

ВВЕДЕНИЕ

Рыбные блюда занимают значительное место в ассортименте блюд, используемых в питании. В рыбных блюдах много белков, которые усваиваются легче, чем белки мяса. По своему химическому составу рыба немного уступает мясу домашних животных, а по содержанию минеральных веществ, витаминов и степени усвояемости белков превосходит мясо.

Химический состав рыбы (в %)

- ⦿ Белки – 13-21
- ⦿ Жиры – 0,2-30
- ⦿ Минеральные вещества
- ⦿ Вода – 53,5 – 85
- ⦿ Витамины А, Д, В1, В2, РР

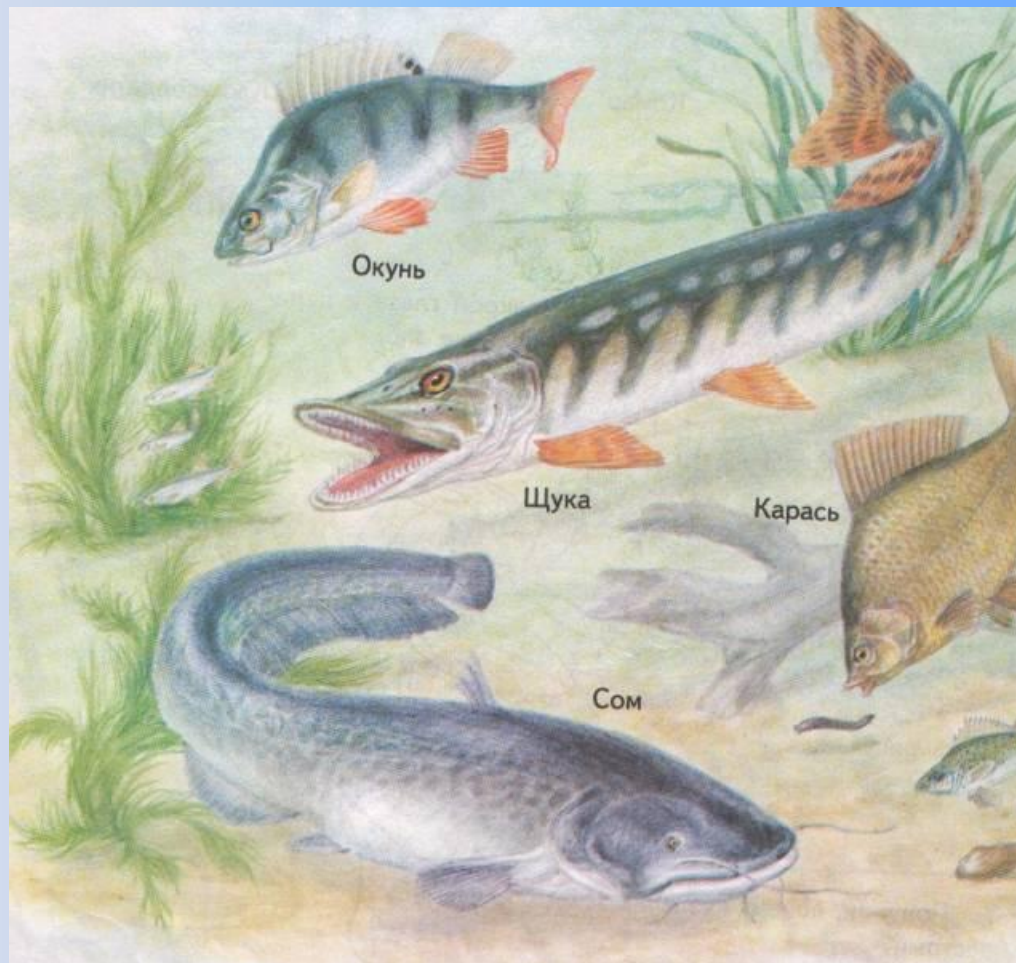


Классификация рыб, наиболее часто используемой в кулинарии.

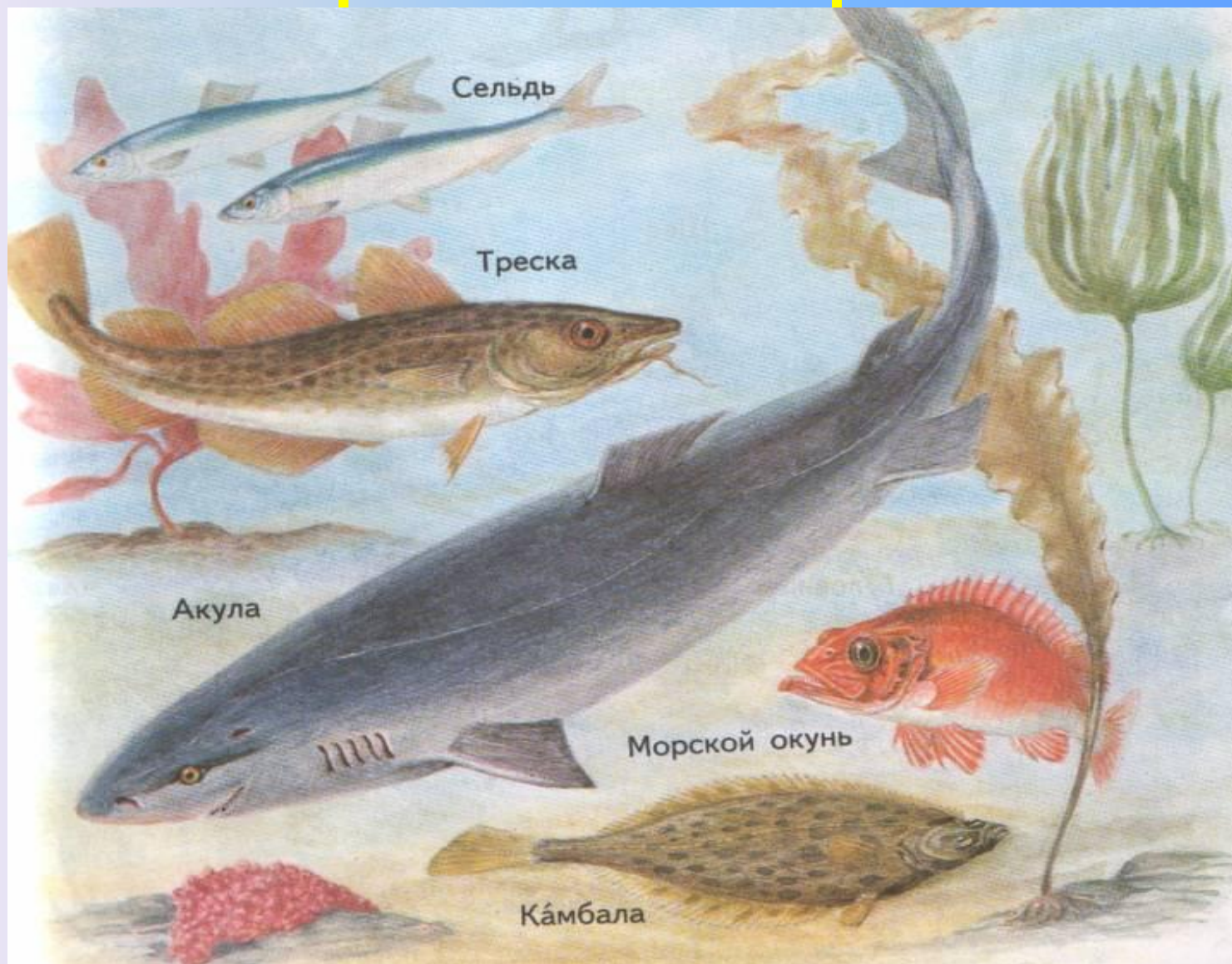


- **Окуневые:** окунь, судак, ерш, чоп
- **Лососевые:** семга, кета, горбуша, лосось, чавыча, нельма. Сиг, белорыбица, форель.
- **Осетровые:** осетр, севрюга, белуга, стерлядь
- **Тресковые:** треска, налим, пикша, навага, сайра, минтай, мерлуза, путассу.
- **Серебристый хек.**
- **Карповые:** лещ, карп, сазан, карась, линь, вобла, тарань, толстолобик, амур.
- **Сельдевые:** сельдь, салака, килька, сардины, анчоус.
- **Камбаловые:** камбала, палтус

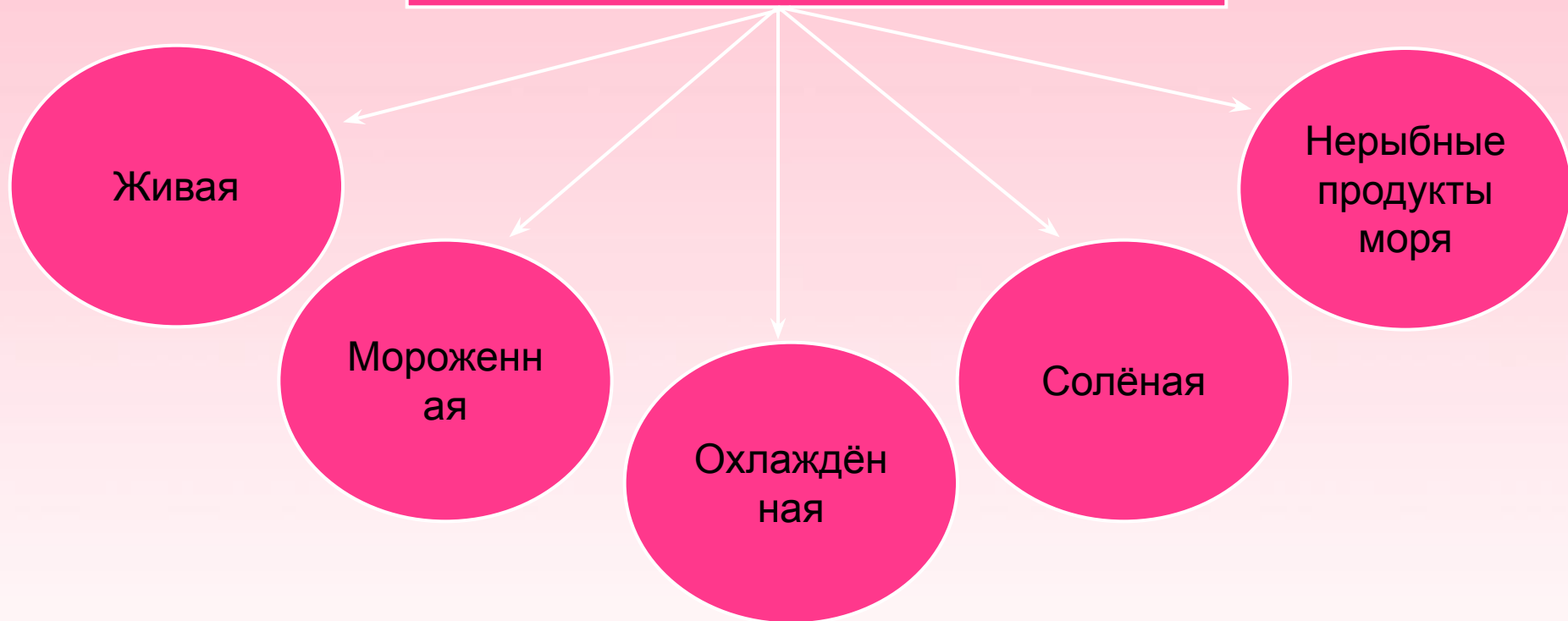
Речные рыбы



Морские рыбы



В рыбный цех поступает рыба



Обработку рыбы частиковых пород и приготовление из неё полуфабрикатов, осуществляют по технологической схеме, включающей следующие операции: оттаивание голов, плавников, хвостов; промывание, приготовление п/ф.

В крупных рыбных цехах
создают
две технологические линии

обработки
рыбы
частиковых
пород

обработки
рыбы
осетровых
пород

Первичная обработка рыбы



Товароведная характеристика сырья для блюд из рыбы

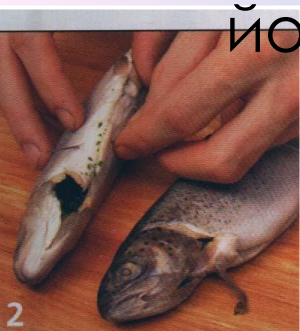
По содержанию жира рыбу условно делят на три категории : тощую – до 2% жира, средней жирности – от 2 до 5%, жирную – от 5 до 15%. Количество жира в рыбе зависит от ее вида, возраста, места вылова, времени года.

Содержание жира влияет на вкусовые качества рыбы и ее кулинарное использование.

Наибольшее количество жира содержат угорь, минога, осетровые, лососевые, сельдевые рыбы.

К тощим рыбам относят треску, щуку, судака, окуня, корюшку.

Благодаря присутствию большого количества йода рыбу причисляют к диетическим продуктам.



Экстрактивные вещества в процессе тепловой обработки переходят в бульон. Они состоят из креатина, креатинина, способствующих возбуждению аппетита и секреторной деятельности желудка.

Специфический запах, особенно резкий у морской рыбы, обусловлен присутствием в ней азотистых веществ – аминов.

Свежая рыба поступает на предприятия общественного питания живой, охлажденной, мороженой. Кроме того, для приготовления блюд и закусок используют соленую рыбу, консервированную, а иногда сушеную. Поступившая рыба должна быть доброкачественной. Основными показателями являются ее внешний вид и запах. Рыба должна иметь упругую мякоть, плотную блестящую чешую, красные расправленные жабры без слизи.





РЫБА. ОБРАБОТКА РЫБЫ.

Обработка рыбы



Механическая кулинарная обработка состоит из следующих операций: размораживания, вымачивания, разделки, приготовления полуфабрикатов. Под разделкой подразумевается удаление чешуи, внутренностей, плавников, головы, а иногда костей и кожи.



Схема разделки рыбы на филе без кожи и костей

- **Размораживание**
- **Удаление плавников**
- **Удаление внутренностей через разрез в брюшке**
- **Удаление головы**
- **Промывка**
- **Снятие верхнего филе с костями, пластование рыбы**
- **Удаление позвоночной кости**
- **Срезание с филе реберных костей**
- **Удаление с филе кожи**
- **Нарезка на порционные куски**

Процесс обработки рыбы с костным скелетом включает следующие операции: размораживание, отделение от чешуи, срезание плавников, удаление голов, потрошение, промывание, фиксация в охлажденном рассоле, охлаждение полуфабриката, упаковка, маркировка, хранение и транспортировка.

В крупных цехах процессы обработки рыбы с костным скелетом осуществляется на поточных механизированных линиях.

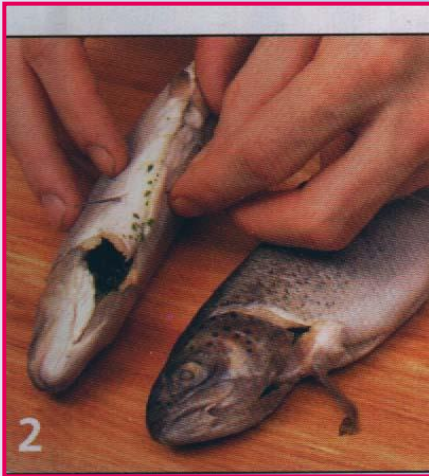


Свежая рыба

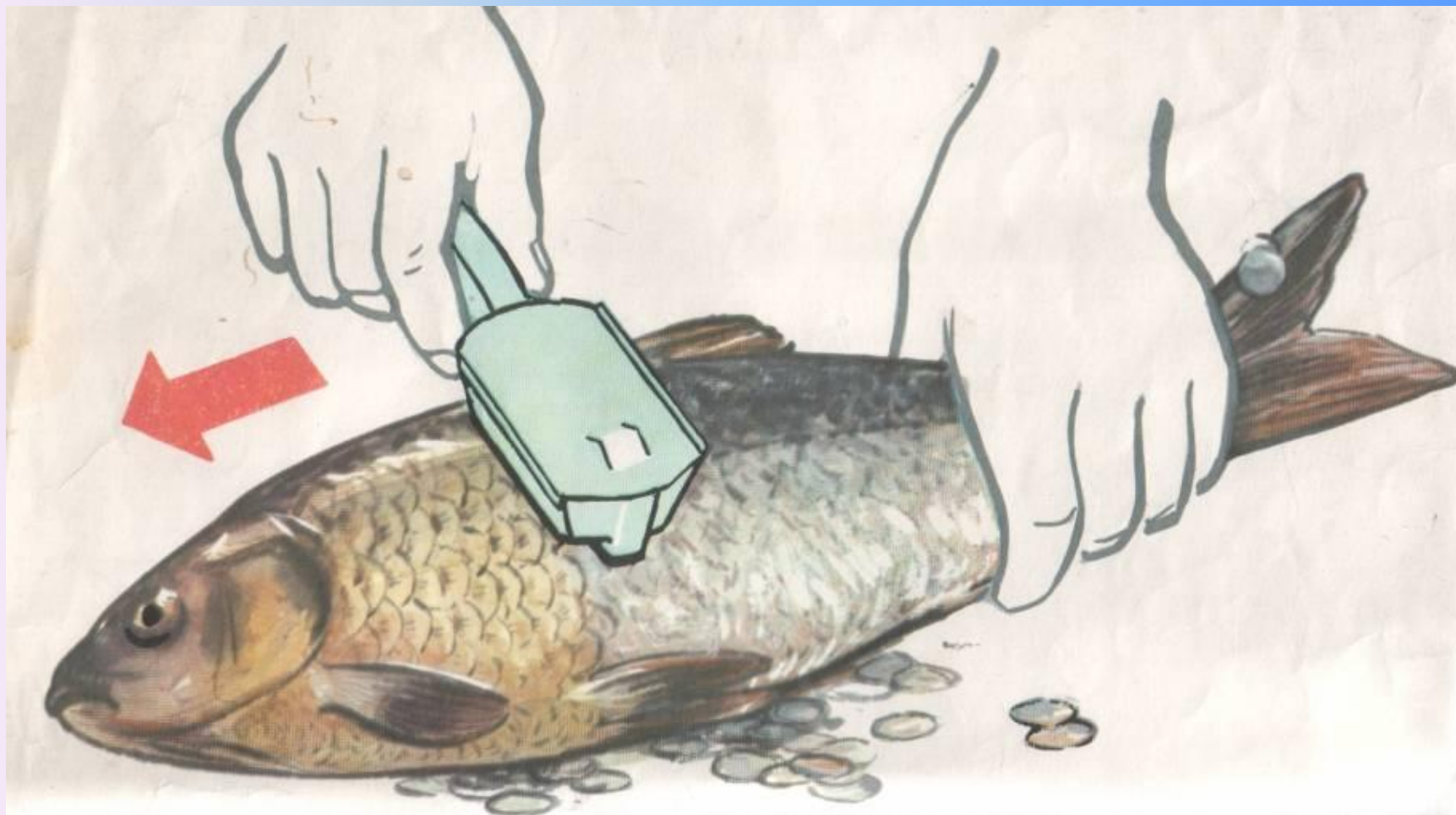
Живая

Охлажденная

Мороженая



Очистка рыбы от чешуи



Разрезание брюшка



Удаление внутренностей



Удаление головы и плавников



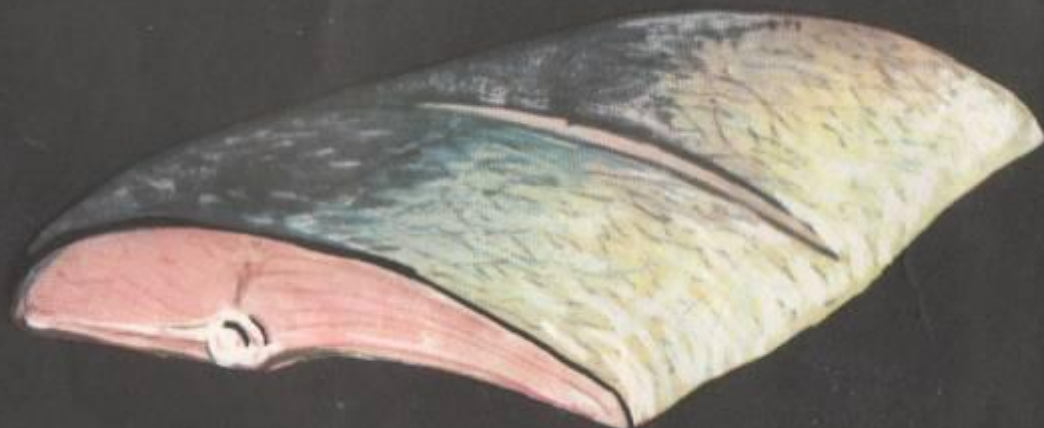
Промывание



Пластование



Рыбные полуфабрикаты



*Для
варки*



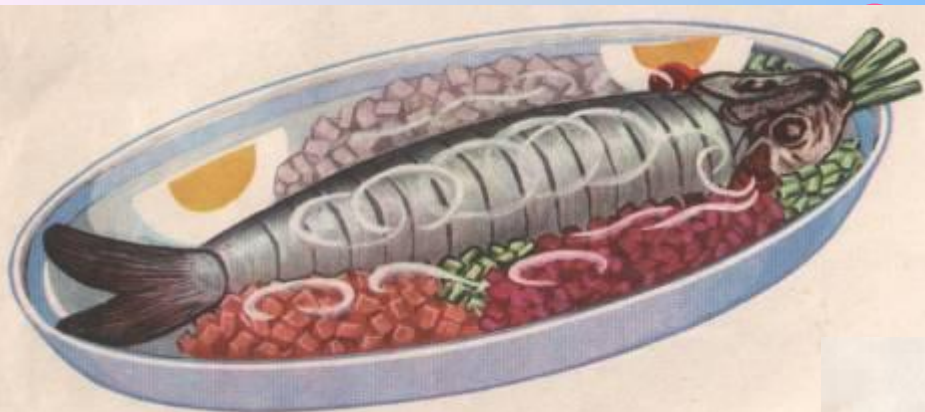
Для припускания



Для жарения

Приготовление блюд из рыбы

Закуски



Вторые блюда



Первые блюда

Тепловая обработка рыбы

Варка

Припускание

Жарение

Тушение

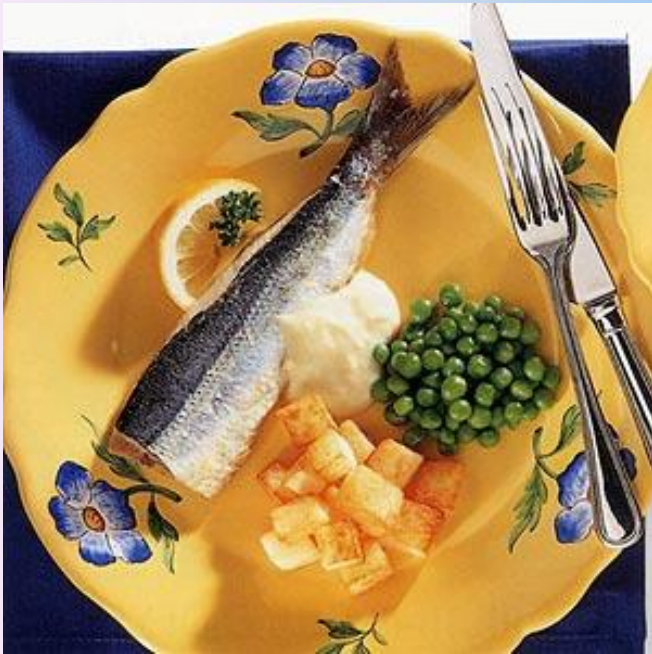
Запекание



Холодные блюда и закуски



Примеры оформления рыбных закусок



Сельдь с горчичным соусом



Сельдь по-домашнему с картофелем

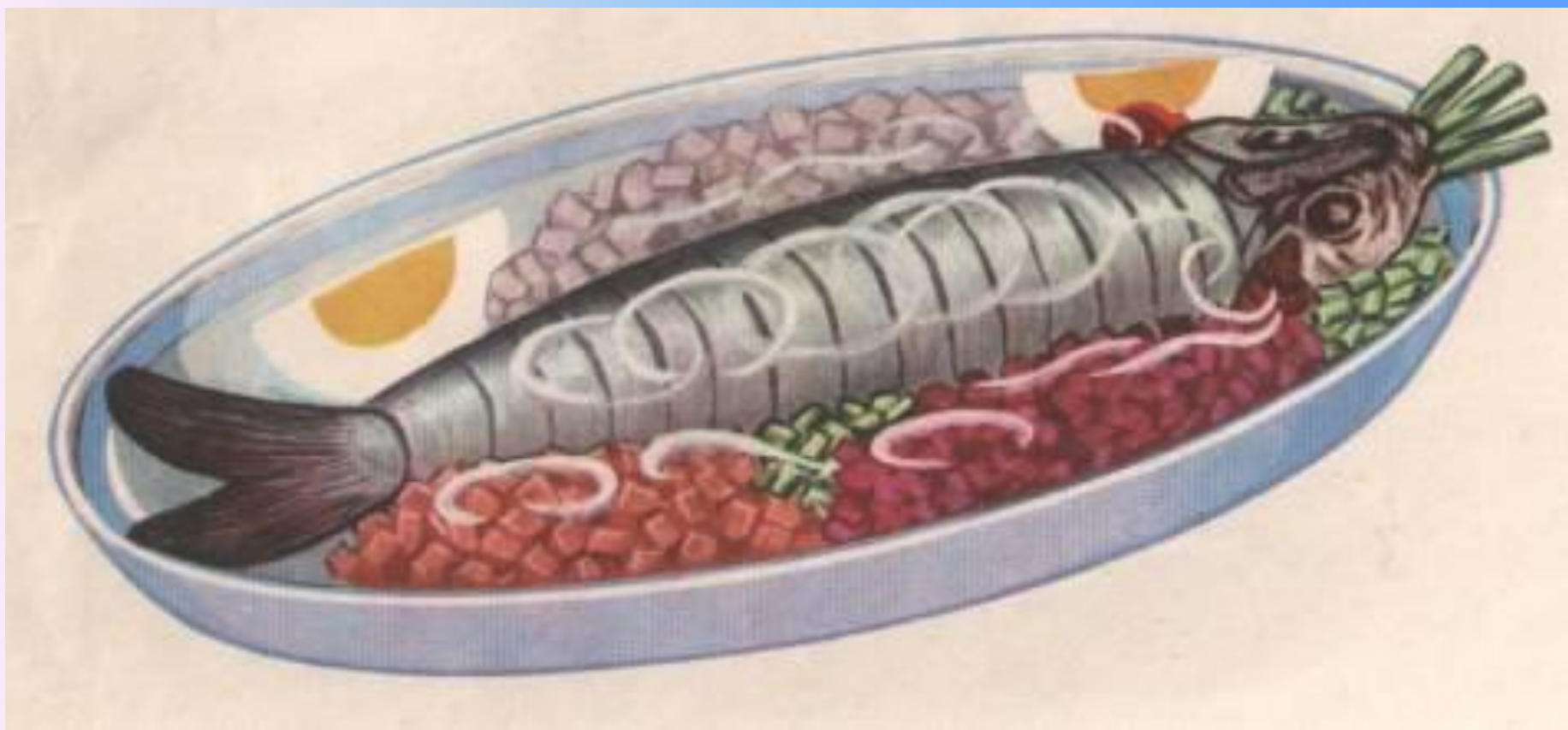


**Салат из
морепродуктов и
авокадо**



**Скумбрия с овощами
под соусом**

Оформление сельди с гарниром



Приготовление:

- Сельдь разрезают на чистое филе.
- Лук и корень петрушки очищают, нарезают тонкой соломкой, заливают уксусом, водой или бульоном, добавляют специи и проваривают 10 мин. Охлаждают, соединяют с маслом.
- Филе сельди разрезают вдоль пополам, сворачивают в виде рулетиков, помещая внутрь кусочек перца, плотно укладывают в неокисляющуюся посуду, заливают маринадом и помещают в холодильник на 6-8 часов.
- При подаче укладывают на тарелку и оформляют зеленью и маринованным луком.



Блюда из рыбы отварной, припущенной, тушеной

Отварные

Рыба отварная с

польским соусом,
рыба под майонезом,
заливные рыбные блюда,
холодная рыба с гарниром

Припущенные

Рыба припущенная с соусом белым с рассолом,
рыба паровая,
рыба припущенная по-русски

Тушеные

Треска,

тушенная в молоке с луком,
рыба, тушенная с луком и сладким перцем, рыба тушенная в томатном соусе с овощами

Заливные рыбные блюда

Заливные блюда готовят из отварной рыбы, крабов и кальмаров. Для заливной рыбы готовят желе, основой которого является концентрированный рыбный бульон. Рыбу разделяют на филе, нарезают на порции и варят. На дно лотка наливают тонкий слой слегка охлажденного рыбного желе, кладут порционные куски рыбы. С помощью желе закрепляют в каждом куске рыбы украшения из лимона, зелени, отварной моркови, свежих огурцов, вареных яиц. Заливают рыбу в 2-3 приема. После застывания вырезают куски рыбы вместе с желе. Отпускают заливную рыбу вместе с овощным гарниром или без него. Отдельно подают хрен с уксусом.



Блюда из жареной рыбы

A whole fried fish, likely a sea bream, is the central focus, resting on a white plate. The fish has a golden-brown, slightly charred skin. It is surrounded by various fresh ingredients: a slice of lemon, a sprig of green parsley, a red chili pepper, and several thin slices of red onion. The background is a soft, light-colored surface with some shadows, suggesting a clean, bright kitchen environment.

Цель исследовательской работы:

Изучить общие правила, ассортимент, технологию приготовления и правила подачи блюд из жареной рыбы

Общие правила жарки рыбы:

Для жарения используют все виды рыб

Жареная рыба имеет ярко
выраженный
вкус за счет образования на
поверхности
поджаренной корочки.

В процессе жарения рыба
поглощает
определенное количество
жира,
что повышает её
калорийность.

Способы жарения рыбы

ОСНОВН
ОЙ

Во
фритюр
е

В
жарочном

на
открыт

Ассортимент блюд из жареной рыбы:

- 1. Рыба жареная основным способом**
- 2. Рыба жареная во фритюре**
- 3. Рыба жареная на открытом огне**
- 4. Рыба жареная в жарочном шкафу**

Требования к качеству блюд из рыбы

Качество готовых блюд оценивают по следующим показателям:

- ✓ Правильность разделки
- ✓ Правильность нарезки и панировки рыбы
- ✓ Соблюдение правил тепловой обработки
- ✓ Доведение рыбы до готовности
- ✓ Вкус и запах приготовленного блюда
- ✓ Внешний вид
- ✓ Соответствие гарнира и соуса данному блюду



Санитарно-гигиенические требования к процессу приготовления блюд из рыбы

Живую рыбу транспортируют в аквариумах, хранят на предприятиях в проточной воде ванн или аквариумов не более 2 суток. В живом виде поступают зеркальный карп, сом, карась, сазан.

Охлажденная рыба имеет внутри мышц температуру от -1 до 5°C . Ее хранят не более 5 суток при температуре от -1 до 1°C .

Чаще используют мороженую рыбу, имеющую температуру внутри от -8 до -6°C . Ее хранят при температуре -8° до 12 суток, при температуре $0...-2^{\circ}\text{C}$ до 3 суток.

Заключение



Так как блюда из рыбы имеют большое кулинарное значение, необходимо соблюдать технологию приготовления блюд, нормы закладки продуктов в блюда, а также санитарно-гигиенические требования к процессу приготовления этих блюд.