

СОВРЕМЕННАЯ НАУЧНАЯ МЫСЛЬ

Артамошкина Юлия Николаевна,

старший мастер;

Назарова Марина Николаевна,

Акимова Галина Николаевна,

Темникова Любовь Николаевна,

Фоломеева Надежда Петровна,

мастера производственного обучения,

ГАПОУ ПО «ПКПП и К»,

г. Пенза

ТЕХНОЛОГИЯ SOUS VIDE НА ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ КУХНЕ

Аннотация. В современных условиях основной целью профессионального образования является подготовка квалифицированного специалиста, способного к эффективной профессиональной работе по специальности и конкурентного на рынке труда.

Наше образовательное учреждение готовит специалистов для пищевой промышленности, в том числе и для общественного питания.

С помощью современных технологий приготовления пищи. Новейшие технологические разработки позволяют предприятиям питания снизить затраты, продлить срок хранения блюд, решить кадровые проблемы и повысить эффективность внутренних процессов.

Sous Vide: технология будущего или очередной модный тренд в кулинарии? В буквальном переводе это означает «приготовление без воздуха», то есть под вакуумом, но технология Sous Vide – это нечто большее, это сочетание приготовления в вакуумной упаковке и приготовления при низких температурах с последующим быстрым охлаждением и регенерацией. «Су вид» – это новая и совершенно уникальная технология приготовления пищи, которая позволяет превратить любое блюдо в настоящий кулинарный шедевр.

Низкотемпературная технология sous vide – здоровье и яркий вкус блюд.

СОВРЕМЕННАЯ НАУЧНАЯ МЫСЛЬ

Инновационная ли технология приготовления продуктов под вакуумом? Если под инновациями в кулинарии понимать новый способ кулинарной обработки, авангардное направление и передовые устройства, никогда ранее не использовавшиеся в кухнях мира, то безусловно да. Термин *sous vide cooking* дословно означает приготовление под вакуумом, а суть метода заключается в продолжительной тепловой обработке в водяной бане запаянных в вакуумную упаковку продуктов при температуре их подачи, от 47-50°C до 70-80°C.

Революционность метода состоит в том, что приготовление блюд по технологии *sous vide* исключает контакт продукта с воздухом и водой, он готовится в собственном соку. Поэтому продукты сохраняют свою текстуру и цвет, не теряя при этом естественной влаги, а их истинный вкус не только не искажается, но и наполняется множеством ярких и неожиданных оттенков. Даже самая простая пища, приготовленная способом *su vid*, по вкусовым критериям воспринимается блюдом категории «гурме».

Благодаря низкотемпературному режиму тепловой обработки в продукте сохраняются почти в первозданном виде все полезные вещества и поэтому технология *sous vide* – здоровое питание, актуальное и востребованное в современном обществе.

Абсолютным преимуществом этой революционной кулинарной технологии стала возможность длительного хранения готовых блюд с сохранением их вкусовых и качественных характеристик. То есть готовые блюда в вакуумной упаковке из термостата или пароконвектомата, в которых они готовились, помещаются в шкаф интенсивного охлаждения, где быстро охлаждаются по технологии *Cook&Chill* до температуры +3 градуса и дальше закладываются на хранение в холодильник. На разогрев такой заготовки до температуры подачи понадобится не больше 8-10 минут, а поданная так быстро клиенту румяная и ароматная индейка *sous vide* оставит у него превосходное впечатление о заведении.

В чём причины такого потрясающего эффекта?

СОВРЕМЕННАЯ НАУЧНАЯ МЫСЛЬ

Кулинарная sous vide технология использует уникальную способность воды равномерно и деликатно передавать продуктам тепло. Это свойство широко используется и в традиционной кухне при варке и тушении, однако там вода отбирает часть ценных питательных веществ продукта или меняет их структуру. Но вакуумная упаковка пищевого продукта в пластиковый пакет и возможность автоматического поддержания точной постоянной температуры приготовления в специальном тепловом оборудовании превращает воду из активного элемента кулинарного процесса в нейтральный носитель тепловой энергии. Метод приготовления запечатанных в вакуум продуктов в воде, температура которой очень редко превышает 70°C, называется «поширивание» и позволяет достичь следующие цели:

- сохранение в продукте пищевой ценности, вкусов и ароматов, которые утрачиваются при традиционных способах тепловой обработки;

- низкотемпературная тепловая обработка не разрушает клеточную структуру и молекулярные мембраны продукта, благодаря чему в готовом виде он получается более сочным и ароматным;

- технология приготовления sous vide в течение всего процесса обеспечивает равномерную температуру прогревания продукта, вероятность его подгорания или пересыхания исключена. К примеру, мясо в духовке запекается при температуре не ниже 180°C, тогда как для готовности птицы, баранины и говядины достаточно температуры 55- 65°C и не больше 75-80 °C для свинины;

- при приготовлении под вакуумом кусков мяса, которые в традиционной кухне обычно тушат или отваривают, правильный выбор температуры обеспечивает преобразование мышечного коллагена в желатин, не доводя до денатурации белков. В результате продукт остается мягким и сочным;

- приготовленные в вакууме овощи не только сохраняют свой естественный насыщенный цвет, вкус и аромат, но и хрустящую свежую текстуру. При традиционной варке добиться такого эффекта практически невозможно.

СОВРЕМЕННАЯ НАУЧНАЯ МЫСЛЬ

Таким образом, технология гарантирует идеальную текстуру, идеальный вкус и идеальный аромат готовых блюд. Для реализации полного цикла *sous vide cooking*, включающего этапы подготовки, приготовления и хранения продуктов, понадобится специальное оборудование:

1. Вакуумный упаковщик – устройство, без которого не обойтись. Процедура упаковки продуктов в пластиковый пакет и удаления из него воздуха для исключения окислительных процессов в ходе приготовления, которые возможны только в присутствии кислорода воздуха. Используются пакеты из полиэтилена с полиамидом либо лавсана. При низкотемпературном режиме тепловой обработки пластик безопасен для здоровья.

2. Термостат (ротационный кипятильник) – это тепловое оборудование низкотемпературного приготовления.

3. Шкаф шокового охлаждения понадобится, если планируется закладка на хранение готовых блюд в вакуумной упаковке.

Чем привлекает *sous vide* рестораторов? Ресторанный бизнес прагматичен, как и любой другой. Поэтому каждая новаторская идея или технология может заинтересовать, если отвечает двум критериям:

- она привлечёт больше клиентов;
- она выгоднее традиционных методов ведения бизнеса.

Основная целевая аудитория наиболее доходного формата ресторанного бизнеса *casual* – активные люди с постоянным доходом. Известно, что большинство из них с удовольствием придерживаются канонов здорового образа жизни и здорового питания. С этой точки зрения рецепты *sous vide* для них – возможность значительно расширить свое не слишком разнообразное меню. Ведь еда под вакуумом готовится без добавления жира, консервантов, стабилизаторов вкуса и с минимумом поваренной соли, в ней сохраняется максимум витаминов и микроэлементов, а протеины не только не подвергаются денатурации, но и подаются в самой легкоусвояемой организмом форме. Заведение общественного питания, которое творчески отнесётся к созданию меню

СОВРЕМЕННАЯ НАУЧНАЯ МЫСЛЬ

sous vide и грамотно этот факт прорекламирует, первым привлечёт истосковавшихся по вкусной и полноценной еде постоянных клиентов.

С точки зрения коммерческих дивидендов технология су вид – самый прогрессивный способ организации прибыльного предприятия общественного питания. Это идеальный инструмент организации строгого контроля производственного процесса, издержек и качества продукции и сервиса, потому что:

1. метод су вид позволяет стандартизировать рецепты, когда независимо от профессионализма линейного повара все авторские и заказные блюда меню одинаковы по объёму и одинаково хороши по качеству. Возможность одновременной регенерации на водяной бане нескольких блюд меню от закусок до десертов значительно экономит время персонала на другие вспомогательные операции;
2. готовые блюда и полуфабрикаты в вакуумной упаковке могут долго храниться без потери качества и свежести, открывая новые возможности для долгосрочного планирования производственного процесса;
3. технология су вид практически безотходна, точное соблюдение стандартного веса порции и хранение заготовок в вакууме полностью исключают весовые потери;
4. инновационная технология позволяет оптимизировать кадровую политику предприятия;
5. су вид – это энергосберегающая технология, не использующая открытого огня и мощных печей, а поэтому позволяет сэкономить средства на оплате электроэнергии и газа.

Сегодня, очевидно, концепция Sous Vide – это не модный тренд в кулинарии, а прогрессивная технология с блестящим будущим, открывающая новые безграничные возможности для профессиональной кухни.

СОВРЕМЕННАЯ НАУЧНАЯ МЫСЛЬ

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. http://alex-culinar.ucoz.ru/publ/sous_vide_tekhnologija_prigotovlenija_pishhi/1-1-0-106
2. <http://arborio.ru/tehnologiya-sous-vide/#ixzz3sOuHOdPY>
3. <http://findfood.ru/termin/sous-vide>