

akwawita

Blog > Komentarze do wpisu

« **Gdzie są rzodkiewkowe ...**

Słoneczny chłodnik z marchewki »

Zasady gotowania rosółu

Gotowanie rosółu to całe misterium. Nic dziwnego, to bardzo stara potrawa i przez wieki procedura była ulepszana, dodawano nowe przepisy, inne odrzucano. Na początku liczba zasad może przerazić i trudno je spamiętać, dlatego warto wiedzieć DLACZEGO należy zrobić to a nie robić tamtego.

1. Mięso zalewamy zimną wodą

Bardzo ważna zasada. W ten sposób więcej składników smakowych przejdzie do rosółu i będzie on bardziej esencjonalny i aromatyczny. Dlatego wywary na mięsie zawsze gotujemy od zimnej wody. Dlaczego?

Wrzątek powoduje denaturację białek, zmienia ich strukturę. Gdybyśmy wrzucili mięso do wrzątku to na jego powierzchni powstanie szczelna struktura, która będzie trudniejsza do sforsowania przez wszystkie pyszne związki, które znajdują się w mięsie. A nam przecież zależy, żeby przepłynęły do roztworu jak najszybciej i w jak największej ilości :)

Dlatego też pamiętajmy:

- mięso do wrzątku - zachowa soczystość i smak, będzie odpowiednie na drugie danie
- mięso do zimnej wody - odda cały smak wodzie, w której będzie się gotował, w ten sposób ugotujemy wywar, rosół, bulion (**a właściwie czym się one różnią?**)

2. Mięso do rosółu myjemy ciepłą wodą

Do mycia mięsa chyba nie trzeba nikogo przekonywać mam nadzieję :) W czasie jego przechowywania choćby w jak najczystszej ladzie rzeźniczej, na powierzchni, która jest wilgotna, tłusta i lepka osadza się kurz, bakterie i inne ciekawostki. Nie dodają one smaku rosółowi i należy je zmyć. Dlaczego ciepłą wodą? Bo

<http://www.beawkuchni.com/>
<http://strony-smaku.blogspot.com/>
<http://adamczewski.blog.polityka.pl/>

Szukaj



Pisz blog
Dodaj blog do ulubionych
Wersja mobilna



zamów newsletter

mięso, nie gotujemy w zimnej i jak najzwyklej, tak aby tylko zmyć brud a nie wyprać mięso ze smaku.

3. Kiedy solimy rosół?

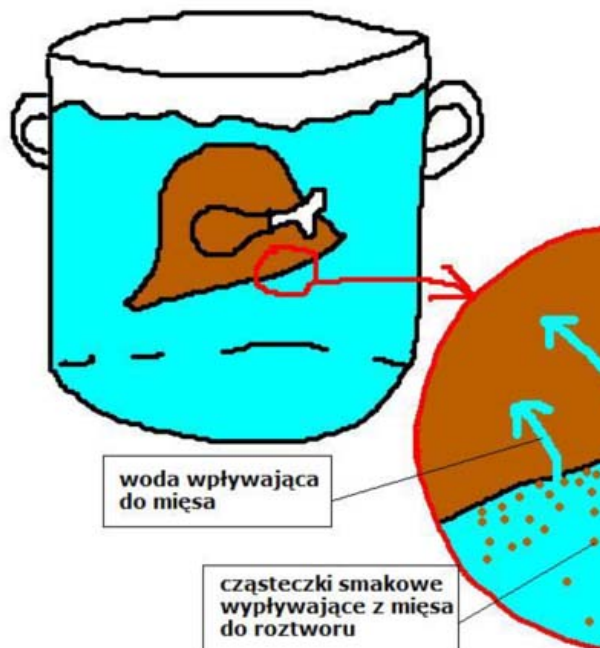
Całe gotowanie rosółu to bardzo ciekawy proces biochemiczny :D w trakcie którego zachodzi wiele zjawisk, między innymi osmoza. Małe przypomnienie z lekcji biologii:

osmoza - zjawisko przenikania rozpuszczalnika (najczęściej wody, tak jak i w przypadku naszego rosółu) przez błonę (powierzchnia mięsa gotującego się w wodzie) ze środowiska bardziej stężonego do mniej stężonego.

Mówiąc środowisko bardziej/mniej stężone mamy na myśli mniej lub bardziej rozwodnione. Czysta woda będzie mniej stężona niż tkanka mięsa, które oprócz wody zawiera mnóstwo innych substancji. Natomiast słona woda będzie bardziej stężona niż porcja rosółowa.

Ogólnie rzecz biorąc jest to tak urządzone, że woda porusza się w taki sposób jakby chciała rozpuścić to co bardziej stężone, znaleźć się tam, gdzie jest jej mniej.

Czysta woda wpływa więc do mięsa, aby go "rozrzedzić", jednocześnie wypycha składniki odżywcze, smakowe, a na tym właśnie nam zależy.



Dlatego mięso wkładamy do zimnej i NIE posolonej wody, dzięki temu rosół będzie smaczniejszy. Rosół solimy pod koniec gotowania. Najlepiej przed wrzuceniem warzyw.

4. Warzywa wkładamy później

Warzywa mają delikatniejszą strukturę niż mięso, dlatego wygotowanie z nich składników smakowych wymaga mniej czasu. Możemy je dodać od razu do wywaru, ale jak wiadomo długotrwałe gotowanie niszczy witaminy, dodanie warzyw później nieznacznie temu zapobiegnie. Tutaj też kilka uwag na temat smaku, który nadawany jest przez warzywa:



- marchew dodaje słodczy
- pietruszka goryczki
- seler nadaje smak korzenny
- por i cebula dodaje ostrości, podpiekanie cebuli na blasze nadaje goryczkę i piękny zapach
- dodatkowo marchew i cebula w łupinie dodaje koloru
- kiedyś dodawano również pasternak
- w kuchniach południowych zamiast selera korzeniowego wykorzystuje się seler naciowy

5. Rosół gotujemy na małym, bardzo małym ogniu

To podstawowa zasada pozwalająca uzyskać rosół klarowny (patrz punkt o szumowaniu). Dodatkowo gotowanie rosółu od zimnej wody i powolne gotowanie go pozwala, aby niektóre białka rozpuściły się w wodzie zanim ulegną denaturacji (nieodwracalnym zmianom) we wrzątku. Zdenaturowane przez zbyt szybkie gotowanie białka utworzą nieapetyczne "farfocle" i zmętnienie rosółu.

6. Czas gotowania rosółu

Pamiętajmy, że rosół to nie wywar i gotowanie go pół dnia nie przysporzy nic dobrego. Zbyt krótkie i szybkie gotowanie również pozbawi rosół smaku. Optymalny czas to około 3 godzin. Rosół z samego drobiu około 2 godzin.

7. Szumować czy nie szumować? Oto jest pytanie :)

Mięso zawiera białko, białka to bardzo różnorodna grupa związków, część z nich rozpuszcza się w wodzie, część nie.

Podczas gotowania rosółu białka rozpuszczalne w wodzie przechodzą do roztworu, następnie zostają ścięte w wyższej temperaturze w postaci nieciekawej mazi. Jeśli mięso zalane było zimną wodą i powoli doprowadzone do wrzenia białka te wydzielają się wolniej i w większych skupieniach. Unoszą się one w całym roztworze. Jednocześnie uwalnia się tłuszcz, który pod pływa do góry, po drodze zbierając te białka,

Ważnym elementem są również składniki.

Warto nadmienić, że zalewając mięso wrzątkiem i gotując je, powodujemy, że białka gwałtowniej przechodzą do wody, tworząc małe skupiska, tak małe, że unoszący się do góry tłuszcz nie jest w stanie ich zebrać. Zostają one więc w roztworze, tworząc mętną zawiesinę i w rezultacie otrzymamy mętny rosół.

Pytanie o to czy szumować czy nie (a zdania są podzielone i obie metody mają swoich zwolenników) sprowadza się do pytania, jakie białka wchodzi w skład szumowiny - wartościowe i pożądane dla nas czy nie?

Nie znalazłam niestety nic ciekawego ani rzetelnego na temat tego, co dokładnie znajduje się w szumowinach. Można natrafić w internecie na wskazówki dotyczące gotowania rosółu takie, aby wstawić wodę z mięsem na duży ogień, szybko zagotować, gotować tak minutę a następnie wodę wylać do zlewu a mięso wymyć dokładnie zimną wodą. Następnie mięso zalać świeżą zimną wodą i gotować dalej jak na rosół przystało.

8. Kontrowersyjna kapusta

No właśnie, jakie warzywa można dodać do gotowania rosółu? Marchew, pietruszka, seler, por, cebula są nieodzowne. A co z kapustą? Zdania są podzielone. Według niektórych dodatek kapusty wzbogaca smak rosółu. Nie próbowałam, nie wiem, będę musiała to kiedyś przetestować.

Dlaczego mielibyśmy NIE dodawać kapusty do włoszczyzny rosółowej? Otóż rosół należy gotować pod przykryciem, a wszelkie kapustne - bez. Wtedy nieprzyjemne w zapachu olejki eteryczne ulatniają się i nie powodują wzdęć i innych nieprzyjemności.

Zastosowanie kapusty włoskiej i uprzednie sparzenie jej przed dodaniem do rosółu mogą temu zapobiec.

9. Dobór mięsa na rosół

Przyjmuje się, że im bardziej różnorodne mięso w rosole tym lepszy jego smak, wołowina i drób to podstawa najlepszego według mnie rosółu mieszanego. Jeżeli chodzi o kurczaka to wystarczy choć raz spróbować rosółu z prawdziwej kury, żeby już nigdy w życiu nie kupować do rosółu stuczonego sztucznie kurczaka, porcji rosółowych i tego typu wynalazków. Kura, kura i jeszcze raz kura! A najlepiej taka wiejska, zdobyczna albo chociaż ekologiczna ze sklepu. Do rosółu można wrzucić też cielęcinę oraz można poeksperymentować z ptaszkami: przepiórka, perliczka nadadzą rosółowi głębszy smak.

A co z wieprzowiną? Przyjęte jest ogólnie, że na świninie rosółu nie gotuje się. Przypuszczam, że jest to podyktowane tradycją - kiedyś wieprze uważano za mięso dla pospółstwa a nie dla szlacheckich panów. Jak smakowałby rosół wieprzowy? Może kiedyś spróbuję :)

10. Przyprawiamy rosół

-
- **PIEPRZ** oczywiście w kulkach, czarny. Gotowy rosół można doprawić świeżo mielonym pieprzem
 - **ZIELE ANGIELSKIE** w kulkach
 - **LIŚĆ LAUROWY** w liściach, razem z zieleciem angielskim stanowi nieodzowną przyprawę do rosółu, nadając mu specyficzny aromat
 - **ROZMARYN** wymieniony jako przyprawa do rosółu w książce kucharskiej Czernieckiego, warto powrócić do przyprawiania rozmarynem rosółu, zwłaszcza zawierającego mięso wołowe, cielęcine, nadaje delikatny leśny aromat, kojarzący się z puszcami porastającymi niegdyś Polskę ...
 - **LUBCZYK** pierwowzór maggi, niezwykle aromatyczne zioło, które daje dobrze się hodować choćby i na balkonie a od maggi, która składa się głównie z niezdrowej soli o wiele zdrowszy
 - **CZOSNEK** amatorzy tej roślinki chętnie dodają czosnek do rosółu, nie jest on konieczny, ale warto wypróbować jego dodatek, bo jest zdrowy a wrzucenie jednego przepołowionego ząbka na wielki gar rosółu nikomu nie powinno przeszkodzić
 - **GLUTAMINIAN SODU** - chodzi oczywiście o kostki rosółowe, które tak naprawdę powinny być nazywane kostkami solno-glutaminianowymi a nie rosółowymi - bezczeszcząc piękną nazwę rosół! Zawartość ekstraktu z mięsa w kostce rosółowej to zazwyczaj około 2%, reszta to głównie niezdrowa sól. Aby ten kawałek tekturki z solą miał więcej smaku dodaje się glutaminian sodu, wzmacniający smak i zapach. Do prawidłowo ugotowanego rosółu taka przyprawa jest zupełnie zbędna. Już nie wspominając o tym, że jest niezdrowa dodanie chemii do rosółu sypczy jego smak. Poeksperymentujmy z rosółem, wypróbujmy różne gatunki mięsa, niecodzienne warzywa, różne przyprawy! I zapomnijmy o kostkach rosółowych, bo z nimi wszystko smakuje tak samo...

poniedziałek, 26 lipca 2010, sklenica

[poleć znajomemu](#) » [śledź komentarze \(rss\)](#) »

Tagi: **rosół**

Polecane wpisy

Eksperyment - przepis na rosół z 1682 roku

Składniki na rosół staropolskim sposobem : wołowina z kością (50 dag) cielęcina (40 dag) perliczka (takiego ptaszka udało mi się zakupić 1,3 kg) pietruszka korz

Tagi: **Polska, rosół**

Przepisy na rosół przez wieki

W poszukiwaniu przepisu na najlepszy rosół można by sięgnąć do dawnych receptur i po kolei je wypróbować. Oto przepis na rosół z najstarszej polskiej książki k

Tagi: **rosół**

Rosół polski - w poszukiwaniu najlepszego przepisu

natką i kawałkiem marchewki z rosolu.

Tagi: Polska, rosół

BEZMIĘSNY ROSÓŁ warzywnakuchniaalexandry.blox.pl

Na niedzielny obiad bezmięsny rosół, który potrafi być równie smaczny, co tradycyjny :) Najlepiej żebyśmy dodali troszkę więcej warzyw, niż zwykle, żeby wyw

Tagi: rosół, rosół wegetariański, warzywa

Na złą pogodę i złe samopoczucie stosmakow.blox.pl

Chyba nie ma wątpliwości, co ugotować. Rosół! Wiem, wiem, długi majowy weekend miał rozpocząć sezon grillowania i kolacyjek na świeżym powietrzu. Nic z tego. Pa

Tagi: drób, kurczak, rosół, stare gazety, zupy

Dodaj komentarz »

Komentarze

jakubnikos

2012/11/01 16:32:52

Dzięki za wpis, polecam.

-

jakubnikos

2012/11/01 16:43:08

Dzięki za wpis, warto poczytać

-

autyzm01

2012/11/25 15:59:07

Gotuję pierwszy raz w życiu rosół mam nadzieję że wszystko zrobię dobrze dzięki fachowej instrukcji i będę się cieszył wspaniałym smakiem szlachetnej potrawy.

Dziękuję, pozdrawiam,

Janek

-

autyzm01

2012/11/25 22:49:33

Mój pierwszy rosół w życiu wyszedł idealnie. Rosół bardziej mi smakował niż ten co żona robiła, a robiła bardzo dobry. Ja zawsze robię makaron, bo bez swojskiego makaronu to profanacja rosolu, chyba że ktoś woli z ziemniakami, moja rodzina jak rosół to tylko z makaronem. Zaczęłam gotować wołowinę nim doczytałam do końca zasady, zrobiły się szumowiny, więc przecedziłam do drugiego garnka. Dalej postępowalam według zasad, po 40 minutach gotowania na małym ogniu dodałam kurę i szumowiny do końca trzygodzinnego gotowania nie było. Marchew, korzeń i nać pietruszki, mały ząbek czosnku, seler, porę, niewielki liść kapusty i pół cebuli wrzuciłam do garnka 30 minut przed końcem gotowania. Następnie dodałam ziele angielskie, ziola prowansalskie i łyżkę stołową przyprawy Ziarenka Smaku (zamiast soli). Rosół-palce lizać :-). Dziękuję jeszcze raz za przepis gotowania rosolu.

Janek

-

lelesiogo

2013/02/15 09:22:50

Kura, szponder wołowy, warzywa. Długo gotować na minimalnym ustawieniu kuchenki ok 2h. Warzywa dodają zaraz po zagotowaniu. Oczywiście liść laurowy, ziele angielskie, cała cebula w lupinie, ząbek czosnku i pieprz. Rosół musi być słony ale bez przesady najlepiej sól dodać pod koniec gotowania. Dodaję również jednego prawdziwka dla wzmocnienia smaku, od razu chciałbym nadmienić nie dodaje więcej grzybów gdyż wywar powinien mieć zrównoważony smak z lekkimi akcentami. Smacznego

-

dezmond2010

2013/05/11 00:09:13

ładniejszy kolor. Cebulę obieram a następnie opalam (od czasu kuchenki indukcyjnej, robię to przy pomocy ręcznego palnika gazowego). Czasami (jeśli jest to rosół wołowy) dodaję kawałek włoskiej kapusty (koniecznie włoskiej) - ten przepis odziedziczony po babci, uzyskuje znakomity esencjonalny i dość "ciężki" rosół. Polecam.

-
ander1ah

2013/09/23 16:18:39

Sorry, ale grzybki to do grzybowej a kapustę do kapuśniaka. Albo to nie będzie rosół;-)

-

tu-tusia

2014/02/24 10:15:50

Właściwie wszystkich tych zasad nauczyła mnie mama i właśnie w ten sposób gotuję rosół :) No może z jedną różnicą - gotuję bez przykrycia. Cała reszta się zgadza - a rosół to taka moja mała świętość :) Nigdy nie zrozumieję gotowania go na kostkach czy z dodatkiem veget i innych - po co?

Pozdrawiam!

Dodaj komentarz »