go'shtidan taom tayyorlash texnologiyasi | 228 |
| <i>Tekshirish uchun savol va topshiriqlar</i> | 228 |
| XIII bob. TUXUMDAN TAYYORLANADIGAN TAOMLAR | 229 |
| 13.1. Tuxumni pishirish | 230 |
| 13.2. Qovurilgan va yopilgan tuxum taomlari | 232 |
| 13.3. Tuxum taomlari sifatiga qo'yiladigan talablar va ularni saqlash muddatlari | 235 |
| <i>Amaliy mashg'ulot.</i> Tuxumdan tayyorlanadigan taomlarning tayyorlanish texnologiyasi bilan tanishish | 236 |
| <i>Tekshirish uchun savol va topshiriqlar</i> | 236 |
| XIV bob. TVOROG TAOMLARI | 237 |
| 14.1. Sovuq tvorog taomlari | 237 |
| 14.2. Issiq tvorog taomlari | 238 |
| 14.3. Muzlatilgan, pishirishga tayyor tvorog taomlari | 242 |
| 14.4. Tvorog taomlarining sifatiga qo'yiladigan talablar va ularni saqlash muddatlari | 242 |
| <i>Amaliy mashg'ulot.</i> Tvorog taomlarning tayyorlanish texnologiyasi bilan tanishish | 243 |
| <i>Tekshirish uchun savol va topshiriqlar</i> | 244 |
| XV bob. SOVUQ TAOM VA GAZAKLAR | 245 |
| 15.1. Sovuq taomlarda ishlariladigan mahsulotlarni tayyorlash | 245 |
| 15.2. Buterbrodlar | 247 |
| 15.3. Salatlar | 249 |
| 15.4. Vinegretlar | 253 |
| 15.5. Sabzavot, qo'ziqorin taomlari va gazaklari | 254 |
| 15.6. Baliq sovuq taomlari va gazaklari | 255 |
| 15.7. Go'sht sovuq taomlari va gazaklari | 258 |

| | |
|---|-----|
| 15.8. Sovuq taom va gazaklari sifatiga qo'yiladigan talablar va ularni saqlash muddatlari | 259 |
| <i>Amaliy mashg'ulot. Sovuq taom va gazaklar tayyorlash texnologiyasi bilan tanishish</i> | 260 |
| <i>Tekshirish uchun savol va topshiriqlar</i> | 261 |
| XVI bob. SHIRIN TAOMLAR | 262 |
| 16.1. Sof holdagi yangi meva va rezavorlar | 263 |
| 16.2. Kompot tayyorlash | 263 |
| 16.3. Jeleli shirin taomlar | 266 |
| 16.4. Issiq shirin taomlar | 273 |
| 16.5. Konsentratlardan tayyorlanadigan shirin taomlar | 276 |
| 16.6. Shirin taomlar sifatiga qo'yiladigan talablar va ularni saqlash muddatlari | 276 |
| <i>Amaliy mashg'ulot. Shirin taomlarning tayyorlanish texnologiyasi bilan tanishish</i> | 278 |
| <i>Tekshirish uchun savol va topshiriqlar</i> | 278 |
| XVII bob. ICHIMLIKLAR | 280 |
| 17.1. Choy | 280 |
| 17.2. Kofe, kakao, shokolad | 281 |
| 17.3. Sovuq ichimliklar | 283 |
| <i>Amaliy mashg'ulot. Ichimliklar tayyorlanish texnologiyasi bilan tanishish</i> | 284 |
| <i>Tekshirish uchun savol va topshiriqlar</i> | 285 |
| XVIII bob. XAMIR MAHSULOTLARI | 286 |
| 18.1. Xamirturushli xamir tayyorlash | 287 |
| 18.2. Xamir mahsulotlarini yopishga tayyorlash va uning o'zgarishi | 290 |
| 18.3. Xamir mahsulotlari | 292 |
| 18.4. Blin va oladya uchun xamir tayyorlash | 295 |
| 18.5. Xamirturushsiz xamir tayyorlash | 296 |
| 18.6. Qiyma tayyorlash | 299 |
| 18.7. Xamir mahsulotlari sifatiga qo'yiladigan talablar va ularni saqlash muddatlari | 301 |
| <i>Amaliy mashg'ulot. Xamir mahsulotlarini tayyorlash texnologiyasi bilan tanishish</i> | 301 |
| <i>Tekshirish uchun savol va topshiriqlar</i> | 302 |

| | |
|--|-----|
| XIX bob. DAVOLOVCHI TAOM ASOSLARI | 303 |
| 19.1. Parhez dasturxonlarining tavsifi | 304 |
| 19.2. Sovuq parhez taomlari | 307 |
| 19.3. Parhez suyuq taomlari | 308 |
| 19.4. Parhez quyuq is siq taomlari | 309 |
| 19.5. Parhez shirin taom va ichimliklari | 312 |
| 19.6. Tayyorlash taomlarning sifatiga qo'yiladigan talablar va ularni saqlash muddatlari | 314 |
| <i>Amaliy mashg'ulot. Davolovchi taomlarni tayyorlash texnologiyasi bilan tanishish</i> | 315 |
| <i>Tekshirish uchun savol va topshiriqlar</i> | 315 |

Uchunchi bo'lim O'ZBEK MILLIY TAOMLARI

| | |
|---|-----|
| XX bob. O'ZBEK MILLIY TAOMLARI PAZANDACHILIGI | 316 |
| 20.1. O'zbek milliy suyuq taomlari | 317 |
| 20.2. Sho'rvalar | 318 |
| 20.3. Suyuq taomlar | 320 |
| 20.4. O'zbek milliy suyuq taomlari sifatiga qo'yiladigan talablar | 322 |
| <i>Amaliy mashg'ulot. O'zbek milliy suyuq taomlarini tayyorlash</i> | 323 |
| <i>Tekshirish uchun savol va topshiriqlar</i> | 323 |
| XXI bob. O'ZBEK MILLIY QUYUQ TAOMLARI | 324 |
| 21.1. Kartoshka, sabzavot, yorma, dukkakli va go'sht mahsulotlaridan tayyorlanadigan taomlar | 324 |
| 21.2. Jarkoplar | 326 |
| 21.3. Shavlalar | 327 |
| 21.4. Palovlar | 328 |
| 21.5. Kaboblar | 330 |
| 21.6. Xamir mahsulot taomlaridan tayyorlanadigan | 331 |
| 21.7. Mantilar | 336 |
| 21.8. Somsalar | 337 |
| 21.9. O'zbek milliy quyuq taomlari sifatiga qo'yiladigan talablar | 341 |
| <i>Amaliy mashg'ulot. O'zbek milliy quyuq taomlarining tayyorlanish texnologiyasi bilan tanishish</i> | 343 |
| <i>Tekshirish uchun savol va topshiriqlar</i> | 344 |

| | |
|--|-----|
| XXII bob. O‘ZBEK MILLIY SOVUQ TAOM VA GAZAKLARI | 345 |
| 22.1. Sovuq taomlar tayyorlash usullari | 345 |
| 22.2. O‘zbek milliy sovuq taom va gazaklari sifatiga qo‘yiladigan talablar | 349 |
| <i>Amaliy mashg‘ulot. O‘zbek milliy sovuq taom va gazaklarining tayyorlanish</i> <i>texnologiyasi bilan tanishish</i> | 352 |
| <i>Tekshirish uchun savol va topshiriqlar</i> | 352 |
| XXIII bob. O‘ZBEK MILLIY SHIRIN TAOM VA ICHIMLIK LARI | 353 |
| 23.1. Shirin taomlar..... | 353 |
| 23.2. Milliy ichimliklar | 354 |
| 23.3. O‘zbek milliy shirin taom va ichimliklari sifatiga qo‘yiladigan talablar | 356 |
| <i>Amaliy mashg‘ulot. O‘zbek milliy shirin ichimliklari va taomlari tayyorlanish</i> <i>texnologiyasi bilan tanishish</i> | 358 |
| <i>Tekshirish uchun savol va topshiriqlar</i> | 358 |
| Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati | 359 |

