

## ПЕРЕВАГИ ВИКОРИСТАННЯ SOUS VIDE НА ПІДПРИЄМСТВАХ РЕСТОРАННОГО ГОСПОДАРСТВА

**Колісниченко Т.О.**, канд. техн. наук, доц.  
Дніпровський національний університет імені Олеся Гончара

Сьогодні перспективним завданням є розробка технології виробництва продукції ресторанного господарства на базі нової техніки та впровадження інноваційного обладнання. Для оптимізації технологічних процесів приготування їжі існує сучасний та інноваційний метод Sous Vide. Він дозволить значною мірою спростити процеси приготування страв та скоротити їх тривалість, зменшити втрати в масі готового продукту, що підвищить енергетичну ефективність обладнання та дасть змогу отримати економічний ефект.

Техніка Sous Vide – економічно вигідний метод приготування їжі за низькотемпературного режиму, що надає їй виразнішого і натурального смаку. Застосування цього методу – це приготування продукту у вакуумному пакеті за низької і контрольованої температури. Він розроблявся і досліджувався протягом тривалого часу. Приготування цим методом передбачає використання якісних інгредієнтів та дотримання всіх санітарно-гігієнічних норм. Упровадження Sous Vide можливе тільки за умови стандартизації процесів, тобто процедура приготування страв має бути ідеально налагоджена від моменту приймання продуктів на складі до видачі готових страв.

Тривалий час на підприємствах ресторанного господарства велика увага приділялася часу приготування, при цьому температура часто визначалася просто як висока, середня або низька. І мало хто звертав увагу, наскільки важлива різниця в один або два градуси під час приготування м'яса, риби, яєць і навіть овочів. Сучасні пристрої для приготування страв за технологією Sous Vide дають можливість контролю температури з точністю до однієї десятої градуса.

Для здійснення процесу приготування продукт герметично запаковується у вакуумний пакет за допомогою вакуумного пакувальника, потім занурюється у воду, нагріту до потрібної точної температури (у більшості випадків 56...85 °С). Це дозволяє готувати продукт повільно, не піддаючи його обробці спеціалізованими засобами або первинним джерелом тепла.

Для уявлення повного спектра обладнання за методом Sous Vide потрібно знати всі етапи приготування страв:

- підготовка інгредієнтів – зачищення і поділ на порції, обсмажування і бланшування, додавання спецій і прянощів;
- запаковування – вкладання у вакуумний пакет, вкладання всередину температурного шупа;
- вибір температурного режиму – визначення інгредієнтів і бажаного результату, нагрівання ємності з водою;
- вибір часу приготування – відповідно до рекомендацій, рецепту або власних уподобань;
- зберігання та сервірування – охолодження, нагрівання, колоризація, поділ на порції і видача відвідувачу.

За технологією *Sous Vide* для реалізації першого етапу потрібен вакууматор. Звичайно, такий апарат досить дорогий. Але упаковані з його допомогою продукти тривалий час залишаються свіжими. Їх поверхня захищена від потрапляння мікробів і води, вона не контактує з повітрям, яке має окисну дію, тим більше в спеціальні ємності (пакети і контейнери) можна поміщати м'ясо, рибу, рідини і маринади, шматочки фруктів та ін.

Наступний етап згідно з технологією *Sous Vide* – приготування за низьких температур. Для його реалізації потрібен спеціальний термопроцесор. Температура в технології *Sous Vide* – визначальний чинник. Її зміна навіть на кілька градусів впливає на структуру продуктів, особливо це стосується яєць та риби. Отже, для регулювання температури приготування *Sous Vide* потрібно мати *SoftCooker* – інверсійний циркулятор, який занурюється в контейнер із водою. Він складається з нагрівального елемента і помпи. Термопроцесор може мати різний температурний крок – від 1° до 0,01°. Від цього залежить його вартість. Деякі модифікації машин *Sous Vide* можуть кріпитися до звичайної каstrулі, роблячи їх максимально практичними.

Найпоширенішим варіантом обладнання є *Sous Vide Supreme* (термічна ванна або водяна піч). Її перевага в герметичності – не потрібно доливати воду під час приготування, отже, зберігається температура, економиться електроенергія. Усередині водяної печі знаходиться ємність із металевими перегородками, що підтримують пакети у вертикальному положенні. Завдяки цьому вода вільно циркулює, потрапляючи до верхніх шарів.

У контексті вищезазначеного апарат *Sous Vide* – справжня знахідка для приготування здорової їжі, страв авторської кухні, страв від шефа та традиційного українського меню.