



**Блюда из рыбы.
Сдобно пресное тесто.
Мясорубка МС2-70.**

*Подготовила: Ершибаева Г.
Проверила: Краснова М.А.*

Блюда из рыбы.

Рыба испокон веков составляла кулинарную основу русского национального стола. Действительно, рыба – очень вкусная, нежная, питательная пища, она обладает замечательными диетическими свойствами, богата ценными биологическими веществами, легко усваивается организмом человека. Надо только правильно ее приготовить. Кулинарная обработка рыбы отличается от обработки мяса, а обработка пресноводной рыбы отличается от обработки морской рыбы.

Отличия морской и речной рыбы. Морская рыба отличается от речной и основное отличие заключается в том, что не все части морской рыбы съедобны или могут применяться как пищевой материал. В пресноводной рыбе практически съедобно все, за исключением внутренностей, а у некоторых видов морской рыбы необходимо удалять чуть ли не половину (а то и более) ее массы, прежде чем начинать кулинарную обработку.



Вареная и припущенная рыба.

Для варки используют всевозможные виды рыб порционными кусками филе с кожей и костями, филе с кожей без костей и куски круглой формы, целыми тушками.

Припущенные рыбные блюда раньше называли паровыми, так как поверхность рыбы в процессе припускания доходит до готовности под действием пара.

Этим способом приготавливают рыбу, обладающую высокой пищевой ценностью, с нежной кожей и мякотью, так как припускание дает возможность сохранить в рыбе большое количество ценных пищевых веществ и ее форму. Рыбу припускают целиком, звеньями и порционными кусками из филе с кожей и чистого филе



1000-receptov.ru

Рыба отварная

Филе рыбы нарезают порционными кусками, укладывают в кастрюлю, заливают водой на 3-5 см выше поверхности филе, добавляют лук репчатый, морковь, когда жидкость закипит, удаляют пену и варят до готовности. Отпускают с прокипяченным сливочным маслом или соусом сметанным. Гарниры - картофель в молоке, пюре картофельное, овощи отварные, капуста тушеная. Требования к качеству Внешний вид: филе рыбы уложено на тарелку, сбоку гарнир Консистенция: мягкая, допускается легкое расслаивание рыбной мякоти Цвет: рыбы на разрезе - белый или светло-серый Вкус: рыбы в сочетании с соусом или маслом, приятный, умеренно соленый Запах: рыбы с ароматом соуса или масла.



Рыба припущенная с соусом белым с рассолом

Рыбу, разделанную на порционные куски припускают в бульоне с добавлением процеженного огуречного рассола, лука репчатого, сельдерея или петрушки, специй. Соленые огурцы очищают от кожицы, удаляют семена, нарезают ломтиками и припускают до готовности. Грибы моют, зачищают и отваривают. При отпуске на рыбу кладут подготовленные грибы, нарезанные ломтиками, огурцы соленые, поливают соусом белым с рассолом, гарнируют.



Рыба жареная.

Многие жареные блюда приготавливают из осетровых рыб, судака, сома, окуня, лососевых рыб. Жареная рыба имеет ярко выраженный вкус за счет образующейся на поверхности поджаристой корочки, содержит большое количество ценных пищевых веществ, так как при жарке они почти не теряются. В процессе жарки рыба поглощает определенное количество жира, что повышает ее калорийность. Способы жарки рыбы — основной с небольшим количеством жира и во фритюре.



Зразы донские

Из подготовленного филе рыбы без кожи и костей или без кожи и хрящей нарезают тонкие широкие куски, слегка их отбивают в пласт толщиной 0,5-0,6 см, солят, посыпают перцем, а затем в них заворачивают фарш, придавая изделию продолговатую форму. Сформованные зразы панируют в муке, смачивают в льезоне, панируют в белой панировке (натертом пшеничном хлебе) и жарят в жире. Для фарша: лук шинкуют, слегка пассеруют, охлаждают, добавляют сухари пшеничные, яйца рубленые, измельченную зелень петрушки или укропа, соль, перец и все перемешивают.

Зразы отпускают по 1-2 шт. на порцию с гарниром, поливают жиром. К блюду можно подать соусы - томатный или майонез.

Гарниры - каша гречневая рассыпчатая, пюре картофельное, картофель жареный, овощи, припущенные с жиром.



Блюда из запеченной рыбы и котлетной рыбной массы.



Для запекания используют любую речную и морскую рыбу, кроме очень крупных экземпляров. Запеченные блюда готовят на противнях, порционных сковородах, блюдах, в раковинах, в которых и подают.

Котлетную массу готовят из мясистой рыбы, содержащей небольшое количество мелких межмышечных костей. Блюда из рыбной котлетной массы жарят, тушат, запекают.

Рыба, запеченная с овощами

филе рыбы без кожи и костей
разрезают на кусочки длиной 7-8
см, толщиной 1-1,5 см, солят и
перчат. Овощи и корни шинкуют
тонкой соломкой. Сотейник
смазывают жиром и на дно кладут
овощи с томатным пюре, слегка
обжаривают, после этого на них
укладывают приготовленные
рыбные куски, солят, добавляют
бульон и помещают в духовку. За
5-10 мин до приготовления
запеченной рыбы,
кладут сливочное масло.

Подается запеченная рыба вместе
с овощами, с которыми она
запекалась, отдельно
прикладывают гарнир — отварной
картофель или рассыпчатую
рисовую кашу.



Сдобно пресное тесто.

В рецептуре сдобного теста в отличие от других видов теста предусмотрены жидкость (вода, молоко, сметана) и меньшее количество сахара и жира. В качестве разрыхлителей применяют пищевую соду и углекислый аммоний. Жидкость способствует образованию клейковины, которая придаст тесту вязкость. Если тесто замешивают на сметане или кефире, то находящаяся в них молочная кислота вступает во взаимодействие с содой и сразу же начинается выделение газа, которое увеличивается при нагревании. Если же в состав теста не входят кисломолочные продукты, то добавляют пищевые кислоты.

Замешивать пресное тесто надо быстро и нельзя оставлять его в теплом помещении, так как оно может потерять способность подниматься. С углекислым аммонием готовят тесто, не содержащее кислот (для изделий шакер-лукум). Его разрыхляющее действие сказывается только при выпечке.

Иногда пресное тесто готовят и без разрыхлителей, но такое тесто пригодно только для выпекания в виде тонких листов (для трубочек миндальных). Для ватрушек и сладких пирогов готовят сладкое сдобное пресное тесто, а для кулебяк, пирогов — несладкое.



Сочни с творогом

Замешивают сдобное пресное тесто и выдерживают его на холоде в течение 1 ч, после чего раскатывают в пласт толщиной 0,5-0,8 см и вырезают из него зубчатой круглой выемкой лепешки. Слегка раскатав, придают им вытянутую форму. Один край смазывают меланжем (яйцом) и укладывают фарш, другим концом лепешки закрывают его. Поверхность смазывают яйцом. Для начинки подготовленный творог перемешивают с сахаром, сметаной, меланжем (яйцом) и мукой.



Печенье «Косички»

Тесто сдобное сладкое 500, яйца для смазки 40, орехи для посыпки 25. Замешенное тесто раскатывают в пласт толщиной 5-6 мм и разрезают на полосы шириной 15 см. Каждую полосу делят поперек на узкие полосы шириной 5 мм. Из трех полосочек плетут косичку, кладут на смазанный жиром противень, смазывают каждое печенье яйцами, посыпают измельченным орехом или корицей. Выпекают изделия при 220-240°C в течение 10-15 мин.



Пирог с вишней

В молоке размешивают муку, взбивают эту массу с яйцами, солью и замешивают негустое тесто. Половину полученного теста вливают в разогретую и смазанную жиром форму. На него кладут освобожденные от косточек вишни и посыпают их сахаром-песком. Слой вишни заливают оставшимся тестом и выпекают при 200°С в течение 40 мин. Готовый пирог посыпают сахарной пудрой и режут на куски.



Правила эксплуатации и техника безопасности МС2-70.

Подготовку сменного механизма проводит повар, закрепленный за данной машиной. Корпус мясорубки закрепляется в горловине привода при помощи винтов-зажимов. При сборке мясорубки хвостовик и палец шнека смазывают пищевым несоленым жиром, потом устанавливают его в корпус и поворачивают до тех пор, пока шип хвостовика шнека не попадет в гнездо выходного вала редуктора привода. Затем устанавливают на палец шнека сменные детали мясорубки в определенной последовательности и закрепляют нажимной гайкой. Сборку сменного механизма заканчивают установкой на корпусе загрузочной тарелки, которая фиксируется специальным винтом.

Мясо загружают в мясорубку только после ее включения и проверки на холостом ходу. Разрешается проталкивать мясо в горловину тарелки только при помощи деревянного толкача, которым не разрешается прижимать его к шнеку. Не допускается эксплуатировать мясорубку на холостом ходу, так как это приводит к быстрой порче ножей. Категорически запрещается также измельчать на мясорубке сухари, кости, соли и т.д. Это выводит из строя сменные механизмы или приводит к травмам обслуживающего персонала. После окончания работы мясорубку разбирают, промывают и просушивают.

First Page :

"Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit, sed do eiusmod tempor incididunt ut labore et dolore magna aliqua. Ut enim ad minim veniam, quis nostrud exercitation ullamco laboris nisi ut aliquip ex ea commodo consequat. Duis aute irure dolor in reprehenderit in voluptate velit esse cillum dolore eu fugiat nulla pariatur. Excepteur sint occaecat cupidatat non proident, sunt in culpa qui officia deserunt mollit anim id est laborum."

Second Page :

"Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit, sed do eiusmod tempor incididunt ut labore et dolore magna aliqua. Ut enim ad minim veniam, quis nostrud exercitation ullamco laboris nisi ut aliquip ex ea commodo consequat. Duis aute irure dolor in reprehenderit in voluptate velit esse cillum dolore eu fugiat nulla pariatur. Excepteur sint occaecat cupidatat non proident, sunt in culpa qui officia deserunt mollit anim id est laborum."