

Основные блюда из рыбы и соусы

Подготовили:

студентки ФРГТБ, 2 курса, 7 группы

Вент Ольга

Лихота Марина

Хоботова Марина

Рыба запеченная под соусом "Бешамель"

- Так как для приготовления этого блюда используется чаще всего филе рыбы очищенное от костей, а последующая технология его приготовления превращает блюдо в достаточно плотную запеченную массу, то для его употребления нам понадобятся обычные нож и вилка для основных блюд (а не для рыбных). Как напиток чаще всего к такой запеканке подают белое некрепкое вино.



■ Запеченная рыба является одним из самых популярных рыбных блюд в рационе человека. Запекают рыбу различными способами: целыми тушками, порционными кусками, филешками, под соусами или без них, на овощных подушках и без гарниров, в фольге, на костре и т.д..



Лосось с картофелем в пароварке

■ Одним из самых полезных способов термической обработки продуктов является приготовление их на пару. Приготовление рыбы на пару позволяет сохранить в ней максимальное количество полезных веществ, сделать ее нежной, вкусной и, что не маловажно, малокалорийной. А картофель или другие овощи, приготовленные на пару послужат отличным гарниром.



- Подают лосось с картофелем, приготовленные в пароварке порционно, с классическими приборами для рыбных основных блюд. Так же по желанию клиента могут подавать различные соусы: майонез, тартар, сметанные и т.д.. Соус подают в соуснице отдельно или непосредственно в блюде.



Щука фаршированная

- Фаршированная рыба – традиционное рыбное блюдо еврейской кухни, в котором рыба готовится совместно с другими ингредиентами. Её стараются готовить из крупных пород рыбы. Существует множество рецептов, одним из которых есть фаршированная щука.



- Что касается подачи фаршированной рыбы, то чаще всего ее подают целой и непосредственно перед клиентом нарезают, таким образом на одной тарелке есть несколько порций. При подаче рыбу украшают лимоном, зеленью, овощами, оливками и маслинами.

- Отдельно подают сметанные, яичные соусы. В качестве приборов используют обычные вилку и нож (+ лопатка для переукладывания рыбы с общей тарелки).



РЫБНЫЕ КОТЛЕТЫ

- Очень известным блюдом являются рыбные котлетки. Сегодня на рынке представлен очень большой выбор сырья для этого блюда: широкий ассортимент рыбы дает возможность разнообразить котлеты, сделать их пикантными и необычными.



■ Подают рыбные котлеты с разными гарнирами: овощами на пару, картофелем жаренным, рассыпчатыми кашами. Рыбные котлеты отлично сочетаются со сметанным соусом с грибами,



сырным или на основе белого вина. В качестве приборов используют вилку и нож для основных блюд.

Блюдо из филе хека

- Блюда из филе хека ценятся за отличные вкусовые качества. За счет низкой жирности рыбы блюда из филе хека готовят в детских учреждениях. Кроме того, блюда из филе хека пригодны для диетического питания. Способы приготовления рыбы довольно многообразны, можно ее запекать, жарить, использовать для супов.



- Специальным ножом для рыбы (находится в правой руке) необходимо отделить филе рыбы от костей, а косточки аккуратно положить на дальний край тарелки.
- Вилкой для рыбы (держат в левой руке) - кусочки рыбного филе отправляют в рот.



Стейк семги

■ Семгу относят к лососевым рыбам, также ее знают как атлантического лосося. Семга содержит много полезных микроэлементов. Витамины с микроэлементами, которые содержатся хотя бы в одной порции семги, могут существенно улучшать работу головного мозга человека.



■ Деликатесную рыбу, которую подают в виде тонких пластинок, например лосось, осетрину, семгу – разрезают с помощью закусочного ножа на маленькие кусочки.



Форель с гранатовым соусом

■ Форель любима кулинарами всего мира. Запах свежельовленной рыбы слегка напоминает свежие огурцы; а по нежности вкуса она может соперничать с угрем или стерлядьо. Форель можно употреблять в самых различных видах — сушеную, жареную, отварную, соленую, готовить на гриле, делать барбекю или шашлык, мариновать в специях и уксусе. На Кавказе традиционно подают с гранатовым соусом; а в Японии используют для приготовления суши, роллов, сашими, других блюд восточной кухни.



- Некоторые виды рыбы, к примеру, форель часто подаются целыми. Для них также используют уже известные Вам рыбные приборы - рыбные нож и вилок. В первую очередь у рыбы необходимо удалить плавники.
- После чего рыбу не спеша разрезают вдоль позвоночника, аккуратно снимая с нее шкурку, которую можно съесть, или положить на край тарелки. Ее также можно положить на специально предназначенную для таких целей тарелку.
- После этого, аккуратно отделяют рыбную мякоть от костей.
- Начинать есть рыбу необходимо с верхней части, затем переходят к спинке. После чего тушку рыбы переворачивают и приступают к ее нижней части.
- Если Вы обнаружили у себя во рту мелкие косточки – недопустимо ИХ вынимать руками.



■ Блюдо, соус к которому уже положен на тарелку, едят по-другому. Для этого случая используется специальная ложка. Она может быть различных конструкций, обычно она похожа на десертную, но более плоской формы. Для рыбных блюд существует столовый прибор, сочетающий в себе функции ложки и ножа, им можно отрезать кусочек филе и сразу же полить его соусом.



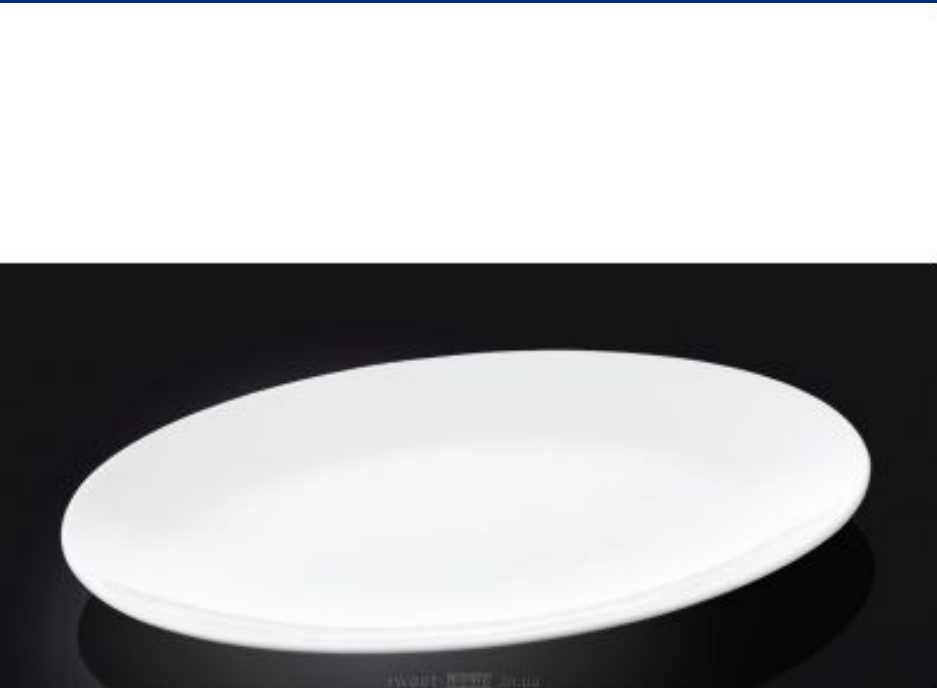
**Отварной судак с травами на
подушке из спаржи**

- Порции рыбы, сваренные в пряном отваре. Подают с пюреризированной спаржей. Отдельно подают соус польский или голландский.



Посуда подачи

- Фарфоровое овальное блюдо или овальный барашек на подставной тарелке, металлический соусник на подставной тарелке, на которую кладут чайную ложку ручкой вправо



Приборы

- Нож и вилка столовые, чайная ложка



■ Отварную рыбу также могут подавать с отварным картофелем, овощами, кус-кусом или же рисом. В таком случае гарнир подается вместе с рыбой, отдельные приборы для него не требуются. Изредка соусом поливают рыбу прямо перед подачей.



Белуга в тесте

Подавать рыбу в кляре можно и как закуску, и как основное блюдо – это всегда очень вкусно и аппетитно! Также к рыбе обязательно подаются соусы – томатный или же майонез с корнишонами. Как гарнир лучше всего использовать жареный картофель или картофельное пюре.



- Рыбу, жаренную в тесте (кляре), приносят в виде пирамиды на металлическом блюде, покрытом кружевной бумажной салфеткой, с ломтиком лимона, зеленью; перекладывают в мелкие столовые тарелки. Отдельно подают соус в фарфоровом соуснике. На стол сначала ставят тарелку с рыбой справа, а затем соусник слева. Рыбу в кляре можно подать в обнос.



Правила подачи

Рыба подается в фарфоровом или мельхиоровом круглом (овальном) блюде. Соус выкладывают в металлический соусник на подставной тарелке, на которую кладут чайную ложку ручкой вправо. Слева ставится тарелка для костей.



Приборы

- Нож и вилка столовые, чайная ложка



Рыба, запеченная по- МОСКОВСКИ

- Данное блюдо включает в себя рыбу и картофель, запеченные в порционной сковороде. В качестве соуса – сметана, которой заливается блюдо. Дополнительные соусы не требуются.



Подача и приборы

- Блюдо подается на порционной мельхиоровой сковородке на закусочной тарелке с кружевной салфеткой, ставят слева от гостя с набором для разложения. Приборы – вилка и нож.



Тельное из рыбы

- Данное блюдо представляет собой рыбный фарш с начинкой сформированный в виде полу-месяца, запанированный в сухарях и обжаренный на масле.
- Гарнир - картофель жареный, зеленый горошек.
- Отдельно подают соус томатный.



Подача

Подается рыба в мельхиоровом овальном блюде. Также подают металлический соусник на подставной тарелке, на которую кладут чайную ложку ручкой вправо.

