

ОСТАННІ НОВИНИ

- 14:15 СБУ показала уламки російського дрона, який поцілів Києво-Печерську лавру
- 14:15 «Вже немає ані слів, ані сліз»: Пугачова відреагувала на обстріл Києва
- 13:50 Вперше в історії: Литва розбере реактор того ж типу, що вибухнув у Чорнобилі
- 13:19 Кожен другий рубль — на армію: витрати росії на війну з Україною встановили новий рекорд
- 13:10 Чотири роки до ЄС: у Брюсселі оцінили реальні строки вступу України
- 13:01 Помер батько віцечемпіона світу з футболу, який сам грав за збірну країни
- 12:40 Зарплати військових зростуть до 460 тисяч гривень: кому і скільки платитимуть

Чи потрібно зливати перший бульйон: кулінари нарешті поставили крапку в одвічній суперечці

14:05 — 15 червня 2026



Олена КУРАШИНА, «ФАКТИ»

Багато господинь під час варіння м'яса звично зливають перший бульйон, вважаючи це необхідним етапом приготування. Проте фахівці з кулінарії наголошують: універсального правила тут немає, і все залежить від ваших уподобань та якості продукту.

Навіщо зливають перший бульйон

Традиційно вважається, що перший бульйон накопичує частину домішок, які можуть міститися в м'ясі. Саме тому його часто зливають, а потім знову заливають продукт чистою водою для подальшого варіння, пише Уніан.

Втім, прихильники іншого підходу зазначають, що під час смаження чи запікання м'яса ніхто не позбавляється першого соку, який виділяється під час термічної обробки. Крім того, разом із першим бульйоном можуть втрачатися деякі корисні речовини — вітаміни та мінерали.

Вплив на смак і жирність

Ще одна причина, через яку господині зливають перший бульйон, — бажання отримати легший і прозоріший суп. Після заміни води бульйон дійсно стає менш жирним і виглядає чистішим.

Однак багато поціновувачів домашніх супів навпаки цінують насичений смак і наваристість, тому відмовляються від цього кроку. У такому разі вибір залишається за самим кулінаром.

Чи можна не зливати бульйон

Якщо ви впевнені у свіжості та якості м'яса, відмовлятися від першого бульйону зовсім не обов'язково. Щоб зменшити кількість можливих домішок, м'ясо можна попередньо добре промити та замочити у холодній воді на кілька годин.

Під час варіння варто регулярно знімати піну шумівкою — це допоможе зробити бульйон прозорішим без необхідності його зливати.

Підсумок

Зливати чи не зливати перший бульйон — питання радше особистих уподобань, ніж суворе кулінарне правило. Якщо для вас важливі легкість і прозорість страви, можна замінити першу воду. Якщо ж ви прагнете отримати максимально насичений смак і використовуєте якісне м'ясо, перший бульйон цілком можна залишити.

Дізнайтеся також [рецепт торта без випічки, який перевершить будь-який чізкейк](#).

Читайте нас у [Facebook](#)

25

До змісту розділу

Побачили помилку? Виділіть її та натисніть CTRL+Enter

Друкowana версія | Лист редакторів | Поскаржитися

Поділитися 0 | Поділитися | Твітнути

ЗАРАЗ ЧИТАЮТЬ

- Українців змусять встановити вдома другий лічильник електроенергії: кого це стосується
- Газ для українців різко подорожчас: тарифи зростуть вже цієї осені
- Терезам — «Двійка Мечів» та рівновага за будь-яку ціну, Стрільцям — «Трійка Жезлів» і погляд у майбутнє: Таро-прогноз на 15 червня
- «Вже немає ані слів, ані сліз»: Пугачова відреагувала на обстріл Києва (відео)

Новини партнерів

Мапа сайту

- Новини України
- Політика
- Гроші
- Події
- Світ
- Пряма лінія
- Блоги
- Спорт
- Футбол
- Культура
- Шоу-бізнес
- Фігурка дня
- Суспільство
- Стиль життя
- Книга рецептів
- Люди та звірі
- Життєві історії
- 25 років потому
- Історія сучасності
- Наука та технології
- Клуб споживачів
- Запитайте у Фактів
- Іменинники дня
- Гороскоп
- Курс валют
- Фотофакти
- Погода

Реклама | Передплата | Контакти | Привітання і співчуття | Правила користування сайтом faktu.ua

© 1997—2026 «Факти та коментарі»

Усі права на матеріали сайту охороняються у відповідності до законодавства України. Матеріали під рубриками «На правах реклами», «Реклама», а також позначені символом публікуються у якості реклами та мають інформаційно-комерційний характер.

ПОПУЛЯРНЕ

- Батько лишив Грушевському стільки грошей, що той побудував шестиповерховий будинок і училище: вийшла книга про українську інтелігенцію початку ХХ століття
30 травня 2026 12:24
- «Мене називають стервою»: суддя, яка працювала на фсб, отримала 15 років ув'язнення за держзраду в умовах воєнного часу
6 червня 2026 16:50
- «Наше завдання — померти у вертикальному положенні й без памперса»: 70-річний інструктор ЛФК про боротьбу з поганою генетикою та грижами
7 червня 2026 12:25
- Вбивця мав з собою два зображення Петлюри, але спитав: «Ви Петлюра?» — і після ствердної відповіді почав стріляти: 100 років тому загинув лідер УНР
25 травня 2026 12:25
- «Ми заходили на позиції, які знищувалися в нуль»: зірка «Ти — космос» Володимир Кравчук про роки на фронті
28 травня 2026 12:24

* Рейтинг формується за останні 7 днів

Погода 15.06.26, вдень **sinoptik**
Київ
+19°
вологість: 55% тиск: 741 мм
вітер: 4 м/с, Західний
Погода на 10 днів від sinoptik.ua

БІЛЬШЕ У РОЗДІЛІ

- Желе із сметаним кремом: десерт, який світиться всіма барвами
14 червня 2026 20:06
- Найпростіший чізкейк у світі: без тіста і без духовки
14 червня 2026 19:05
- Кабачкові чебуреки: смачно, просто та з користю
14 червня 2026 16:47
- Сирники із соусом сабайон: ідеальний сніданок від Пави
14 червня 2026 12:55
- Незвичайна намазка: ідеальна до чорного хліба із салом
13 червня 2026 22:01