



ПРЕЗЕНТАЦІЯ
НА ТЕМУ:

КВІТКОВА ГАСТРОНОМІЯ



Виконала: Зразок

🇧🇪 Квіти у кулінарії використовують вже не перше тисячоліття. І не лише для прикрашання страв на вишуканих святкових столах, а й у повсякденних салатах і напоях.

🇧🇪 Свіжозорані пелюстки та пуп'янки деяких квіток можна з успіхом застосовувати для приготування джемів та сиропів, чаїв та маринадів.



🇧🇪 Останніми роками пелюстки понад 45 видів квітів – модний тренд не тільки у високій кулінарії, а й у багатьох любителів здорової натуральної їжі.



ІСТОРІЯ ВИКОРИСТАННЯ КВІТІВ У КУЛІНАРІЇ

Їстівні квіти в кулінарних цілях почали використовувати більше 2-ох тисячоліть, ще коли ацтеки, народи Греції та Стародавнього Риму додавали їх в свої страви.



У Греції їжа майстерно прикрашалася не тільки за допомогою пелюсток, але і цілих бутонів.

Такі страви з'являлися в багатьох районах планети незалежно один від одного: їстівні квіти були популярні в Японії, Китаї, Лівії, Індії, а пізніше потрапили і в кухні Італії з Францією.



Тим не менше, після того, як був відкритий водний шлях до Індії, їстівні квіти почали втрачати свою цінність в якості добавки до їжі для людей вищого сослов'я - їх місце зайняли прянощі (зокрема, кориця, куркума, шафран, кмин).



Знову популярними їстівні квіти стали лише в 80-ті роки двадцятого століття, в якості делікатесу.

Варто відзначити, що в меню ресторанів Європи зустріти їстівні квіти досить складно, а ось в Азії їх зараховують до дорогих і ексклюзивних страв.





Кухарі з Середнього Сходу вже сотні років використовують для своїх кулінарних експериментів квіти троянди, з яких роблять ароматну рожеву воду, необхідну для приготування екзотичних джемів.





Для **Японії** характерно широке використання **хризантем**, в той час як **європейські кулінари** віддають перевагу **настурції**, **маргаритки** і **фіалкам**, найчастіше додаючи суцвіття або пелюстки в салати або прикрашаючи їстівними квітами готові страви.

Їстівні квіти використовуються не тільки як прикраса страв, але в якості важливих інгредієнтів салатів і напоїв.

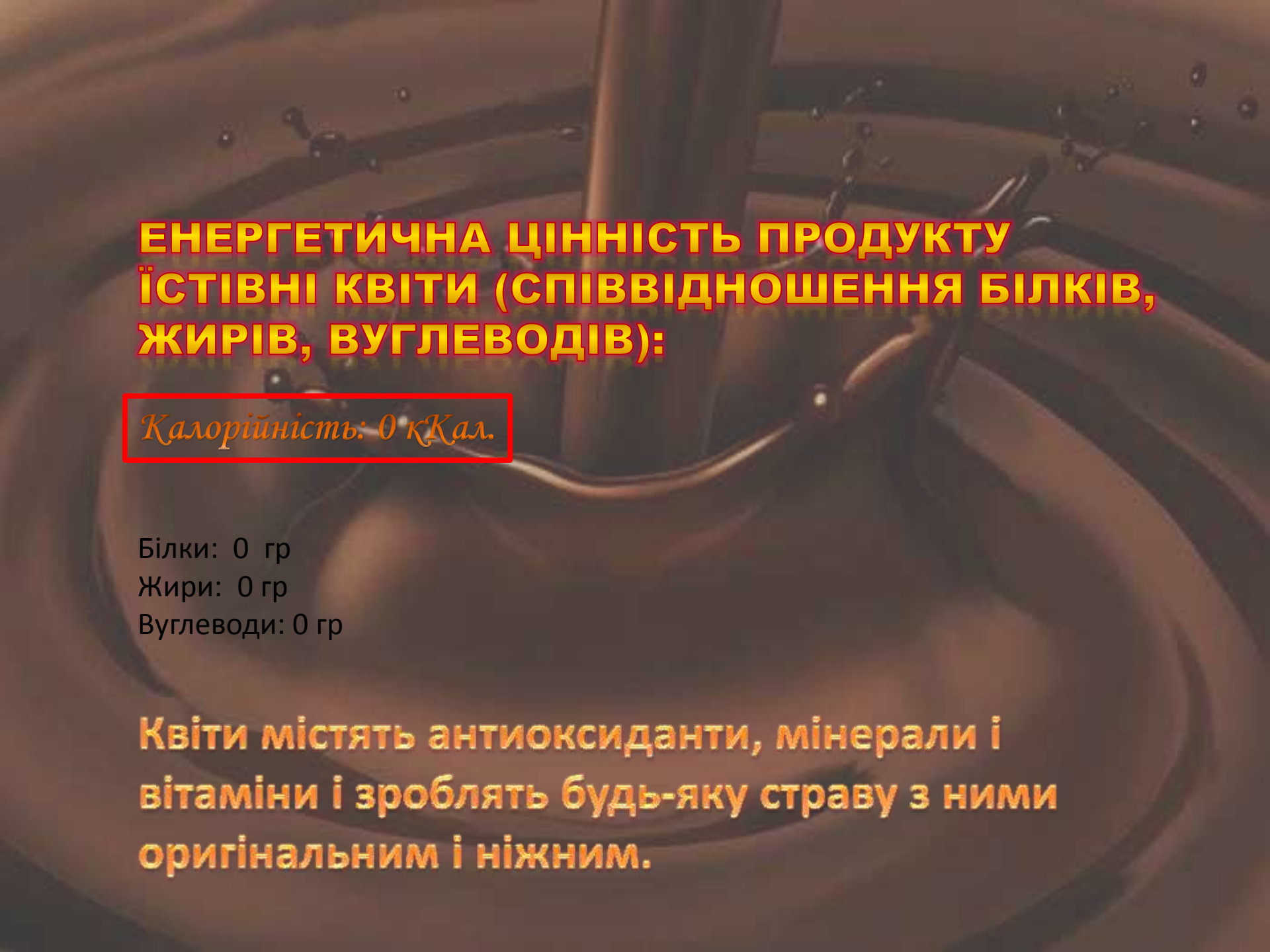
До того ж в наш час їстівні квіти викликають новий інтерес: їх додають в джеми і варення, заморожують в кубиках льоду, а потім додають як прикраси в напоях, а також застосовують у складі соусів і маринадів.



Страви з використанням їстівних квітів і трав, таких як кропиви, кульбаб і конюшини - модний тренд європейських і американських вегетаріанських ресторанів.

Якщо раніше шеф-кухарі використали бутони і пелюстки квітів виключно для прикраси, сьогодні троянди і настурції цілком собі можуть стати основою для приготування страв





ЕНЕРГЕТИЧНА ЦІННІСТЬ ПРОДУКТУ ЇСТІВНІ КВІТИ (СПІВВІДНОШЕННЯ БІЛКІВ, ЖИРІВ, ВУГЛЕВОДІВ):

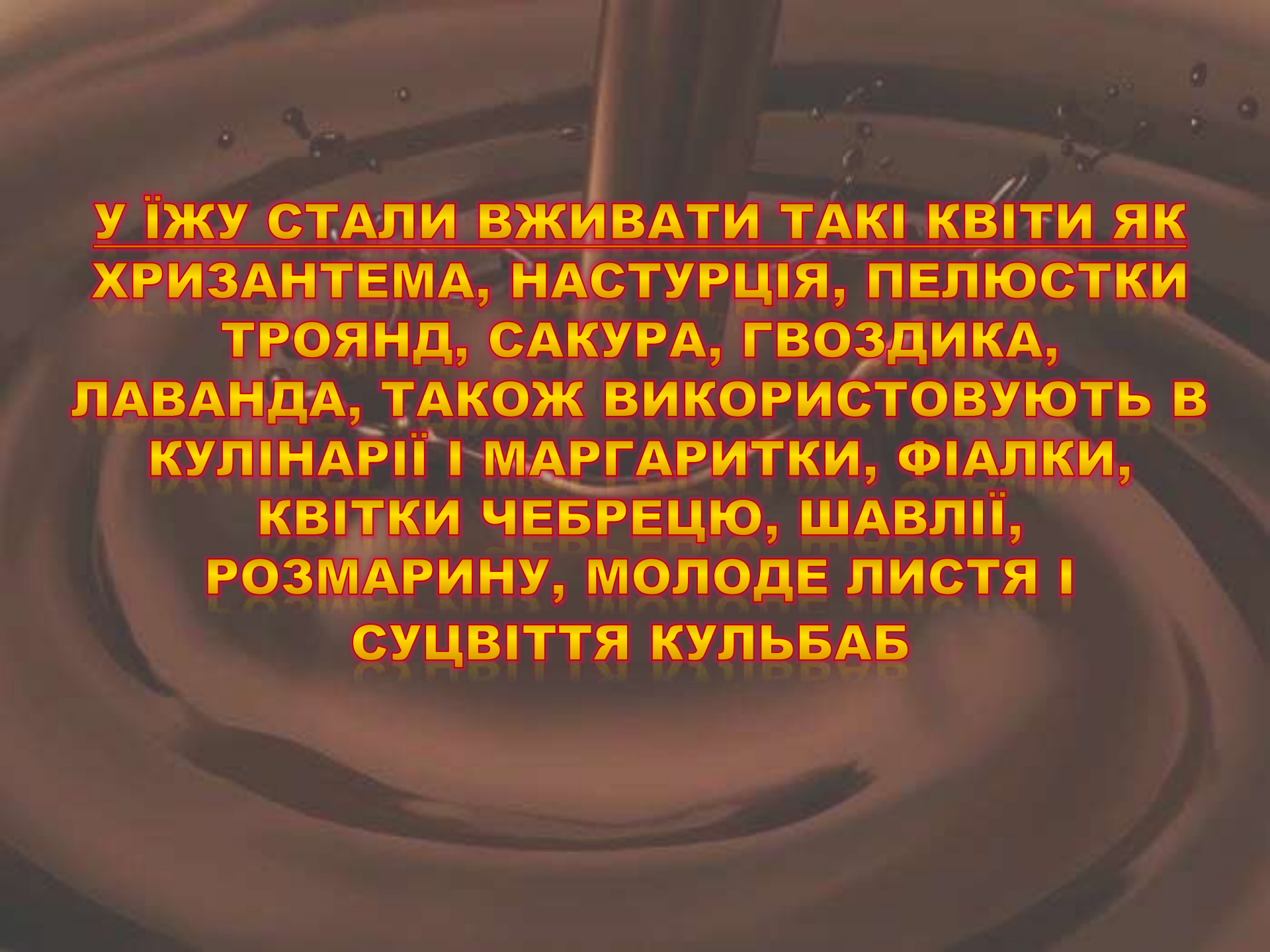
Калорійність: 0 кКал.

Білки: 0 гр

Жири: 0 гр

Вуглеводи: 0 гр

Квіти містять антиоксиданти, мінерали і вітаміни і зроблять будь-яку страву з ними оригінальним і ніжним.



**У ЇЖУ СТАЛИ ВЖИВАТИ ТАКІ КВІТИ ЯК
ХРИЗАНТЕМА, НАСТУРЦІЯ, ПЕЛЮСТКИ
ТРОЯНД, САКУРА, ГВОЗДИКА,
ЛАВАНДА, ТАКОЖ ВИКОРИСТОВУЮТЬ В
КУЛІНАРІЇ І МАРГАРИТКИ, ФІАЛКИ,
КВІТКИ ЧЕБРЕЦЮ, ШАВЛІЇ,
РОЗМАРИНУ, МОЛОДЕ ЛИСТЯ І
СУЦВІТТЯ КУЛЬБАБ**

Настурція
була одним з
улюблених квіток
Клода Моне

НАСТУРЦІЯ.

НАСТУРЦІЯ багата вітаміном С, мінеральними речовинами, особливо залізом, **за хімічним складом:** багата солями йоду, калію, фосфору, провітамін А, вітаміни С, В1, В2.

Помаранчеві квіти настурції володіють приємним гострим запахом і легким перцевим смаком.

Французи першими зважилися використовувати настурцію на кухні.



СМАК: солодкий, пряний, схожий на крес-салат;

Першовідкривачами вважаються жили в монастирях ченці, які іменували настурцію джерелом молодості і здоров'я і готували з неї **"КАРДИНАЛЬСЬКИЙ САЛАТ"**.

Для кардинальського салату знадобиться: помідор, огірок, солодкий перець (за бажанням), зелена цибуля, **зелень, листя і квітки настурції**, рослинна олія, сіль.
Всі інгредієнти нарізати, заправити олією та сіллю за смаком.

Дотепер у Франції квітки настурції домішують до салатів для додання їм пікантності



- ✚ **У салатах листя настурції поєднуються з картоплею, крутими яйцями, зеленим горошком, кропивою, хрінном.**
- ✚ **Використовують для бутербродів, додають за смаком до салатів із зелені, квітками можна прикрасити холодні закуски, їх фарширують різними начинками, заморожують в кубиках льоду для напоїв.**
- ✚ **Виготовляють:**
 - ✚ **настурцієвий оцет, який гарний у вигляді приправи до салатів.**
 - ✚ **пасти (масло + бринза + квіти настурції) для тостів і крекерів.**
- ✚ **Страви з квітів настурції мають лікувальні і дієтичними властивостями.**



НАИБІЛЬШ ПОПУЛЯРНИМ У ФРАНЦУЗСЬКИХ РЕСТОРАНАХ Є САЛАТ З КРЕВЕТКАМИ І НАСТУРЦІЄЮ

ІНГРЕДІЄНТИ:

150 г великих креветок, очищених
1 середній авокадо
5-7 квітів настурції
250 г салатної зелені
1 ст. ложка свіжовичавленого соку
лимона.

Для маринаду: змішати в чаші перець
чилі, часник і оливкове масло.

Додати креветки і замочити їх в цій суміші
на 30 хвилин.

Потім обсмажити в цій же суміші до
золотистої скоринки.

Зняти з вогню, остудити.

Висушити за допомогою паперового
рушники.



У великій чаші змішати салатну зелень, авокадо,
порізаний скибочками, креветки і їстівні квіти.
Подавати, окропивши лимонним соком.

ТРОЯНДА

смак: солодкий і
запашний, з відтінками,
які варіюються від кориці
до м'яти або яблука;

смак у темних пелюсток більш інтенсивний;

застосування:

- 1.ароматизує вишукані гарніри, морозиво;
 - 2.може служити основою для желе, сиропу або крему;
 - 3.троянда незамінна в кондитерських виробках, чудова в вареннях, в чаї, компотах і настоянках.
- З неї роблять незрівнянні наливки.**



НАЙБІЛЬШ ПОПУЛЯРНИМ у ФРАНЦУЗСЬКИХ РЕСТОРАНАХ Є ДЕСЕРТ «ЦУКРОВА ТРОЯНДА»

ІНГЕДІЄНТИ (на 1 порцію):

1 бутон троянди
1 пастеризований яєчний
білок
50 г цукру

ПРИГОТУВАННЯ:

1. Обережно промити троянду, щоб не пошкодити пелюстки, висушити на паперовому рушнику.
2. Змастити пелюстки яєчним жовтком і посипати цукром.
3. Поставити в тепле сухе місце або в духовку при температурі 35С.



ОДИН ІЗ ПОПУЛЯРНИХ КОКТЕЙЛІВ В ВЕЛИКОБРИТАНІЇ СТАРО-ШОТЛАНДСКИЙ РОЗОВИЙ КОКТЕЙЛЬ.

ІНГРЕДІЄНТИ (на 1 порцію):

Маленька гроно солодкого
дрібного чорного винограду
50 г цукру
1 яєчний білок
Свіжі пелюстки троянд
50 мл джина Hendrick's
50 мл лікеру St. Germain
Elderflower (квітковий лікер)
Содова або тонік
Свіжовичавлений сік 1 лимона
Лід



ПРИГОТУВАННЯ:

1. Виноград добре промити, вмоčiti в яєчний білок, а потім обваляти в цукрі.
2. У високий келих викласти лід, додати джин, лікер і сік лимона за смаком.
3. Пелюстки троянд злегка пом'яти руками, щоб вони почали виділяти сік і висипати в келих.
4. Доверху долити келих содової або тоніком (содова зробить напій більш яскравим, а тонік - солодшим). Злегка переколоти трубочкою.
5. Прикрасити коктейль винограду.

ЛАВАНДА

Фіолетові квітки лаванди чудово виглядають у бокалі шампанського, додають пікантності і аромату сосни та кедру шоколадним десертам, тортам і тістечкам (капкейкам), доречні у шербетах та морозиві.

Можна використовувати у різних м'ясних стравах та соусах.

Один з обов'язкових складників суміші спецій "прованські трави".

Головне - не переборщити, бо смак страви нагадуватиме лавандове мило чи шампунь.



ОДИНА ІЗ ПОПУЛЯРНИХ СТРАВ В ЄВРОПІ В'ЯЛЕНИЙ ТУНЕЦЬ В ПЕРЦЕВІЙ КОРОЧЦІ З ЛАВАНДОЮ



ІНГРЕДІЄНТИ:

250 г філе желтоперого тунця
1 ч.л. крупної солі
2 ч.л. чорного перцю горошком
1 ч.л. білого перцю горошком
2 ч.л. насіння фенхелю
½ ч.л. засушених квітів лаванди
3 ч.л. оливкової олії (extra-virgin)
зелень і пряні трави
насіння гірчиці

Нарізати філе тунця на шматочки, приблизно 5 см шириною і 2.5 см завтовшки. У ступці подрібнити разом сіль, перець, насіння фенхелю і лаванду. Змастити тунця оливковою олією і рівномірно покрити сумішшю з ступки. Розігріти пательню з чайною ложкою оливкової олії. Підвищити температуру і покласти тунця. Підсмажувати 1 хвилину. Акуратно перевернути тунця і зменшити вогонь до середнього. Підсмажити іншу сторону трохи більше 1 хвилини (до рум'янцю). Зняти з вогню і відразу охолодити.

**Зацукровані квітки лісових
фіалок та віол (братиків) -
улюблений десерт
середньовічних європейських
королів і принцес.**

- 1.Сьогодні ароматні віоли - чудова прикраса для зелених салатів, фруктових і кремових десертів, різноманітних прохолоджувальних напоїв та навіть кави з молоком.
- 2.Їх можна заморожувати у кубиках льоду для пуншів та коктейлів.
- 3.Чудовий варіант — жменю квіток змішати з 100 г рідкого меду і пригостити гостей через кілька тижнів фіалковим медом!
- 4.Або просто додати жменю фіалок для аромату у цукерничку з цукром й залишити на тиждень.

ФІАЛКИ



ЗЕЛЕНИЙ САЛАТ З ФІАЛОК



Інгредієнти

Зелений мікс-салат — 250 г.
Квіти фіалки — велика жменя.
Червоний винний оцет — 1 ч.л.
Діжонська гірчиця — 1 ч.л.
Оливкова олія — 3 ст.л.
Сіль.

ПРИГОТУВАННЯ:

Змішати оцет та гірчицю із оливковою олією, приправити сіллю та ретельно перемішати. Заправити отриманим соусом мікс-салат, потім викласти квіти. За смаком можна додати у салат декілька кедрових горіхів або м'якого овечого чи козячого сиру.

КВІТИ КУЛЬБАБИ

Квітки кульбаби солодкуваті і медові на смак.

Варто зривати молоді квіти, адже більш зрілі мають гіркуватий присмак.

Квіти кульбаби смачні, як у сирому вигляді, так і тушковані.

Як родич цикорію, листя кульбаби обіцяють бути надзвичайно багатими на вітаміни, і у свіжому вигляді володіють приємною гіркотою, яка поєднується із більш ніжними салатами.



КУЛЬБАБИ В КЛЯРІ

ІНГРЕДІЄНТИ:

1 склянка 250 мл молоко коров'яче
1 склянка 250 мл борошно пшеничне
2 яйце куряче
300 грам квіти кульбаби



1. Видалити з квітів чашолистки і як слід промити. Замочити їх у мисці холодної підсоленої води на годину, щоб видалити можливу гіркоту. Вийняти, обтрусити і промокнути паперовою серветкою.
2. З молока, борошна і яйця з сіллю зробити рідке тісто.
3. Вмочати в нього кожен бутон і класти в киплячу на сковороді рослинну олію. Обсмажувати, поки квіти не підрум'яняться.
4. Викладати на паперовий рушник для видалення надлишків жиру.
5. Відразу подавати в якості закуски або гарніру, з гострим соусом

КВІТИ КАБАЧКІВ ТА ГАРБУЗІВ

Великі жовті квітки
кабачків, гарбузів,
патисонів, цукіні —
одні з наймачніших.

Їх їдять сирими,
додають у салати,
фарширують різними
начинками, смажать у
клярі.



Такі квіти переважно готують у грецьких
ресторанах і на островах в Середземного
моря

ХРИЗАНТЕМИ

**ОДИН ІЗ
ТРАДИЦІЙНИХ ГАРНІРІВ
В ЯПОНІЇ ТА КИТАЇ**

смак: гострий, гіркуватий і навіть трохи терпкий смак;

застосування:

використовують як гарнір до м'ясних і екзотичних страв, до риби; хризантеми бланшують в клярі, додають у салати; чай з хризантемою - класика китайської кухні.



Японці готують з хризантем гарніри, приправляють ними супи, додають у салати, готують з них соуси і інші страви.



САЛАТ-ДЕСЕРТ ІЗ ХРИЗАНТЕМ



ДЕСЕРТ ІЗ ХРИЗАНТЕМ

Рецепт:

Пелюстки хризантем миють, підсушують і заливають медом. Крім того, що такий десерт неймовірно смачний, але і досить ефективний при застуді, кашлі і втоми.

Збирають пелюстки хризантем і троянд. Миють їх і рубають ножем.

Яблука і груші миють, очищають від шкірки (можна не очищати) і кісточок і нарізують дрібними скибочками.

Мандарини очищають і ділять на часточки. Фрукти і пелюстки перемішують, додають за смаком улюблений сорт меду (квітковий, наприклад) і прискують лимонним соком.



КВІТИ ЛІЛІЇ

Пелюстками квіток лілії прикрашають салати, гарячі і холодні супи.

Якщо пелюстки лілії додати в картоплю-фрі, то можна отримати незвичайний смак. **Тушковані бутони цієї квітки можна наповнити будь-якою начинкою.**



Китайці їдять лілії, які, будучи звареними, в молоці і рясно приправленими перцем і сіллю, мають досить приємним смаком.

Вони додають пелюстки лілій в супи із зелених бобів, в солодкі десерти, в дієтичні страви. А в бульйони і каші кладуть бульби лілій.

МОЛОЧНИЙ КОКТЕЙЛЬ З ЛІЛІЄЮ

ІНГРЕДІЄНТИ:

150 грам свіжих пелюсток лілій,
250 грам молока,
Мед або стевія - за смаком

ПРИГОТУВАННЯ:

Промиті у воді пелюстки лілій
проварюються у воді 10 хвилин і додаються
в молоко.

Ця маса збивається блендером і
присмачується медом або стевією.

Виходить смачний молочний коктейль з
лілією



ГВОЗДИКА

смак: солодкий і запашний;

застосування: для прикраси кондитерських виробів, підфарбовування алкогольних напоїв і додання пряної нотки салатам і гарнірів; часто використовують як ароматизують фарбувальну добавку в домашніх винах і лікерах.



КВІТИ ШНІТ-ЦИБУЛІ

Квітки шніт-цибулі мають м'який цибульний смак, вони дивно хрусткі. Квіти шніт-цибулі чудово підходять **для салатів, пасти, омлету і яєчні.** Додавши пару квіточок шніт-цибулі **в страви з білої риби або в сирний соус,** можна отримати оригінальний смак і аромат.





Отже, можна зробити висновок, що **квіткова гастрономія** є перспективним напрямом для підприємств ресторанного господарства. Має широкий спектр застосування та великий асортимент сировини.

Головне при виборі квіткової сировини, квіти мають бути вирощені на квіткових плантаціях або теплицях, і не оброблятися різними хімічними речовинами.

Квіти не містять: білків, жирів та вуглеводів, але при цьому містять різні мікроелементи, вітаміни. Вони якісно впливають на здоров'я людини.

Найбільше квітів вживають в Японії та Китаї, Греція (квіти цукіні, гарбузів...), Франція (натенція, фіалки, лаванда). В інших країнах напрям квіткової гастрономії почав розвиватися в 2000 роках.

