

Тема программы: Горячие рыбные блюда

Тема урока:

# Блюда из жареной рыбы

**Цель урока:**

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

# Процессы происходящие в рыбе при жарке

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.

Вода испаряется, мякоть уплотняется- масса п\ф уменьшается на 4%

## Способы жарения рыбы

ОСНОВН  
ОЙ

Во  
фритюр  
е

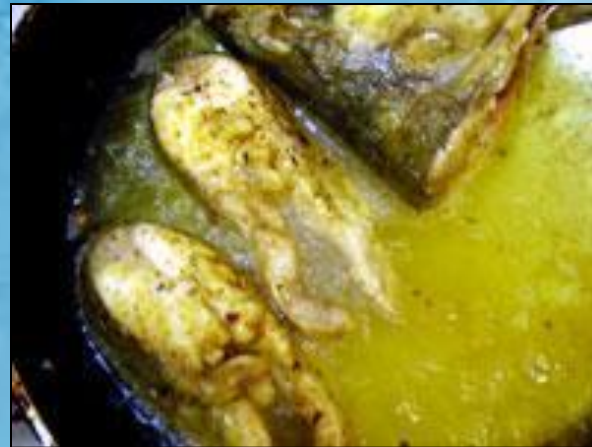
В  
жарочном  
шкафу

на  
открыт  
ом огне

## Рыбу жарят



В целом виде



Порционными кусками



Мелким куском

Для жарения используют  
растительные  
масла или топлёное масло

Для фритюра жира берут в 4 раза больше, чем продукта.  
Для жарки основным способом жира должно быть 10 -15  
%



# Ассортимент блюдов из жареной рыбы:

1. Рыба жареная основным способом
2. Рыба жареная во фритюре
3. Рыба жареная на открытом огне

# 1. Рыба жареная основным способом

● Подготовленный п/ф рыбы посыпают солью и перцем, панируют в муке, укладывают на хорошо разогретую с жиром сковороду **кожей вниз** и жарят с двух сторон до образования поджаристой золотистой корочки. Доводят до готовности в жарочном шкафу при температуре 250 градусов. **Готовность рыбы определяют по наличию на её поверхности мелких воздушных пузырьков.**

● На подогретую тарелку укладывают гарнир в виде картофеля жареного, отварного или картофельного пюре. Рядом помещают жареную рыбу, поливают растопленным сливочным маслом. Отдельно подают соусы томатный, красный, сметанный или майонез с корнионами.

## Ассортимент:

1. Рыба жареная целиком
2. Сом в кунжутном семени
3. Рыба жареная с луком по – ленинградски
4. Поджарка – рыба жареная мелкими кусками

# Рыба жареная целиком



# Сом в кунжутном семени (чистое филе)



# Рыба жареная с луком, по-ленинградски.



1. Картофель варят в кожице, охлаждают, очищают, нарезают кружочками толщиной 0,5 см и обжаривают с обеих сторон



2. Репчатый лук нарезают кольцами, панируют в муке и жарят во фритюре до золотистого цвета



3. Порционный кусок рыбы – филе с кожей: солят, перчат, панируют в муке, жарят основным способом и доводят до готовности в жарочном шкафу.



4. Жареную рыбу укладывают на середину порционной сковородки, вокруг – жареный картофель, а сверху на рыбу кладут кольца жареного лука. Прогревают в жарочном шкафу и подают украсив лимоном и зеленью



# Поджарка (рыба жареная мелкими кусками)



- Рыбное филе нарезают на брусочки по 3–5 кусочков на порцию, посыпают солью, перцем, панируют в муке.
- Лук мелко нарезают.
- На сковороде нагревают жир до 170 °С, насыпают лук и при помешивании слегка обжаривают, затем добавляют запанированную рыбу и жарят все вместе до образования корочки, после этого нагрев уменьшают и доводят рыбу до готовности.
- Подают поджарку на тарелке, гарнируют овощами и оформляют лимоном и зеленью.

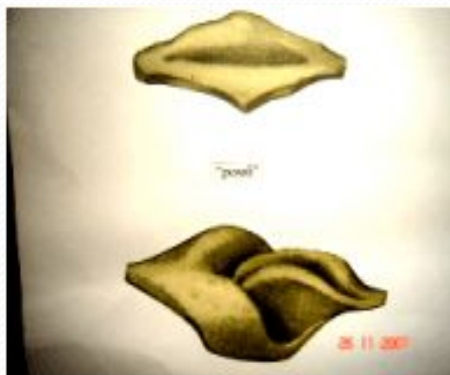
## 2. Рыба жареная во фритюре

Рыбу разделывают на чистое филе, нарезают на полосы, ромбы или брусочки, солят, перчат, панируют и жарят во фритюре при температуре 160-180 °С. Доводят до готовности в жарочном шкафу.

Ассортимент

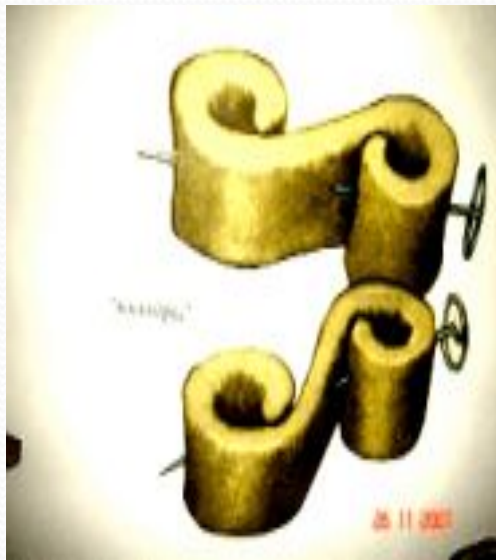
- Рыба «фри»
- Рыба, жареная восьмёркой
- Рыба в тесте «кляр»
- Зразы донские

## Рыба жареная во фритюре (порционным куском)



Рыбу разрезают на чистое филе  
Подготовленные кусочки рыбы посыпают солью, перцем, панируют в муке, смачивают в льезоне и вновь панируют в белых сухарях.  
Разогревают фритюр (соотношение жира и продукта должно быть не менее, чем 4:1) до 170 °С и жарят рыбу до образования корочки, после этого прогревают в духовке при такой же температуре или в сковороде под закрытой крышкой.  
При подаче рыбу кладут на тарелку, поливают маслом, сбоку укладывают жареный картофель, свежие или маринованные овощи. Оформляют дольками лимона, веточкой зелени.  
Томатный соус можно подлить к рыбе сбоку, майонез подают отдельно.

# Рыба жареная с зелёным маслом (кольбер)

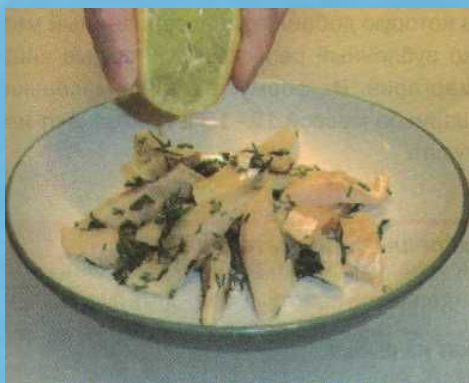


Кольбер Жан Батист —  
Кольбер (Colbert) Жан Батист  
французский государственный  
деятель

Судак «восьмеркой» с зеленым маслом (кольбер)

Мякоть судака или другой рыбы (треска, осетрина, севрюга) нарезают в виде ленты (шириной 4-5 см, толщиной-1см, длиной 15-20 см, слегка отбивают, панируют в двойной панировке и сворачивают в виде восьмерки: один конец ленты укладывают спиралью в одну сторону до середины или половины ленты, а другой ее конец таким же образом - в другую сторону и скрепляют, пронизывая металлической шпажкой или шпилькой. Жарят во фритюре. Подают рыбу с долькой лимона, зеленью фри, положив сверху кусочек зеленого масла. На гарнир - жареный картофель, сложный гарнир. Отдельно ставят на стол соусник с майонезом и корнишонами «тар-тар».

# Рыба в кляре



- **Чистое филе нарезают на брусочки, кладут в посуду, солят, перчат, добавляют сок лимона, репчатый лук и зелень петрушки. Маринуют в холодильнике 30 минут.**
- **Для теста просеянную муку разводят теплым молоком (20–30 °С), размешивают, чтобы не было комков, добавляют немного масла, растертые с солью яичные желтки и оставляют на 10–15 минут для набухания клейковины. Перед самым жареньем в тесто добавляют взбитые белки. Готовое тесто должно стекать с веселки тонким слоем.**
- **Брусочки рыбы после маринования накалывают на вилку, погружают в тесто кляр, быстро опускают в горячий жир и жарят 3–5 мин до образования румяной корочки.**
- **Готовая прожаренная рыба всплывет на поверхность фритюра, её вынимают шумовкой и перекладывают в дуршлаг, чтобы стёк жир.**



- Рыбу укладывают на тарелку, покрытую бумажной салфеткой, по 6-8 брусочков, придавая им форму **пирамидки** или **колодца**.
- Блюдо украшают веточками зелени петрушки, жареной во фритюре и долькой лимона.  
**Отдельно** подают соус майонез с корнишонами - «тар-тар»
- На гарнир **отдельно** подают картофель «пай».



# Зразы донские



Зразы можно приготовить из судака, осетрины, сома, окуня, хека .  
Чистое филе -нарезать на тонкие куски; слегка отбить их, посолить, поперчить, завернуть в них фарш, придать продолговатую форму.  
(колбаски)

- Для приготовления фарша лук нашинковать, слегка спассеровать, охладить, добавить сухари, яйца рубленые, зелень, соль, перец. Все тщательно перемешать.
- Зразы панировать в муке, смочить в льезоне и запанировать в сухарях, жарить во фритюре.
- На гарнир подать жареный картофель, картофельное пюре, или припущенные овощи, отдельно — майонез или томатный соус.



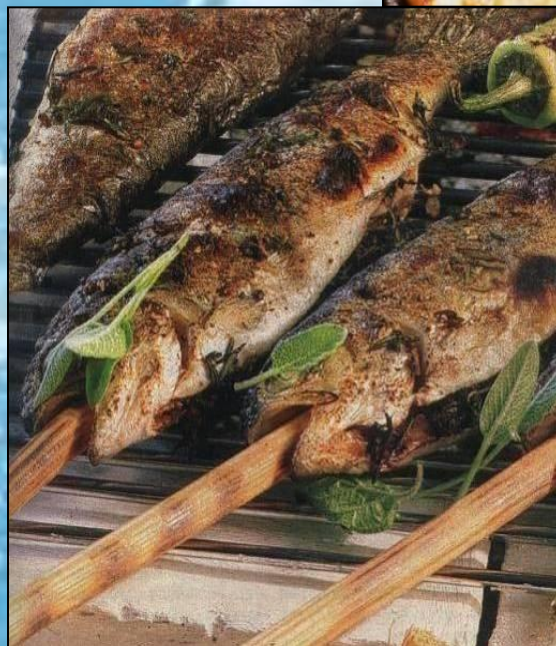
### 3. Рыба жареная на открытом огне



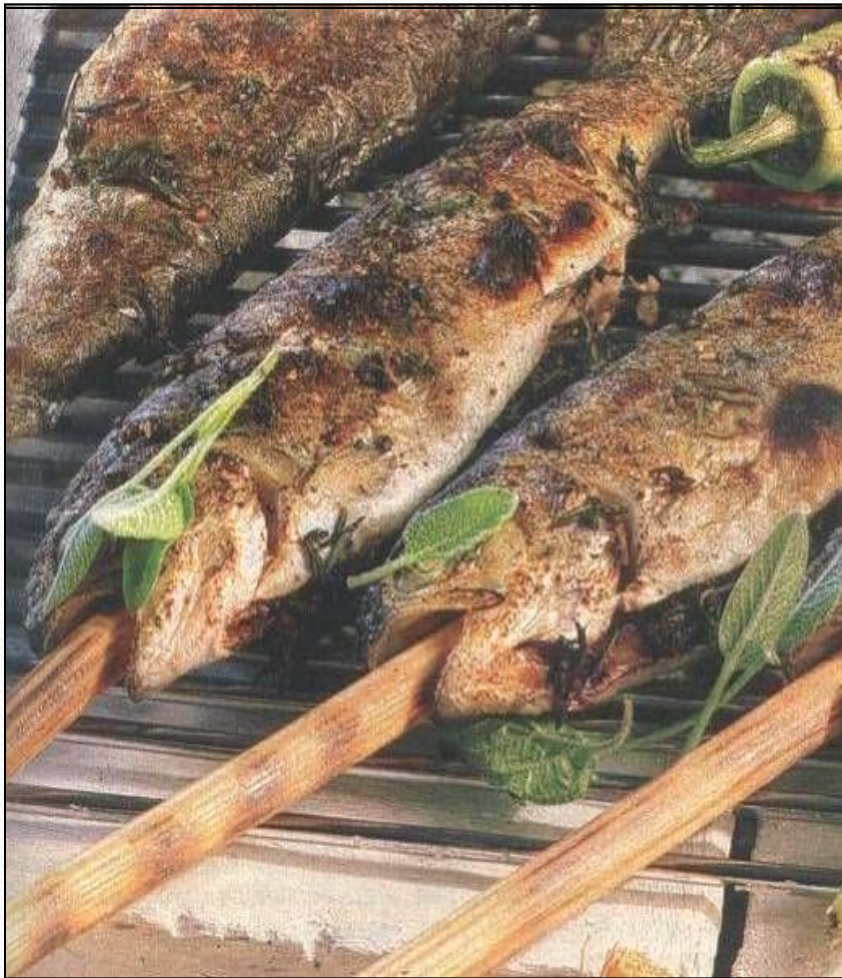
Шашлык из осетрины



Рыба на решётке



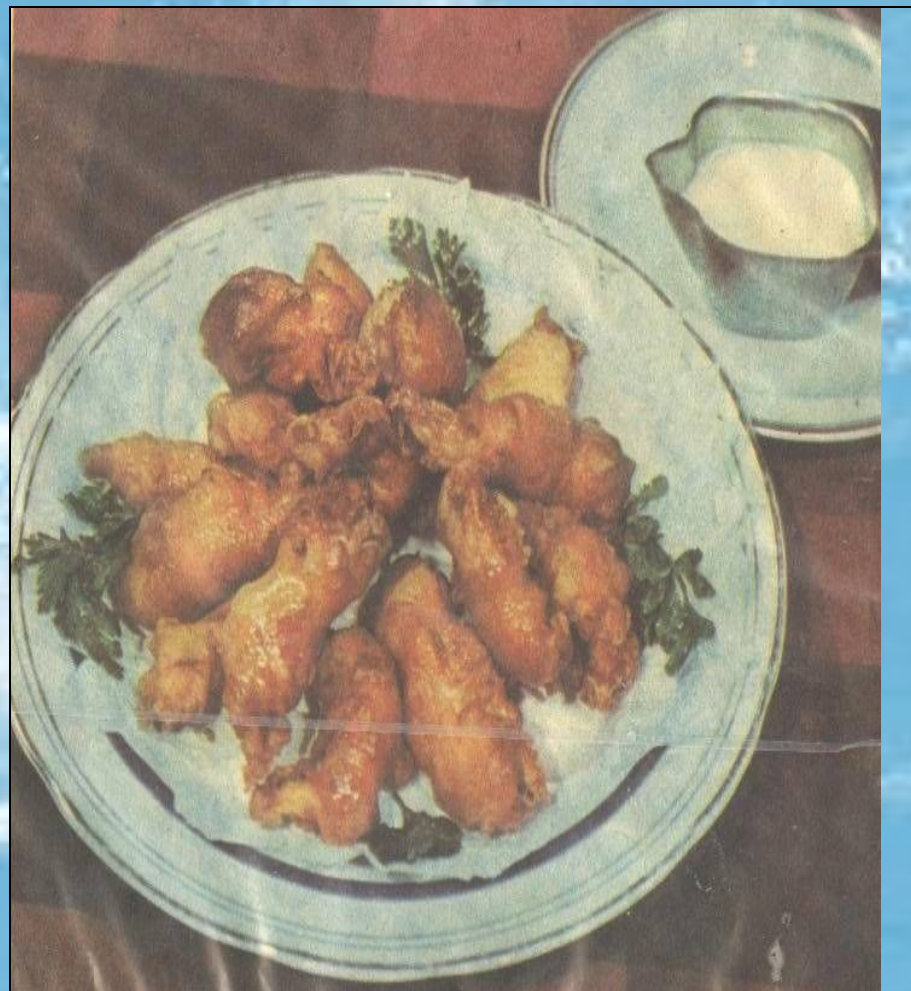
# Требования к качеству



1. **Рыба жаренная на открытом огне**
  - Порционные куски или целая рыба равномерно обжарены.
  - Гарнируются мелко нарезанным луком и зеленью укропа с долькой лимона
  - Не допускается вкус и запах пережаренного фритюра.

## 2. Рыба жареная в тесте

Рыба хорошо прожарена, сочная. Тесто пористое, пышное. Цвет светло-золотистый. Недопустимые дефекты: темная окраска обжаренной рыбы, вкус и запах пережаренного фритюра.



- 4. Рыба жареная с зеленым маслом
- Порционный кусок рыбы в форме восьмерки, сверху уложен кружочек зеленого масла, оформлен зеленью «фри» и долькой лимона. Поверхность имеет поджаристую корочку светло-коричневого цвета. Консистенция мягкая, сочная. Вкус и запах специфический, без постороннего привкуса.



## 5. Рыба жареная с луком по-ленинградски

Рыба должна быть равномерно обжарена со всех сторон, лук не горелый, без запаха и вкуса пережаренного фритюра. Золотистый картофель нарезанный кружочками.



## Общие положения темы:

1. Для жарки основным способом рыбу нарезают: с костью под углом  $90^\circ$ , без кости  $30 - 45^\circ$ , солят, перчат и панируют в муке.
2. Для жарки во фритюре рыбу всегда разделявают на чистое филе, нарезают на ромбы, брусочки и полосы, солят, перчат и панируют в двойной панировке или тесте кляр.
3. Для жарки на открытом огне используют целую рыбу, порционными кусками и мелкими кусками. Не панируют.

# Контроль знаний:

1. Для жарки во фритюре жира берут в 2 раза больше, чем продукта.
2. При жарке основным способом жира должно быть 10-15%.
3. Перед обработкой овощи нужно мыть.
4. При очистке овощей нужно соблюдать процент отходов.
5. Потрошеную рыбу оттаивают в воде.
6. Льезон-это смесь жидкости, яиц, муки и соли.
7. Мука-льезон-сухари – это двойная панировка.
8. Чистое филе – это мякоть без костей и кожи.
9. Рыбу для жарки во фритюре разделявают на филе с кожей и костями
10. Чтобы рыба при жарке не деформировалась на её поверхности делают надрезы кожи.
11. Рыбу по-ленинградски подают на закусочной тарелке
12. Рыбу по-ленинградски гарнируют макаронами и зелёным горошком
13. Для блюда «Рыба в кляре» рыбу нужно панировать в двойной панировке
14. Для блюда «Рыба жареная с зелёным маслом» рыбу нарезают кубиками
15. Для блюда «Рыба жареная с зелёным маслом» рыбу панируют в тесте кляр
16. Зелёное масло – это смесь укропа и сливочного масла
17. Соус тар-тар – это кетчуп «Татарский»
18. Рыбу после жарки обязательно доводят до готовности в жарочном шкафу
19. Готовность рыбы определяют по наличию пузырьков на её поверхности
20. Картофель «пай» - это картофель, запеченный с майонезом

**Проверка  
результатов  
контроля знаний:**

1. Нет.
2. Да
3. Да
4. Да
5. Нет
6. Нет
7. Да
8. Да
9. Нет
10. Да
11. Нет
12. Нет
13. Нет
14. Да
15. Нет
16. Да
17. Нет
18. Да
19. Да
20. Нет





$$K_y = \frac{a}{20}$$

$K_y = 1,0$                       19 - 20 баллов                      - оценка «5»

$K_y = 0,9 - 0,75$                       15 –18 баллов                      - оценка «4»

$K_y = 0,7$                       14 - баллов                      - оценка «3»

$K_y = \text{меньше}$                       13 баллов                      - оценка «2»

$$K_y = \frac{a}{15}$$

# СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!

## ● Домашнее задание:

Карта – задание:

1. Правила тушения рыбы
2. Какие п\ф из рыбы используют для тушения
3. Почему для тушения рекомендуют сухую соленую рыбу?
4. Какую посуду используют для тушения рыбы?
5. Технология приготовления блюда «Рыба тушеная в томате с овощами»
6. Технология приготовления блюда «Рыба тушеная в сметане»
7. Технология приготовления блюда «Рыба тушеная в молочном соусе»