Podprawianie zup zasmażką

Dodano: 2010-01-01 17:43:12
Język: niezdefiniowany
Odwiedzono: 6592 razy.

Podprawa zasmażką, bardzo rozpowszechniona, jest najwyżej kaloryczna ze względu na zwiększaną ilość tłuszczu wchodzącego w skład tej podprawy, lecz jest najtrudniej strawna. Ze względu na stopień zrumienienia mąki rozróżniamy zasmażkę białą i jasnozłotą. Zasmażką ciemną, dawniej często stosowaną, nie podprawiamy już obecnie potraw, nawet dla ludzi zdrowych ze względu na wysoką szkodliwość tłuszczów mocna zrumienionych. Według dawnych metod kucharskich mąkę rumieniono z tłuszczem. Obecnie smażenie mąki można zastąpić inną metodą, przez zrumienienie mąki w piekarniku i zmieszanie jej z niezrumienionym tłuszczem (zwłaszcza gdy jest to masło zrobione ze śmietany pasteryzowanej i należy je spożywać surowe). Po wymieszaniu zrumienionej mąki z masłem podprawę wkłada się do zupy i rozgotowuje.

Zasmażka biała (pierwszego stopnia)

4 dkg tłuszczu
4 dkg mąki
gorący wywar
mleko (zimne) lub 1/4 litra wody (zimnej)

Tłuszcz stopić, wsypać mąkę, mieszając podgrzewać chwilę, żeby mąka straciła zapach surowizny. Zestawić z ognia, rozprowadzić zimnym mlekiem lub rosołem na gładką masę, mieszając wlać do gorącego wywaru i zagotować.

Zasmażka jasnozłota (drugiego stopnia)

4 dkg tłuszczu
1/4 litra wady (zimnej)
4 dkg mąki
gorący wywar

Mąkę zrumienić w piekarniku lub na płomieniu przykrytym płytką azbestową, mieszając drewnianą łyżką. Do mąki dodać tłuszcz, rozgrzać go, wymieszać, rozprowadzić zimnym wywarem lub wodą, i wlać podprawę da wrzącej zupy, mieszając - zagotować.

Zasmażka z cebulą lub z czosnkiem

4 dkg tłuszczu
4 dkg mąki
3 dkg cebuli lub
1/4 litra wody (zimnej)
1-2 ząbków czosnku
gorący wywar

Cebulę drobno pokrajać, tłuszcz z cebulą podsmażyć, wsypać zrumienioną mąkę, silnie rozgrzać, rozprowadzić zimną wodą lub wywarem, wlać do wrzącej zupy, zagotować.

Nades□a□(a): Cartall - Książka Kucharska na CD