

ПОДРОБНАЯ ПАМЯТКА ПОВАРА

НА ЗАМЕТКУ

Хороший повар — не тот, кто умеет многое готовить, а тот, кто делает простое вкусно и полезно.



ПРАВИЛА УСПЕХА

- * Свежие продукты — половина вкуса.
- * Чистота и порядок — залог качества.
- * Внимание к деталям — секрет мастера.



КУЛИНАРИЯ — ЭТО ИСКУССТВО

Кулинария требует не только знаний, но и любви к своему делу. Каждое блюдо — это результат труда, терпения и вдохновения. Из простых продуктов можно создать настоящий шедевр. Главное — соблюдать технологию и готовить с душой. Пусть ваша кухня будет местом, где рождаются вкусные блюда и добрые традиции!



ХОРОШИЙ ПОВАР

ПОЛЕЗНЫЙ СОВЕТ

Перед приготовлением блюда внимательно прочитайте рецепт, подготовьте все необходимые ингредиенты и инструменты. Это сэкономит время и сделает процесс приятным.

НЕ ЗАБУДЬТЕ

- ✓ Проверить свежесть продуктов
- ✓ Подготовить рабочее место
- ✓ Соблюдать рецептуру

Караев Хетаг

Подробная памятка повара

«Автор»

2026

Хетаг К. Э.

Подробная памятка повара / К. Э. Хетаг — «Автор», 2026

Справочное руководство по кулинарной технике Сколько градусов внутри стейка medium rare? Зачем поварской колпаку сто складок? Какой камень нужен для японского ножа и почему тупой нож опаснее острого? Почему фритюрницу нельзя тушить водой и какая разделочная доска для какой задачи? Ответы — не в рецептах. Ответы — в принципах. Эта книга собирает их в один том: от заточки лезвия до приёмки сырья, от анатомии туши до цветовой кодировки досок, от материнских соусов до температурной карты прожарки. Семнадцать глав — без воды, без пошаговых инструкций, без фотографий готовых тарелок. Только то, что повар должен знать до того, как возьмёт нож. Для тех, кто работает на профессиональной кухне, и для тех, кто хочет понимать, как она устроена.

© Хетаг К. Э., 2026

© Автор, 2026

Содержание

Глава	5
Конец ознакомительного фрагмента.	22

Караев Хетаг

Подробная памятка повара

Глава

ПОДРОБНАЯ ПАМЯТКА ПОВАРА

Справочное руководство по кулинарной технике

Безопасность и форма • Ножи и заточка • Типы мяса

Тепловая обработка • Сочетания вина и продуктов

Фарш • Хранение • Приправы • Рыба и морепродукты

Соусы • Овощи и гарниры • Оборудование

Организация рабочего места • Приёмка сырья

СОДЕРЖАНИЕ

Введение

Глава 1. Правила безопасности поваров на кухне

Глава 2. Поварская форма: состав, правила ношения и национальные особенности

Глава 3. Ножи, их виды и условия применения

Глава 4. Что такое заточка и зачем она нужна

Глава 5. Типы мяса

Глава 6. Виды тепловой обработки мяса: методы, температурные режимы и продолжительность

Глава 7. Принципы сочетания вина и мяса

Глава 8. Принципы сочетания продуктов между собой

Глава 9. Фарш: классификация, разновидности и пропорции

Глава 10. Товарное соседство: принципы, правила и условия хранения продуктов

Глава 11. Основные виды приправ: классификация, характеристики и сочетаемость с продуктами

Глава 12. Рыба и морепродукты

Глава 13. Основы соусов

Глава 14. Овощи, гарниры и крупы

Глава 15. Технологическое оборудование кухни

Глава 16. Организация рабочего места

Глава 17. Приёмка сырья

Заключение

Глоссарий

Приложение 1. Температуры готовности мяса

Приложение 2. Температуры и сроки хранения продуктов

Приложение 3. Время жарки и запекания

Приложение 4. Зернистость точильных камней

Приложение 5. Цветовая кодировка разделочных досок

Приложение 6. Жирность фарша по типам

ВВЕДЕНИЕ

Эта книга — справочное руководство для поваров, работающих в профессиональной кухне, а также для опытных любителей, стремящихся к системному пониманию кулинарной техники. Книга не учит готовить конкретные блюда — она объясняет принципы, на которых строится любое приготовление.

Структура книги следует логике рабочего цикла повара: от безопасности и формы через инструменты и сырьё к методам обработки и организации работы. Каждая глава самостоятельна, но ссылки между главами указывают на взаимосвязи.

Книга не заменяет практический опыт, но даёт теоретическую базу, которая помогает принимать осознанные решения на кухне. Все температурные режимы и временные параметры приведены для ориентира и должны корректироваться под конкретное оборудование и продукт.

Глава 1. Правила безопасности поваров на кухне

Общие положения

Кухня производственного предприятия общественного питания относится к категории помещений с повышенной опасностью. В процессе работы повар подвергается воздействию ряда факторов риска: высокие температуры поверхностей и жидкостей, острый режущий и колющий инструмент, движущиеся части механического оборудования, электрооборудование, работающее во влажной среде, горячие жиры и масла, способные к воспламенению, а также химические моющие и дезинфицирующие средства. Соблюдение правил безопасности является не формальным требованием, а условием сохранения здоровья и жизни персонала.

Личная гигиена и экипировка

Санитарная одежда. Каждый повар должен работать в установленной санитарной одежде: куртка или халат, брюки или юбка, колпак или косынка, фартук, полотенце. Одежда должна быть чистой, выстиранной и проглаженной; сменяется ежедневно или по мере загрязнения. Карманы куртки не должны использоваться для хранения острых предметов — ножей, шпажек, открывалок, — так как при наклоне они могут выпасть или нанести травму.

Обувь. На кухне ношение специальной обуви обязательно. Обувь должна быть закрытой, с нескользящей подошвой, на низком каблуке или без него. Предпочтительна обувь с металлическим подноском, защищающим стопу от падения тяжёлых предметов. Сандалии, шлёпанцы, открытая обувь не допускаются. Скользящая обувь — одна из наиболее частых причин травм на кухне, особенно вблизи зон мытья и жарки, где пол может быть влажным или жирным.

Волосы и украшения. Волосы убираются под колпак или косынку полностью; распущенные волосы запрещены — они могут попасть в пищу или зацепиться за оборудование. Кольца, браслеты, цепочки, часы не носят во время работы: украшения препятствуют правильному мытью рук, накапливают микроорганизмы и могут зацепиться за детали оборудования или попасть в продукт.

Руки и ногти. Ногти стригутся коротко; лакированные ногти и искусственные ногти запрещены. Руки моются с мылом до локтей перед началом работы, после каждого перерыва, после посещения туалета, после работы с сырыми продуктами, после чихания или кашля, после работы с отходами. При наличии на руках порезов, ожогов, гнойничковых заболеваний рук — работа с пищевыми продуктами запрещена до полного выздоровления; при наложении повязки поверх неё обязательно надевается одноразовый напальчник или перчатка.

Перчатки. Одноразовые перчатки используются при работе с продуктами, способными вызвать аллергическую реакцию или контаминацию: сырая птица, рыба, мясо, готовая продукция. Перчатки меняются при переходе от работы с сырыми продуктами к работе с готовыми.

Повторное использование одноразовых перчаток запрещено. Термостойкие перчатки или прихватки используются при работе с горячими поверхностями, противнями, кастрюлями; влажные или мокрые прихватки не используются, так как влага проводит тепло и может вызвать ожог.

Работа с ножами и режущим инструментом

Нож — основной инструмент повара и одновременно источник наиболее частых травм. Соблюдение правил работы с ножом критически важно.

Состояние ножа. Нож должен быть острым — тупой нож требует большего усилия при резке, соскользнуть может и нанести серьёзную травму. Лезвие не должно иметь сколов и трещин; рукоять — трещин и люфтов. Нож с дефектным лезвием или рукоятью подлежит замене.

Техника резки. Продукт удерживается направляющей рукой с согнутыми внутрь пальцами («когтистый захват»), при этом кончики пальцев направлены внутрь, а средние фаланги служат упором для лезвия ножа. Нож движется режущим, а не рубящим движением — лезвие скользит вдоль продукта. Направляющая рука всегда находится позади лезвия, никогда — перед ним.

Хранение и транспортировка. Ножи хранятся в специальных магнитных держателях, подставках или на подвесных рейках — не на рабочих поверхностях и не в ящиках стола без фиксации. При переносе ножа по кухне лезвие направлено вниз, а рукоять удерживается у бедра; переноска ножа с направленным вверх или вперёд лезвием запрещена. Передача ножа другому лицу осуществляется рукоятью вперёд, лезвием вниз; нельзя подавать нож лезвием вперёд.

Разделочные доски. Используется цветовая кодировка досок по категориям продуктов. Запрещается использовать одну и ту же доску для сырых и готовых продуктов без промежуточной мойки и дезинфекции. Доска должна быть устойчивой — под неё подкладывается влажная тряпка или используется доска с противоскользящим основанием. Скользящая доска — частая причина порезов.

Падение ножа. Если нож падает, не следует пытаться его поймать — необходимо отступить и дать ему упасть. Пытаясь поймать падающий нож, повар рискует получить серьёзный порез.

Работа с тепловым оборудованием

Плиты и конфорки. Ручки конфорок и переключатели нагреваются при длительной работе — используются сухие прихватки или полотенце. При зажигании газовой конфорки сначала подносится пламя (спичка или пьезоподжиг), затем открывается подача газа; обратный порядок может привести к вспышке скопившегося газа. Если газ не зажётся в течение нескольких секунд, подача газа немедленно прекращается, зона проветривается, и повторная попытка предпринимается после устранения причины.

Жарка во фритюре. Фритюрница — один из наиболее опасных видов оборудования на кухне. Масло нагревается до 160–180 °С и может воспламениться при перегреве выше 200–220 °С. Продукты закладываются в масло осторожно, без броска — во избежание разбрызгивания горячего масла. Влажные или замороженные продукты погружаются особенно медленно, так как контакт воды с горячим маслом вызывает резкое разбрызгивание. Фритюрница не должна переполняться — заполнение маслом не более чем на 2/3 объёма. При воспламенении масла фритюрница накрывается крышкой, подача тепла отключается; тушение водой не допускается — это вызывает взрывообразное разбрызгивание горящего масла.

Духовые шкафы. При открывании дверцы духовки повар стоит сбоку, а не прямо перед ней — выходящий пар и горячий воздух могут вызвать ожог лица и рук. Противни и формы извлекаются сухими прихватками; влажные прихватки проводят тепло. Противень направляется от себя, чтобы пар выходил в противоположную сторону.

Сковороды и кастрюли. Ручки сковород и кастрюль на плите направлены внутрь рабочей зоны — не наружу, где они могут быть случайно задеты проходящим мимо сотрудником.

Крышки с горячих кастрюль снимаются от себя, чтобы пар не попал на лицо. Жидкость из большой кастрюли переливается осторожно, с надёжным захватом двумя руками; вес полной кастрюли может превышать безопасный предел для одного человека.

Горячие поверхности. Любая поверхность на кухне — плита, противень, дверца духовки, крышка кастрюли, ручка сковороды — может быть горячей. Правило: ко всем поверхностям следует относиться как к горячим, пока не доказано обратное. Температура проверяется осторожным касанием рукой вблизи поверхности, а не на ней.

Работа с механическим оборудованием

Мясорубка. Перед загрузкой мяса мясорубка проверяется на наличие и исправность предохранительного кольца и толкателя. Проталкивание продукта руками через горловину мясорубки не допускается — используется только специальный толкатель. При засорении мясорубка отключается от электросети и разбирается; прочистка работающей мясорубки запрещена. После окончания работы мясорубка отключается и разбирается только после полной остановки двигателя и ножа.

Куттер, блендер, миксер. Загрузка и выгрузка продукта производятся только при полной остановке лезвий или насадок. Крышка куттера или блендера должна быть закрыта до включения. Не допускается погружение рук, ложек, лопаток в работающий куттер или миксер. При очистке лезвий оборудование отключается от электросети.

Слайсер и овощерезка. При нарезке на слайсере используется толкатель — нарезка вручную при приближении к лезвию запрещена. Последние куски продукта не нарезаются — отбраковываются во избежание контакта пальцев с лезвием. Очистка лезвия производится только после отключения от электросети и полной остановки. Защитный кожух лезвия устанавливается на место сразу после окончания работы.

Посудомоечная машина. При разгрузке посудомоечной машины используется термостойкая защита, так как посуда и полки достигают высокой температуры. Острые предметы (ножи, вилки) загружаются остриём вниз. Не допускается перегрузка машины сверх номинальной загрузки.

Электробезопасность

Кухня — влажное помещение с обилием электроприборов, что создаёт повышенный риск поражения электрическим током.

Состояние оборудования. Перед использованием электроприбора проверяется целостность кабеля, вилки и розетки. Повреждённые кабели, треснувшие вилки, искрящие розетки не используются — о неисправности немедленно сообщается ответственному лицу. Самостоятельный ремонт электрооборудования непрофессиональным персоналом запрещён.

Влага и электричество. Электроприборы не берутся мокрыми руками. Не допускается попадание воды на электрические розетки, переключатели и кабели. Пролитая жидкость вблизи электроприборов немедленно убирается, а оборудование отключается от сети до устранения влаги. Не допускается одновременное касание работающего электроприбора и металлических поверхностей (раковины, плиты, труб) — при пробое изоляции через тело может пройти ток.

Отключение. При очистке, разборке или перемещении любого электроприбора он отключается от сети. Вынимание вилки из розетки производится за корпус вилки, а не за кабель. После окончания смены всё электрооборудование отключается от сети, если иное не предусмотрено регламентом (например, холодильное оборудование).

Поражение током. При поражении сотрудника электрическим током первым действием является отключение источника тока. К пострадавшему нельзя прикасаться до отключения электроэнергии. После отключения вызывается скорая помощь; при отсутствии дыхания и пульса начинается сердечно-лёгочная реанимация.

Пожарная безопасность

Источники возгорания. Основные источники пожара на кухне: перегретое масло во фритюрнице, жировые отложения в вытяжном зонте и фильтрах, короткое замыкание электропроводки, оставленное без присмотра работающее тепловое оборудование, возгорание ткани (полотенца, одежда) вблизи открытого пламени.

Профилактика. Вытяжные зонты и фильтры очищаются от жировых отложений регулярно — не реже одного раза в неделю при интенсивной эксплуатации. Не допускается скопление жира на поверхностях плиты и стенках оборудования. Полотенца и тканевые изделия не размещаются вблизи открытого пламени и нагретых поверхностей. Тепловое оборудование не оставляется без присмотра во включённом состоянии.

Средства тушения. На кухне в обязательном порядке размещаются огнетушители — углекислотные (для электрооборудования) и порошковые (для масел и жиров). Применение пенных и водных огнетушителей для тушения горящего масла не допускается. Огнетушители должны быть доступны, не загромождены и проверены в установленные сроки. Персонал должен знать расположение огнетушителей, пути эвакуации и порядок действий при пожаре.

При возгорании. При возгорании масла немедленно отключается подача тепла, зона накрывается крышкой или металлическим листом для прекращения доступа кислорода. Горящее масло не переносится и не выливается. При возгорании оборудования отключается электропитание и применяется огнетушитель соответствующего типа. При невозможности самостоятельного тушения немедленно вызывается пожарная охрана (112), персонал эвакуируется.

Безопасность при переноске тяжестей и перемещении

Переноска. Вес переносимого груза для женщин не должен превышать 10 кг, для мужчин — 20 кг; при весе свыше указанного требуется помощь второго сотрудника или использование тележки. Кастрюли и баки с горячей жидкостью переносятся только на устойчивой тележке — не на руках, так как пролитая горячая жидкость может вызвать тяжёлые ожоги.

Перемещение по кухне. Движение по кухне осуществляется спокойно, без бега и резких поворотов. Повар, несущий горячий продукт или острый инструмент, имеет приоритет; идущий навстречу уступает. Не допускается одновременное движение навстречу друг другу в узком проходе. Пол должен быть сухим и чистым; пролитые жидкости и упавшие продукты убираются немедленно. На мокром полу вывешивается предупреждение или ставится знак.

Напольное покрытие. Пол не должен иметь выбоин, трещин, выступающих краёв плитки, неровностей. Обнаруженные дефекты немедленно устраняются. Запрещается работать на скользком полу — при выявлении скользкости работа приостанавливается до устранения причины.

Работа с моющими и дезинфицирующими средствами

Хранение. Моющие и дезинфицирующие средства хранятся в отдельной, специально выделенной зоне — не в зоне хранения пищевых продуктов и не на рабочих поверхностях. Средства хранятся в заводской упаковке с этикеткой; переливание в непищевую тару без маркировки не допускается. Средства, не имеющие заводской этикетки, не используются.

Использование. При работе с концентрированными моющими и дезинфицирующими средствами используются перчатки и, при необходимости, защитные очки. Не допускается смешивание различных средств — особенно хлорсодержащих с кислотными, так как при этом выделяется токсичный газ. Разбавление концентратов производится в соответствии с инструкцией производителя; превышение концентрации не повышает эффективность и может повредить оборудование и поверхность.

Контакт с кожей и глазами. При попадании средства на кожу немедленно промыть участок большим количеством воды. При попадании в глаза — промывать водой не менее 15 минут и обратиться к врачу. При проглатывании — не вызывать рвоту, немедленно обратиться за медицинской помощью, сохранив упаковку средства для идентификации.

Безопасность при работе с кипящими жидкостями и паром

Кипящие жидкости. Кастрюля с кипящей жидкостью не должна переполняться — заполнение не более 2/3 объёма. Жидкость в кипящую кастрюлю добавляется осторожно, небольшими порциями, чтобы избежать резкого вскипания и выплёскивания. Крышка снимается с кастрюли от себя, на расстоянии вытянутой руки — пар может вызвать серьёзный ожог.

Пар. Пароварки и пароконвектоматы открываются с осторожностью: пар выходит под давлением и может обжечь лицо и руки. Дверца открывается в сторону от лица, сначала на небольшую щель для выпуска пара, затем полностью. При работе с пароконвектоматом используются термостойкие перчатки.

Разлив. При разливе горячей жидкости на пол немедленно ограждается зона, выкладывается предупреждение, и liquid убирается после остывания. Хождение по зоне разлива до её устранения запрещено.

Оказание первой помощи при основных травмах

Порезы. Рана промывается водой с мылом, при необходимости останавливается кровотечение путём прижатия стерильной салфетки. При глубоком порезе накладывается давящая повязка; при сильном кровотечении — жгут выше места ранения с фиксацией времени наложения. Обязательно обращение к врачу при глубоких порезах, особенно в области пальцев и кистей — возможны повреждения сухожилий и нервов.

Ожоги термические. При ожоге первой степени (покраснение) поражённый участок охлаждается проточной водой 10–15 минут. При ожоге второй степени (пузыри) — охлаждение водой, наложение стерильной повязки; вскрытие пузырей не допускается. При тяжёлых ожогах — охлаждение, чистая ткань поверх ожога, немедленное обращение за медицинской помощью. Нанесение масла, крема, зубной пасты, льда непосредственно на обожжённую ткань запрещено — это усугубляет повреждение.

Ожоги маслом. При попадании горячего масла на кожу — охлаждение проточной водой не менее 15 минут. Масло, оставшееся на коже, аккуратно удаляется после охлаждения. При обширном ожоге маслом — немедленное обращение за медицинской помощью.

Поражение электрическим током. Первое действие — отключение источника тока. При лёгком поражении (онемение, сокращение мышц) — покой и наблюдение. При тяжёлом поражении (потеря сознания, остановка дыхания) — вызов скорой помощи, при необходимости сердечно-лёгочная реанимация.

Попадание инородного тела в глаз. Не тереть глаз. Промыть глаз большим количеством воды. Если инородное тело не удаляется — обратиться к врачу.

Организационные меры

Инструктаж. Каждый сотрудник кухни проходит вводный инструктаж по безопасности при приёме на работу, а затем повторный инструктаж на рабочем месте не реже одного раза в три месяца. Результаты инструктажа фиксируются в журнале с подписью сотрудника и инструктирующего.

Аптечка первой помощи. На кухне в доступном месте располагается укомплектованная аптечка первой помощи. Состав аптечки проверяется и пополняется регулярно. Место расположения аптечки известно всему персоналу и обозначено указателем.

Ответственность. Назначается ответственный за охрану труда и пожарную безопасность на кухне — обычно шеф-повар или су-шеф. Ответственный контролирует соблюдение правил, состояние оборудования, наличие и исправность средств защиты и тушения, ведение журналов инструктажа.

Отчётность о травмах. Любая травма, полученная на рабочем месте, регистрируется в журнале несчастных случаев с указанием даты, характера травмы, обстоятельств, принятых мер и подписи пострадавшего и ответственного. Даже незначительные травмы не игнорируются — они могут указывать на системные нарушения, способные привести к более серьёзным последствиям.

Глава 2. Поварская форма: состав, правила ношения и национальные особенности

История

Современная поварская униформа родилась во Франции в первой половине XIX века. Мари-Антуан Карем первым сделал белый цвет символом чистоты и профессионального достоинства, приравняв труд повара к труду врача. Он же стандартизировал колпак с картонным кольцом для жёсткости и задал правило: чем выше колпак, тем выше ранг. В конце XIX века Огюст Эскофье закрепил двубортный китель как обязательный элемент и привнёс шейный платок, впитывающий пот у раскалённой плиты.

Состав формы

Китель — двубортная куртка с двумя рядами пуговиц. Двойной слой ткани на груди защищает от ожогов и пара. Длинные рукава закрывают предплечья; закатывать их не допускается. Двубортная конструкция позволяет при загрязнении перезастегнуть китель на другую сторону, не прерывая работу. Пуговицы — из термостойкого нейлона. По французской традиции чёрные пуговицы носят квалифицированные повара, белые — ученики.

Головной убор — высокий белый колпак, создающий воздушную прослойку и предотвращающий перегрев. Высота обозначает ранг: шеф-повар — самый высокий, су-шеф — средний, рядовые повара — берет или шапочка-таблетка. Классический колпак имеет сто складок — по числу способов приготовления яиц, которыми должен владеть квалифицированный повар. В современных кухнях колпак нередко заменяют беретом, банданой или одноразовым бумажным колпаком.

Фартук — защитный элемент от брызг жира и разливов горячей жидкости. Классический вариант — белый нагрудный с регулируемым шейным ремнём. Материал должен иметь жиро- и водоотталкивающую пропитку и выдерживать стирку при температуре не ниже 60 °C.

Боковое полотенце — крепится на поясе, служит прихваткой. Не используется для вытирания рук: намочшее полотенце теряет теплоизоляционные свойства.

Брюки — свободного кроя, из дышащей ткани. Традиционная расцветка — чёрно-белая клетка, скрывающая пятна. Современные кухни допускают однотонные тёмные брюки. Часто на эластичном поясе без молний и пуговиц.

Обувь — закрытая, с нескользящей подошвой, на низком каблуке. Предпочтительна с металлическим подноском. Кожаные сабо или специализированные ботинки. Открытая обувь категорически запрещена.

Шейный платок — исторический элемент, впитывающий пот. В современных кухнях встречается реже, но сохраняется в классических и парадных формах.

Материалы

Традиционный материал — плотный хлопок (200–240 г/м²), обеспечивающий воздухопроницаемость и гигроскопичность. Современные кители шьются из смесовых тканей — хлопок с полиэстером, — где натуральное волокно отвечает за комфорт, а синтетическое повышает прочность и сохранение формы после многократных стирок. Ткани обрабатываются жиро- и водоотталкивающими, а также антимикробными пропитками. Для работы с открытым огнём применяются огнестойкие ткани.

Правила ношения

Форма должна быть чистой, выстиранной и проглаженной. Смена — ежедневно или по мере загрязнения, но не реже одного раза в два дня. На каждого повара — не менее двух-трёх полных комплектов.

Выход в спецодежде за пределы кухни запрещён. Уличная одежда оставляется в гардеробе. Волосы полностью убираются под головной убор. Кольца, браслеты, цепочки, часы не

носятся. Ногти стригутся коротко; лакированные и искусственные ногти запрещены. При порезах поверх повязки надевается напальчник или перчатка.

Перед началом работы повар моет руки с мылом до локтей и надевает комплект в следующем порядке: брюки, китель (застёгнутый на все пуговицы), головной убор, фартук, боковое полотенце. Обувь надевается до входа в производственное помещение.

Иерархия формы на кухне

Шеф-повар — двубортный белый китель с цветным кантом, высокий колпак, белый фартук, чёрные пуговицы, возможна вышивка имени и логотипа.

Су-шеф — полный комплект, колпак средней высоты или берет, без канта или с минимальной отделкой.

Рядовые повара — китель, шапочка-таблетка или берет, фартук. Пуговицы — белые.

Кухонные рабочие и мойщики — халат, косынка или пилотка, фартук из полимерного материала с нагрудником, нарукавники.

Кондитеры — белый китель, мягкая шапочка, не создающая статического электричества, фартук.

Национальные особенности: ключевые отличия

Франция — классический белый стандарт

Самая консервативная традиция. Всё белое — китель, колпак, фартук. Двубортный китель с воротником-стойкой и чёрными пуговицами. Высокий колпак со ста складками. Шейный платок обязателен. Отступления от стандарта в ресторанах высокой кухни не приветствуются.

Великобритания — французская основа с практичностью

Белый китель сохраняется, но брюки — чёрно-белая клетка (houndstooth), ставшая визитной карточкой британской кухни. В пабах и неформальных заведениях допустимы чёрные или тёмно-синие кители, берет или бандана вместо колпака.

Германия и Австрия — свобода цвета

Отличие от французского стандарта — допустимость цветных кителей: серых, светло-голубых, с отделкой. Брюки — тёмные однотонные или клетчатые. Шейный платок сохраняется в классических заведениях.

Италия — неформальность и региональность

Наименее формальная европейская традиция. В trattoriaх китель может быть заменён хлопковой белой рубашкой с закатанными рукавами и фартуком. Головной убор — берет или бандана, колпак встречается редко. В тосканских и пьемонтских заведениях допустимы кители цвета слоновой кости или кремовые.

Япония — полная смена эстетики

Принципиальное отличие от европейской формы. Вместо кителя — юката или хаппи (короткое кимоно). Вместо колпака — хачимаки (повязка на голову). Вместо ботинок — таби (обувь с разделённым большим пальцем для устойчивости на татами). Европейская форма применяется только в ресторанах западной кухни.

Китай — компактность и функциональность

Вместо двубортного кителя — халат или куртка с короткими рукавами на пуговицах. Вместо колпака — круглая шапочка, похожая на хирургическую, или пилотка. Длинный фартук с логотипом заведения. В ресторанах высокой кухни — европейский стандарт с национальной вышивкой и цветовой отделкой.

США и Канада — прагматизм и вариативность

Наиболее свободная западная традиция. В ресторанах высокой кухни — классический европейский стандарт. В неформальных заведениях — тёмный китель или футболка-поло с логотипом, бандана или кепка вместо колпака, джинсовые брюки, цветной фартук. Широко

распространены технологические ткани — влагоотводящие, огнестойкие, с усиленной вентиляцией.

Скандинавия — минимализм

Самый лаконичный европейский подход. Форма преимущественно чёрная или тёмно-серая. Китель — часто однобортный, с короткими рукавами. Высокий колпак практически не встречается — вместо него берет, бандана или шапочка-таблетка. Фартук — кожаный или из плотного тёмного хлопка. В кулинарных школах сохраняется классический белый стандарт.

Россия и страны СНГ — нормативная регламентация

Форма регламентируется санитарными нормами (СанПиН) и отраслевыми стандартами. Обязательный набор: белый халат или китель, колпак или косынка, брюки или юбка, фартук с нагрудником, нарукавники. Маркировка предприятия обязательна. В заведениях с национальной кухней форма адаптируется — кимоно в восточных ресторанах, традиционная отделка в кавказских.

Ближний Восток и Северная Африка — климатическая адаптация

Кители из лёгкого хлопка, часто с короткими рукавами. Головной убор — бандана или лёгкий берет. В традиционных кухнях возможны элементы национальной одежды — галабея (длинная рубаха), повязки на голову. В отелях и ресторанах высокой кухни — европейский стандарт.

Заключение

Поварская форма — инженерный продукт, где каждый элемент продиктован функциональной необходимостью: гигиеной, безопасностью, эргономикой и иерархической визуализацией. Национальные различия выражаются прежде всего в цвете (белый во Франции — чёрный в Скандинавии — цветной в Германии), головном уборе (высокий колпак — берет — хачимаки — хирургическая шапочка), степени формальности (строгий стандарт Франции — неформальность Италии — прагматизм США) и материале (хлопок — смесовые ткани — национальные ткани). Базовые принципы неизменны: чистота, защита от ожогов и порезов, полное сокрытие волос, возможность дезинфекции и сменность.

Глава 3. Ножи, их виды и условия применения

Нож в профессиональной кухне — это не простое орудие труда, а инструмент, чья морфология, баланс и режущая геометрия определяют технику обработки продукта, экономию сырья и эстетический результат.

Критерии классификации ножей

Классифицировать поварские ножи можно по совокупности параметров:

функциональное назначение (подготовка, разделка, сервировка);

форма клинка (длина, кривизна, ширина);

жёсткость и гибкость лезвия;

конструкция заточки (симметричная/асимметричная, односторонняя/двусторонняя);

региональная и технологическая традиция (европейские, японские школы).

Эти параметры взаимосвязаны: изменение одного неизбежно диктует требования к другим.

Общие конструктивные элементы и их значение

Длина лезвия. Длинные лезвия (25–35 см) обеспечивают ровную длинную протяжённую нарезку без многократного перемещения ножа; короткие (10–18 см) дают больший контроль при детальной работе.

Радиус кривизны (rocking vs straight). Выраженная кривизна удобна для «качания» при шинковке; прямая кромка даёт точную ровную резку и удобна для слайсинга.

Толщина у спинки и у режущей кромки. Толстая спинка придаёт жёсткость и ударную прочность; тонкая фаска у кромки обеспечивает остроту и малое сопротивление в резе.

Гибкость клинка. Гибкие лезвия облегчают премиальную филировку и отделение филе от кости; жёсткие — предпочтительны при агрессивной обвалке плотных тканей.

Материал и термообработка стали. Твёрдая сталь (высокая HRC) даёт лучшую удерживаемость остроты и тонкий угол заточки; мягкая или ударопрочная сталь требует более прочного угла, но выдерживает механическую нагрузку.

Основные типы ножей: формальное описание и назначение

3.1. Шеф-нож (chef's knife; gyuto)

Описание: универсальный инструмент с длиной клинка 18–30 см, умеренной кривизной и сбалансированной массой. Чаще имеет двустороннюю симметричную заточку.

Назначение: многофункциональная обработка — рубка, шинковка, нарезка, предварительная подготовка мяса перед детальной разделкой.

Применение к мясу: эффективен для нарезки больших кусков мяса поперёк волокон, формовки кусочков для жарки, обрезки лишнего жира; не предназначен для работы с костями.

3.2. Сантоку

Описание: японская интерпретация универсального ножа, более короткая и широкая, с почти прямой режущей кромкой.

Назначение: точная, ритмичная шинковка и аккуратная нарезка.

Применение к мясу: тонкая резка филе птицы и небольших кусков говядины/свинины; менее эффективен при крупных тушах.

3.3. Филейный нож (fillet/bonito/yanagiba)

Описание: длинное, тонкое и гибкое лезвие, обеспечивающее плавное скользящее движение.

Назначение: отделение филе от костей, срезание тонких пластов.

Применение к мясу: прежде всего рыба — сёмга, тунец, белая рыба; применим также для тонкой нарезки мягких кусков мяса и деликатной работы с птицей.

3.4. Обвалочный нож (boning knife)

Описание: средняя длина (12–18 см), различная степень гибкости (мягкие — для птицы/рыбы; жёсткие — для говядины/свинины).

Назначение: отделение мяса от кости, снятие плёнок и удаления сухожилий.

Применение к мясу: универсален для обвалки туш и подготовки к дальнейшей порционной резке.

3.5. Разделочный/мясной нож (butcher's knife, breaking knife)

Описание: массивное лезвие с кривизной, предназначенное для первичной разбивки туши.

Назначение: первичная разделка туш, отделение крупных частей.

Применение к мясу: говядина, баранина, свинина — работа на пункте первичной переработки.

3.6. Тяжёлый ломач/косак (cleaver)

Описание: массивный, прямоугольный или слегка трапециевидный клинок, рассчитанный на ударную и режущую нагрузку.

Назначение: рубка через кости, шлифовка хрящей, раздробление крупных частей.

Применение к мясу: кости любых типов (при условии соответствующей толщины и массы инструмента); применяется для грубой резки, реже — в ресторанной практике для финиша блюда.

3.7. Карвинг-нож и слайсер (carving/slicing knife)

Описание: длинное тонкое лезвие (20–35 см), минимальная толщина режущей кромки, иногда слегка вогнутая форма.

Назначение: тонкая, однонаправленная сервировочная нарезка горячих и холодных мясных изделий.

Применение к мясу: ростбиф, жареная или запечённая птица, ветчина — получение ровных, тонких слайсов.

3.8. Нож для ветчины (ham knife)

Описание: экстремально длинное (до 40 см) и гибкое лезвие.

Назначение: получение практически прозрачных слайсов из сыровяленого мяса.

Применение к мясу: прошутто, хамон, солонина — изделия, где важна супертонкая нарезка для раскрытия аромата и текстуры.

3.9. Малые и вспомогательные ножи (petty, utility)

Описание: короткие, манёвренные ножи для точечной работы.

Назначение: зачистка, удаление пленок и жил, прецизионные операции.

Применение к мясу: подготовка к маринаду, снятие жил и пленок с филе, аккуратная филировка.

Соответствие типов ножей видам мяса и технологическим операциям

4.1. Говядина (крупные и малые куски)

Первичная разделка: разделочный/мясной нож, ломач для работы с костями.

Обвалка: жёсткий обвалочный нож для удаления кости и жира.

Порционирование и слайсинг: шеф-нож, карвинг-нож для тонкой нарезки стейков и ростбифа.

4.2. Телятина (деликатная структура)

Обвалка и подготовка: обвалочный нож средней жёсткости.

Филеты и тонкая обработка: филейный нож для аккуратного отделения тонких пластов.

4.3. Свинина

Первичная разбивка туши: мясной/разделочный нож, ломач для кости.

Обвалка и удаление сала: жёсткий обвалочный нож; при тонкой нарезке — шеф-нож.

4.4. Баранина

Первичная обработка и разделка: разделочный нож; обвалка — комбинация тяжёлого и обвалочного ножа.

Отделение субпродуктов и деликатные операции: малые ножи и обвалочный.

4.5. Птица (целиком и частями)

Обвалка и разделка суставов: гибкий обвалочный нож, малые ножи для сустава.

Филе: филейный нож для снятия филе с минимальными потерями.

4.6. Дичь и мясо с переменной текстурой (оленина, кабан)

Первичная разделка: мощные разделочные ножи и ломачи в зависимости от размера туши.

Обвалка: комбинация жёсткого обвалочного ножа и шеф-ножа для порционирования.

4.7. Рыба (для полноты картины)

Филеширование: филейный нож; слайсинг слабосоленого/копчёного — карвинг-нож.

4.8. Сыровяленые и приготовленные продукты

Сервировка: карвинг-нож и нож для ветчины — получение однородных, тонких слайсов, минимизация рваных кромок.

Технические рекомендации по выбору и эксплуатации

Соответствие стали и назначения. Для ножей с тонкой кромкой предпочтительна высокая твердость (HRC 60+), но такие ножи требовательны к аккуратной эксплуатации; для ломачей и «тяжёлых» ножей рациональна более вязкая сталь.

Выбор угла заточки. Для тонкой нарезки — меньший угол (10–15° на сторону для японских стилей); для ударной работы — угол расширяют до 20–30°.

Эргономика рукояти и баланс. Долговременная работа требует комфортного хвата и оптимального соотношения веса клинка и рукояти.

Гигиена и уход. Мясные операции требуют строгого соблюдения санитарных норм: немедленное очищение, дезинфекция и сушка; хранение в условиях, предотвращающих коррозию и микробиологическое размножение.

Заключение

Понимание тонкой взаимосвязи между формой ножа, его физическими характеристиками и технологией обработки конкретных видов мяса позволяет не только выбрать адекватный инструмент, но и выстроить рациональную методику приготовления, минимизирующую потери и раскрывающую органолептические качества сырья. Выбор ножа нужно рассматривать как интеллектуальную операцию: инструмент должен соответствовать задаче, материалу и эстетическим требованиям блюда.

Глава 4. Что такое заточка и зачем она нужна

Заточка — это снятие небольшого слоя металла с режущей кромки, чтобы восстановить её форму (угол) и сделать нож острым.

Правка (хонинг) — это выравнивание уже тонкой кромки, чаще без заметного съёма металла; применяется между полными заточками.

Качество реза определяется двумя вещами: угол кромки и степень её доводки (гладкость — чем мельче зерно, тем рез чище).

Какие инструменты и материалы потребуются

Камни (бруски): водяные, масляные или алмазные. Главное — разные зернистости (grit).

Грубые: ~200–600 grit — восстанавливают сколы и сильно затуплённую кромку.

Средние: ~800–2000 grit — формируют режущую кромку.

Мелкие: ~3000–8000+ grit — полировка и доводка.

Алмазная пластина/стержень хороши для твердых сталей и для быстрого съёма металла.

Хонинг-стержень (керамика или карбид) — для регулярной правки между заточками.

Кожаный ремень (strop) с полировочной пастой — окончательная доводка, удаление микроразводов.

Нескользящая подложка под камень, емкость с водой (для водяных камней), тряпка для удаления шлама.

Направляющая или держатель угла — полезны новичкам для точного угла.

Выбор угла заточки — простая логика

Меньше угол → острее, но более хрупкая кромка. Больше угол → прочнее, но менее остро.

Ориентиры (на одну сторону клинка):

Японские шеф-ножи: 12–15°.

Кухонные «западные» ножи: 20–22°.

Карманные/охотничьи: 18–22°.

Тактические/тяжёлые ножи: 25–30°.

Если не уверены — выбирайте ~20°: это универсальный баланс остроты и прочности.

Подготовка перед заточкой

Очистите нож от жира и грязи.

Зафиксируйте камень на нескользящей поверхности. Водяной камень замочите/увлажните по инструкции (обычно 5–15 минут).

Подготовьте ёмкость с водой и тряпку. Если камень толстый — убедитесь, что поверхность ровная; при необходимости выровняйте перед работой (см. раздел об уходе за камнями).

Как правильно держать нож и устанавливать угол

Держите нож устойчиво двумя руками: одна за рукоять, другая (слабо) прижимает спинку клинка для контроля угла и давления.

Угол держите одинаковым на всех движениях. Если трудно — используйте угловую направляющую. Постепенно приходит навык удерживать угол «на глаз».

Техника заточки на камне — пошагово

Выберите брусок: если есть сколы — начните с грубого (200–600 grit), иначе — со среднего (800–1000 grit).

Установите угол (например, 20°). Поставьте пятку клинка на камень и проведите по нему, двигаясь к кончику, так чтобы вся длина режущей кромки последовательно контактировала с абразивом. Движение похоже на «подрезание» — с лёгкой дугой.

Давление: при начале — умеренное (чтобы снять металл), по мере формирования кромки уменьшайте давление; при доводке давление должно быть минимальным.

Делайте одинаковое количество проходов с одной стороны до того момента, пока по противоположной стороне не появится тоненький заусенец (burr). Этот заусенец — сигнал к переходу на другую сторону.

После появления заусенца работайте той же схемой на противоположной стороне, добиваясь заусенца там.

Когда кромки с обеих сторон сформированы, переходите на более мелкий брусок и повторите процесс, уменьшая давление и количество проходов.

Завершите доводкой на коже (strop): 10–30 лёгких движений, проводя лезвие так, чтобы край «следил» за кожей, а не врезался в неё (см. раздел о доводке).

Как понять, что вы всё сделали правильно: заусенец и тесты остроты

Заусенец (burr): тонкая полоска металла, ощущаемая при аккуратном проведении ногтем перпендикулярно кромке. Он образуется на стороне, противоположной той, что вы точите. Когда он есть по всей длине — сторона сформирована.

Тесты остроты:

Разрез бумаги: нож легко и ровно разрезает лист.

Томаты: острый нож разрежет помидор без сдавливания.

Нарезка мягких продуктов (лук, перец) — должно быть чистое резание.

Не проводите опасные тесты (бритьё волос или кожи).

Доводка и правка между полными заточками

Хонинг-стержень: проводится от пятки к кончику под тем же углом, небольшим давлением; служит для восстановления вертикальной геометрии кромки между полными заточками.

Strop (кожа): движение должно быть таким, чтобы край шел «за» кожей — обычно проводят spine-first, т.е. кромка не режет кожу. Лёгкое давление, 10–30 проходов, помогает убрать микрорадиры и получить гладкую режущую грань.

Работа со специфическими кромками

Серрейторы: нельзя точить как обычную кромку. Используйте конусный или цилиндрический алмазный стержень; точите каждую впадину по отдельности, восстанавливая профиль зубьев.

Кривые лезвия (филейные): сохраняйте профиль; работайте маленькими локальными движениями, следя за формой.

Твёрдые порошковые стали: часто удобнее алмазные абразивы или отдавать на профессиональную заточку.

Уход за камнями и их выравнивание

После работы промывайте и сушите камни. На водяных камнях образуется «шлам» — его можно смывать водой.

Со временем поверхностный слой стирается и камень становится вогнутым. Для выравнивания (флэттенинга) применяют алмазную флэттер-пластину, шлифовальную плиту или наждачную бумагу на ровной поверхности. Делайте это регулярно, чтобы абразив работал равномерно.

Храните камни в сухом месте; избегайте длительного замачивания, если производитель не рекомендует это.

Частые ошибки и как их избежать

Непостоянный угол — результат: неровная кромка. Решение: практика, угловые направляющие или держатель, меньше спешки.

Слишком сильное давление — лишний съём металла, быстрее изнашивается клинок. Уменьшайте силу и увеличьте число проходов.

Перескок с грубого сразу на очень мелкий брусок — оставляет микронеровности; нужно проходить промежуточные зернистости.

Заточка на неровном камне — кромка будет неравномерной; выравнивайте камни вовремя.

Перегрев при машинной заточке — может изменить структуру стали; работайте осторожно, охлаждайте.

Как часто точить

Правка (стержень) — можно после каждого-нескольких использований ножа, если пользуетесь активно.

Заточка на камне — зависит от нагрузки: домашняя кухня — раз в несколько месяцев; профессиональная — чаще. Ориентируйтесь на ухудшение реза (требуется больше усилий, нож «сдавливает» продукты).

Подбор набора по уровню (что купить)

Бюджетный набор: камни 1000 + 3000 grit, простая алмазная пластина, недорогой strop. Подходит для большинства домашних задач.

Средний уровень: набор 400 (при необходимости) → 1000 → 3000 → 6000–8000, алмазная пластина, хонинг-стержень, качественный strop и угловая направляющая.

Профессиональный: полный набор 220 → 400 → 1000 → 3000 → 8000+, флэттенер для камней, набор алмазных пластин, премиум strop, измерительные шаблоны и лупа.

Безопасность — краткий чек-лист

Работайте на устойчивой поверхности; зафиксируйте камень.

Движение при заточке от себя, так, чтобы лезвие не направлялось к телу.

Используйте защитные перчатки при работе со сколами или при интенсивной шлифовке.

Не торопитесь — лучше сделать больше лёгких проходов, чем попытаться всё снять за один раз.

Храните ножи и абразивы в недоступном для детей месте.

Когда стоит обратиться к профессионалу

Если клинок серьёзно сколот, изогнут или перекален.

Если у вас дорогие японские ножи со специфическим профилем и вы боитесь испортить их.

Если нужен сверхтонкий бритвенный край или работа со необычной сталью — лучше доверить специалисту.

Короткие практические планы (для трёх типов ножей)

Кухонный шеф-нож (угол ~20°): при необходимости 400 grit для крупных дефектов → 1000 grit 10–15 проходов/сторона → 3000–6000 grit 5–10 проходов → strop 10–20 проходов.

Складной/карманный нож (угол 18–20°): 400 (при необходимости) → 1000 8–15 проходов/сторона → 3000 5–8 проходов → strop 10.

Серрейторный нож: используйте конусный алмазный стержень; обрабатывайте каждую впадину по отдельности, восстанавливая профиль зубьев; полировка strop'ом редко помогает — зубья остаются «зубчатыми».

Глава 5. Типы мяса

Введение — классификация и терминология

В современной кулинарной и мясоперерабатывающей практике под термином «виды мяса» принято понимать совокупность характеристик, определяющих как биологическое происхождение продукта (мясо конкретных видов сельскохозяйственных и диких животных — говядина, свинина, баранина, козлятина и т. п.), так и его категоризацию по ряду дополнительных признаков. К числу таких признаков относятся:

Категория по цвету мышечной ткани: «красное мясо» (получаемое от крупного и мелкого рогатого скота, а также от некоторых других видов млекопитающих) и «белое мясо» (преимущественно мясо птицы и кролика);

Происхождение и условия содержания животного: мясо животных, выращиваемых в условиях промышленного или фермерского содержания, и мясо диких животных (дичь);

Специализированные категории: оленина, мясо кабана, бизонятина и иные виды, выделяемые по специфическим органолептическим и технологическим свойствам.

С точки зрения технологической обработки туши и последующего кулинарного применения принято классифицировать мясо на так называемые первичные (основные) отрубы (англ. primal cuts) — крупные анатомические участки, выделяемые при первичной разделке туши, — и вторичные (розничные) отрубы (англ. retail cuts), представляющие собой более мелкие порционные или полупорционные куски, получаемые при дальнейшей обвалке и жиловке первичных частей. Отдельной категорией выделяется вырезка (англ. tenderloin) — внутренний поясничный мышечный пучок, располагающийся вдоль позвоночного столба животного и отличающийся минимальным содержанием соединительной ткани, что обеспечивает его исключительную нежность. Данная анатомическая структура присутствует у большинства домашних и диких млекопитающих.

Говядина (мясо крупного рогатого скота: бык, корова, молодняк)

Общая характеристика

Туша говядины в стандартной технологической схеме разделки делится на две основные половины — переднюю четверть (англ. forequarter) и заднюю четверть (англ. hindquarter), каждая из которых далее расчленяется на ряд первичных отрубов: chuck (шейно-лопаточная часть), rib (рёберная часть), loin (поясничная часть), round (окорок), brisket (грудинка), plate (пашина), flank (боковая часть), shank (голяшка) и др. Говяжье мясо отличается плотной консистенцией, выраженной волокнистой структурой и широким диапазоном кулинарных применений — от быстрых высокотемпературных методов (стейки, жаркое) до длительного томления и тушения.

Основные первичные отрубы и типичные вторичные вырезки

Chuck (шейно-лопаточная часть): chuck roast, flat iron steak, blade steak — преимущественно используется для тушения, приготовления жаркого, а также для производства мясного фарша. Данная часть отличается значительным содержанием соединительной ткани и внутримышечного жира, что при длительной термической обработке обеспечивает формирование насыщенного вкуса и мягкой текстуры.

Rib (рёберная часть): ribeye steak, prime rib, standing rib roast, rib steak — премиальная категория отрубов, отличающаяся высоким уровнем мраморности и выраженным мясным вкусом; применяется для приготовления стейков высшей категории и запекания.

Short loin / Strip loin (поясничная область): strip steak (NY strip), T-bone, porterhouse — отрубы высокой категории, используемые для приготовления порционных стейков. Сочетание умеренной мраморности и выраженной волокнистой структуры обеспечивает оптимальный баланс нежности и вкусовой насыщенности.

Tenderloin (вырезка): filet mignon, châteaubriand, tournedos — наиболее нежная часть говяжьей туши, представляющая собой длинный тонкий мышечный пучок, располагающийся вдоль поясничного отдела позвоночника. Характеризуется минимальным содержанием соеди-

нительной ткани и жировых прослоек; применяется для приготовления порционных стейков и ростбифов.

Sirloin (бедренная часть, прилегающая к пояснице): top sirloin, bottom sirloin — используется для приготовления стейков и запекания. Отруб отличается хорошим балансом между нежностью, вкусом и стоимостью.

Round (окорок, задняя нога): top round, eye of round, bottom round — постное мясо с минимальным содержанием жира; применяется для приготовления жаркого, тонкой нарезки (в том числе для карпаччо), а также для тушения.

Brisket (грудинка): brisket — отруб, состоящий из хорошо развитой мускулатуры грудной области с выраженными жировыми и соединительнотканными прослойками; традиционно используется для медленного томления и копчения (в частности, в традиции барбекю).

Plate и Flank (пашина и боковая часть): short ribs, skirt steak, flank steak — применяются как для медленного тушения (short ribs), так и для быстрых высокотемпературных методов обжаривания (skirt steak — для фахитас; flank steak — для маринования и последующей нарезки тонкими ломтиками).

Shank (голяшка): отруб с высоким содержанием соединительной ткани и костного мозга; используется преимущественно для приготовления концентрированных бульонов и длительного тушения.

Рекомендуемое кулинарное применение

Стейки и жаркое — из отрубов rib, loin, tenderloin; тушение и медленное томление — chuck, brisket, shank; тонкая нарезка для карпаччо и стир-фрай — flank, skirt.

Свинина

Общая характеристика

Туша свинины в стандартной схеме разделки делится на следующие первичные отрубы: shoulder (передняя лопаточная часть), loin (поясничная часть), belly (брюшина), ham (задняя нога), head (голова), а также spare ribs (ребра). Свинина отличается более высоким содержанием внутримышечного и подкожного жира по сравнению с говядиной, что определяет её мягкую текстуру и выраженные вкусовые качества.

Основные первичные отрубы и вторичные вырезки

Shoulder / Boston butt (верхняя часть лопатки): используется для тушёных блюд, приготовления pulled pork (томлёная свинина, разделяемая на волокна), а также для нарезки на порционные куски для рагу. Высокое содержание соединительной ткани требует длительной термической обработки.

Picnic shoulder (нижняя часть плеча): применяется для тушения, копчения и производства ветчины.

Loin (поясничная часть): pork loin roast, pork chops (свинные котлеты-отбивные), back ribs — используется для жарки, запекания и приготовления отбивных. Данная часть отличается умеренным содержанием жира и хорошей нежностью.

Tenderloin (свиная вырезка): тонкий, нежный мышечный пучок, расположенный внутри поясничной зоны туши; применяется для приготовления медальонов и филе, предназначенного для быстрого обжаривания или запекания.

Belly (брюшина): используется для производства бекона, pancetta (итальянский вариант бекона), а также spare ribs; требует длительного приготовления, жарки или копчения. Отруб отличается высоким содержанием жировой ткани, что обеспечивает сочность и насыщенный вкус готового продукта.

Ham (задняя нога): применяется для производства ветчины, жаркого, а также для балычной нарезки; характерные методы обработки — соление, вяление и запекание.

Spare ribs и baby back ribs: рёберные отрубы, используемые для приготовления блюд в стиле барбекю.

Jowl (щёчная часть) и hock (голяшка): применяются в копчёных изделиях, а также для ароматизации варёных блюд и супов.

Рекомендуемое кулинарное применение

Tenderloin и loin — быстрая жарка и запекание; shoulder — медленное тушение; belly и ribs — копчение и барбекю; ham — соление, вяление и запекание.

Баранина и ягнятина

Общая характеристика

Туша овцы делится на следующие анатомические части: шею, плечо, корейку (rack), поясницу (loin), окорок (leg), грудинку (breast) и голяшки (shank). В зависимости от возраста животного мясо классифицируется как «баранина» (мясо животных старше одного года) или «ягнятина» (мясо молодняка до одного года). Ягнятина отличается более нежной текстурой, светлой окраской и менее выраженным специфическим запахом.

Основные отрубы и вырезки

Shoulder (плечо): используется для тушения, приготовления фарша и рагу. Отруб отличается значительным содержанием соединительной ткани, что требует продолжительной термической обработки.

Rack (корейка, рёберная часть): rack of lamb, lamb chops (рёберные котлеты), crown roast (корона из рёбер) — применяется для жарения и запекания; относится к категории премиальных отрубов.

Loin (поясничная часть): loin chops, loin roast — используется для приготовления стейков и жаркого; отличается хорошей нежностью и умеренной мраморностью.

Tenderloin (вырезка ягнёнка): применяется для приготовления медальонов и деликатных порционных стейков; отличается минимальным содержанием соединительной ткани.

Leg (окорок): leg roast, leg steaks — используется для запекания целиком (на кости или без кости) или нарезки на порционные стейки.

Breast (грудинка) и shank (голяшка): применяются для тушения и длительного томления; отличаются высоким содержанием соединительной ткани, которая при длительной обработке разрушается, обеспечивая насыщенный вкус и мягкость.

Рекомендуемое кулинарное применение

Rack и loin — блюда высокой кухни, быстрая жарка; shoulder и leg — запекание и тушение; shank — супы и рагу.

Телятина

Общая характеристика

Телятина это мясо молодых животных (телят в возрасте до шести месяцев), отличающееся более нежной консистенцией, светлой (бледно-розовой) окраской и тонкой волокнистой структурой по сравнению с говядиной. Анатомическая схема разделки туши аналогична говяжьей, однако размеры отрубов существенно меньше.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.