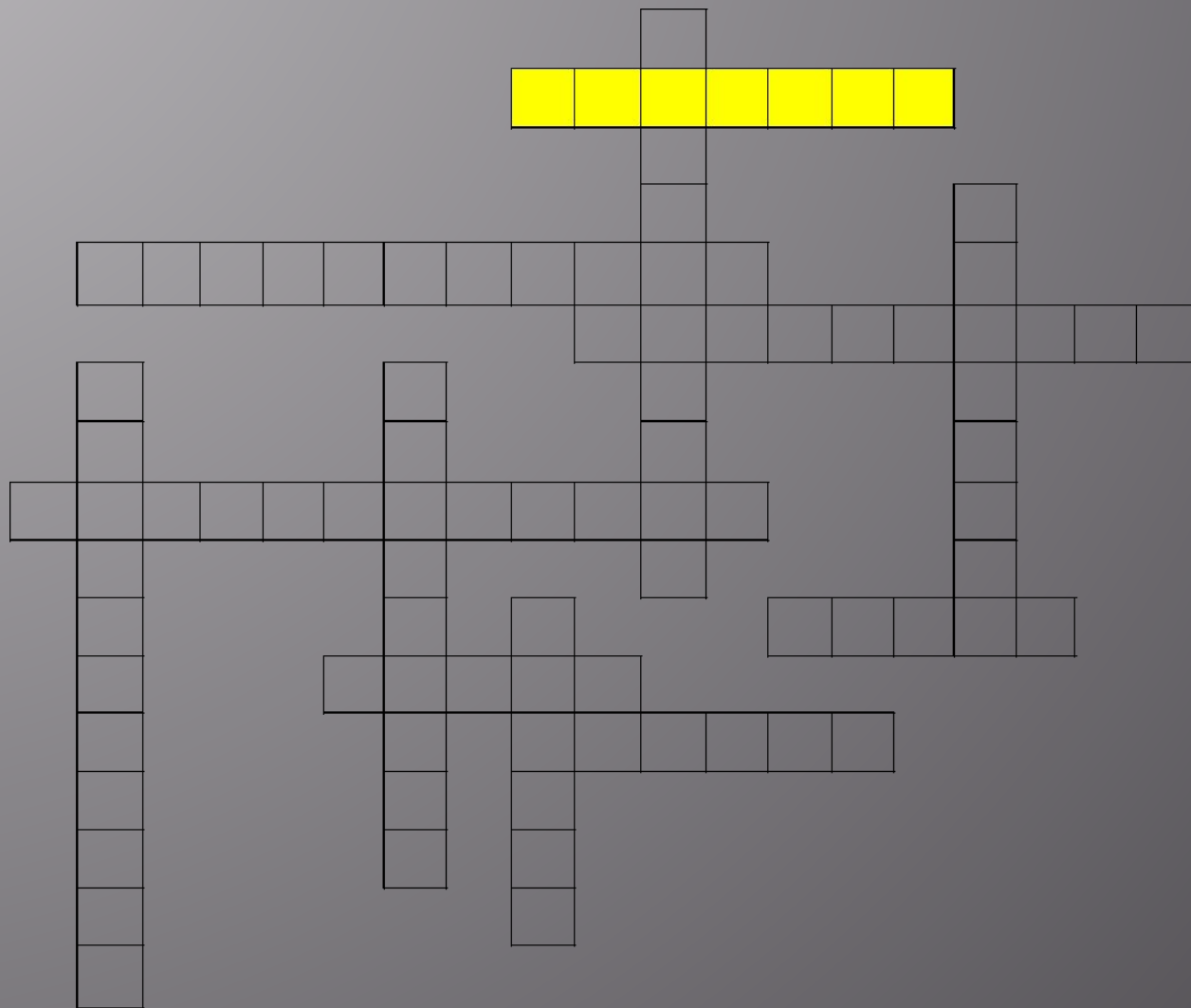


Виды тепловой обработки. Блюда из рыб. 6 класс

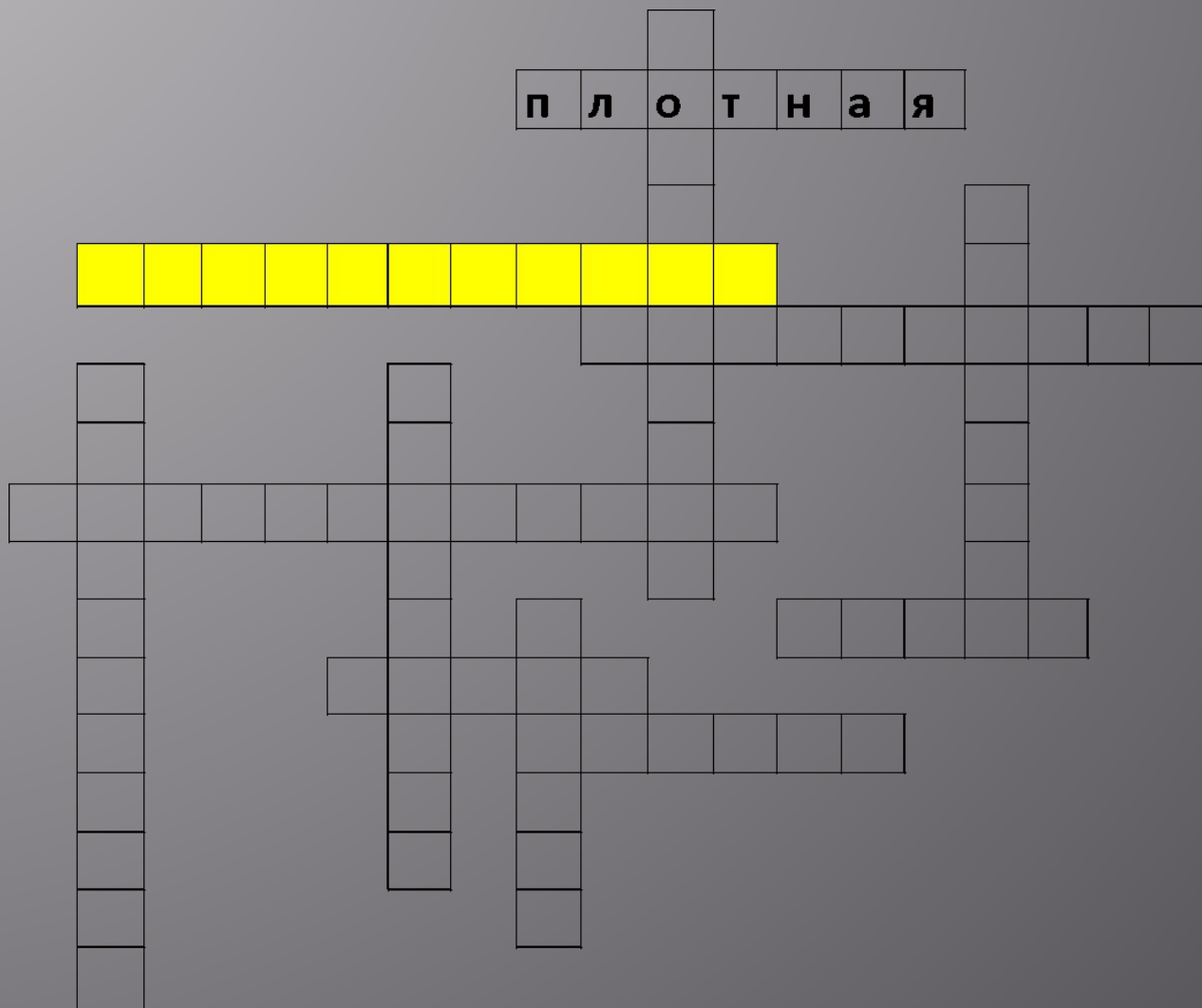


- ▣ Автор: учитель технологии Смирнова Н. А.

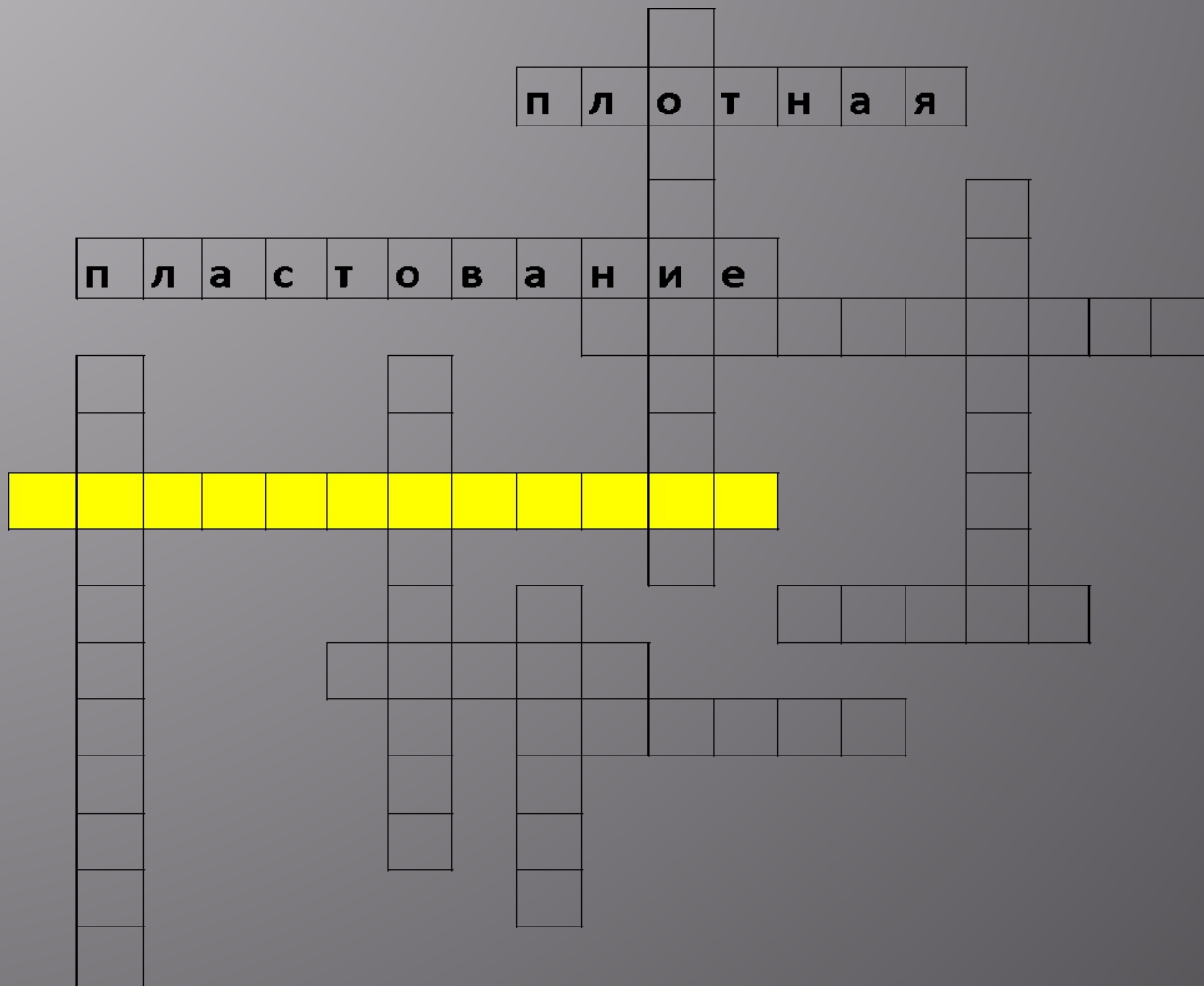
Консистенция мяса доброкачественной рыбы



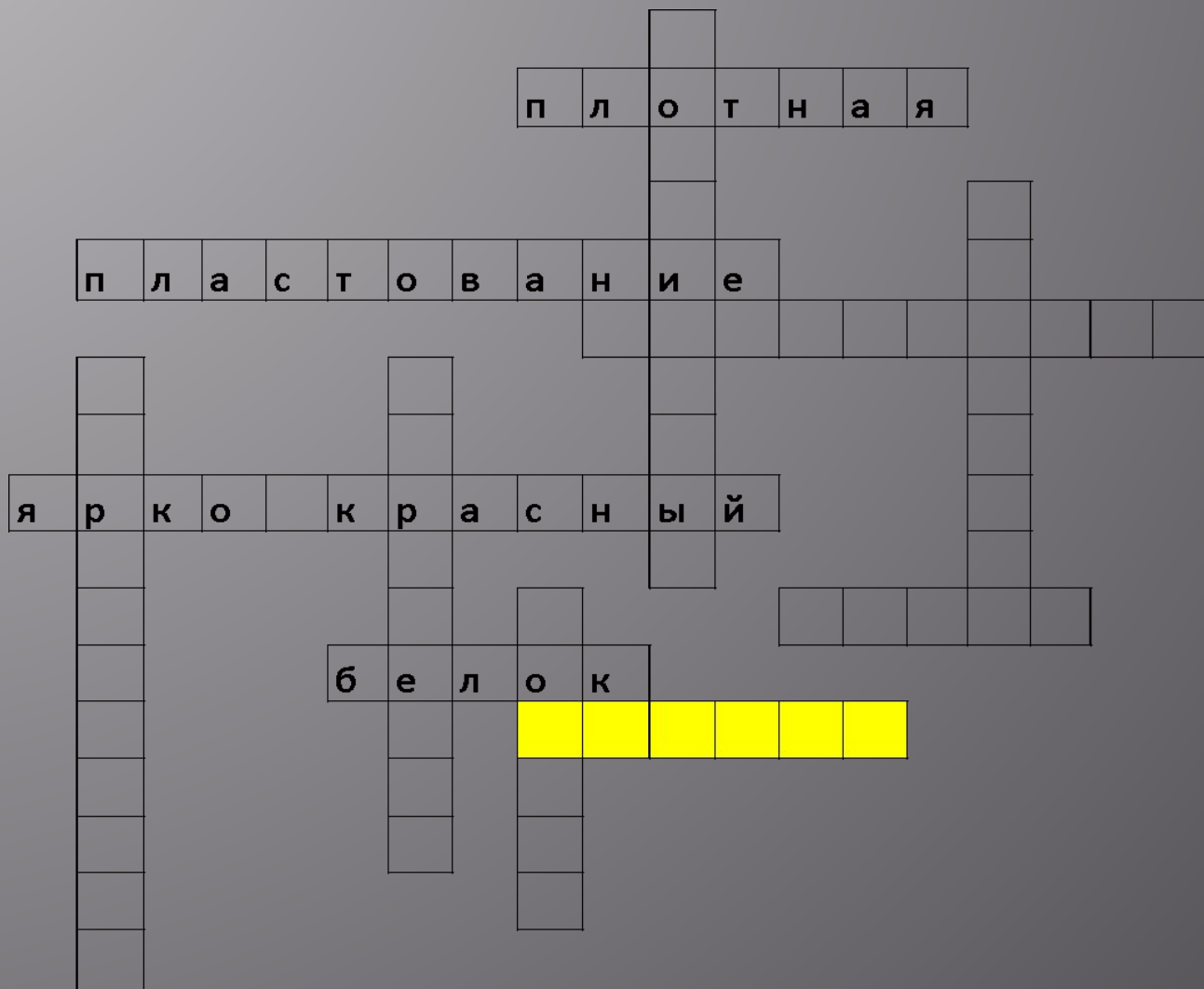
Этап первичной обработки рыбы



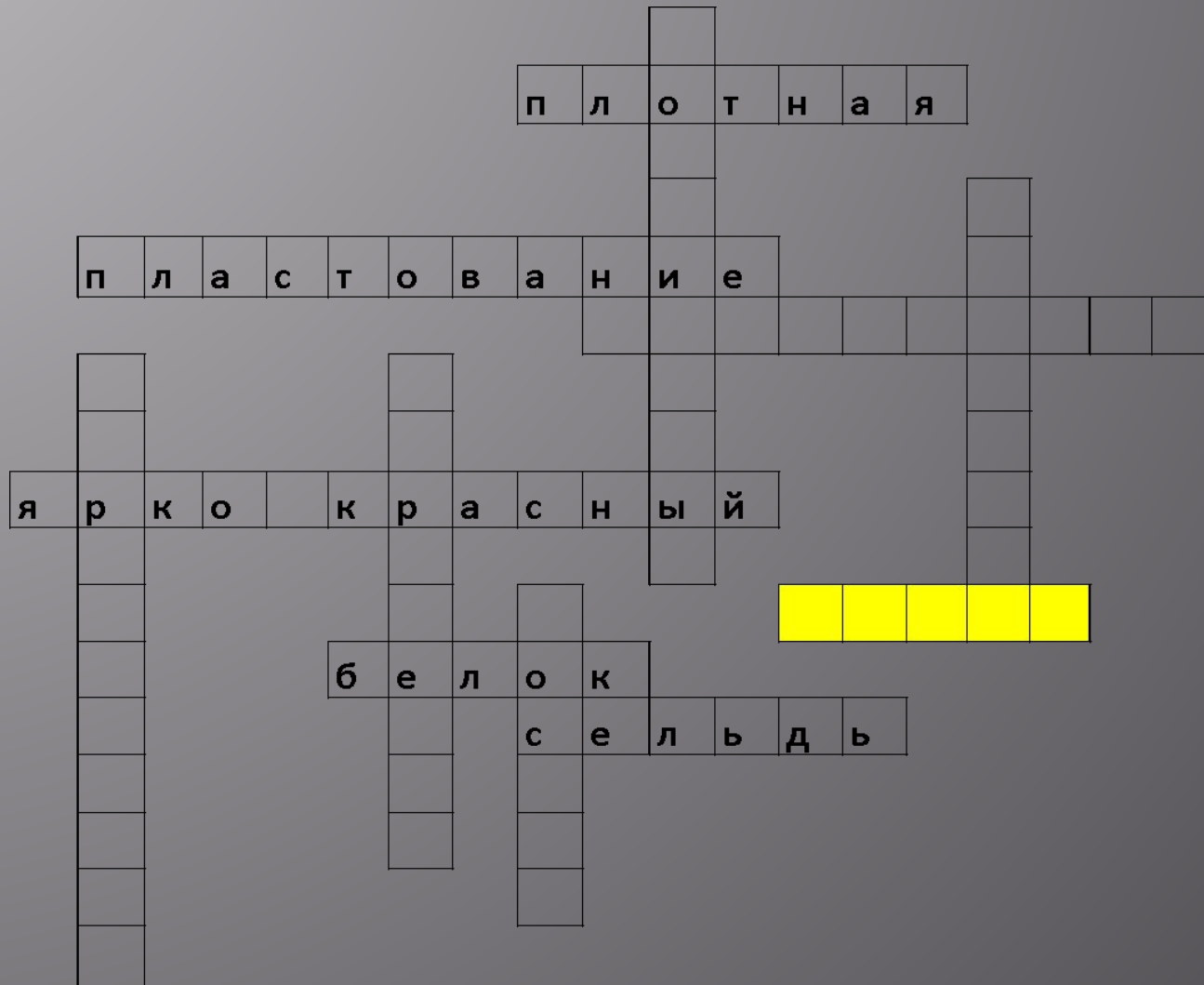
Цвет жабер у доброкачественной охлажденной рыбы



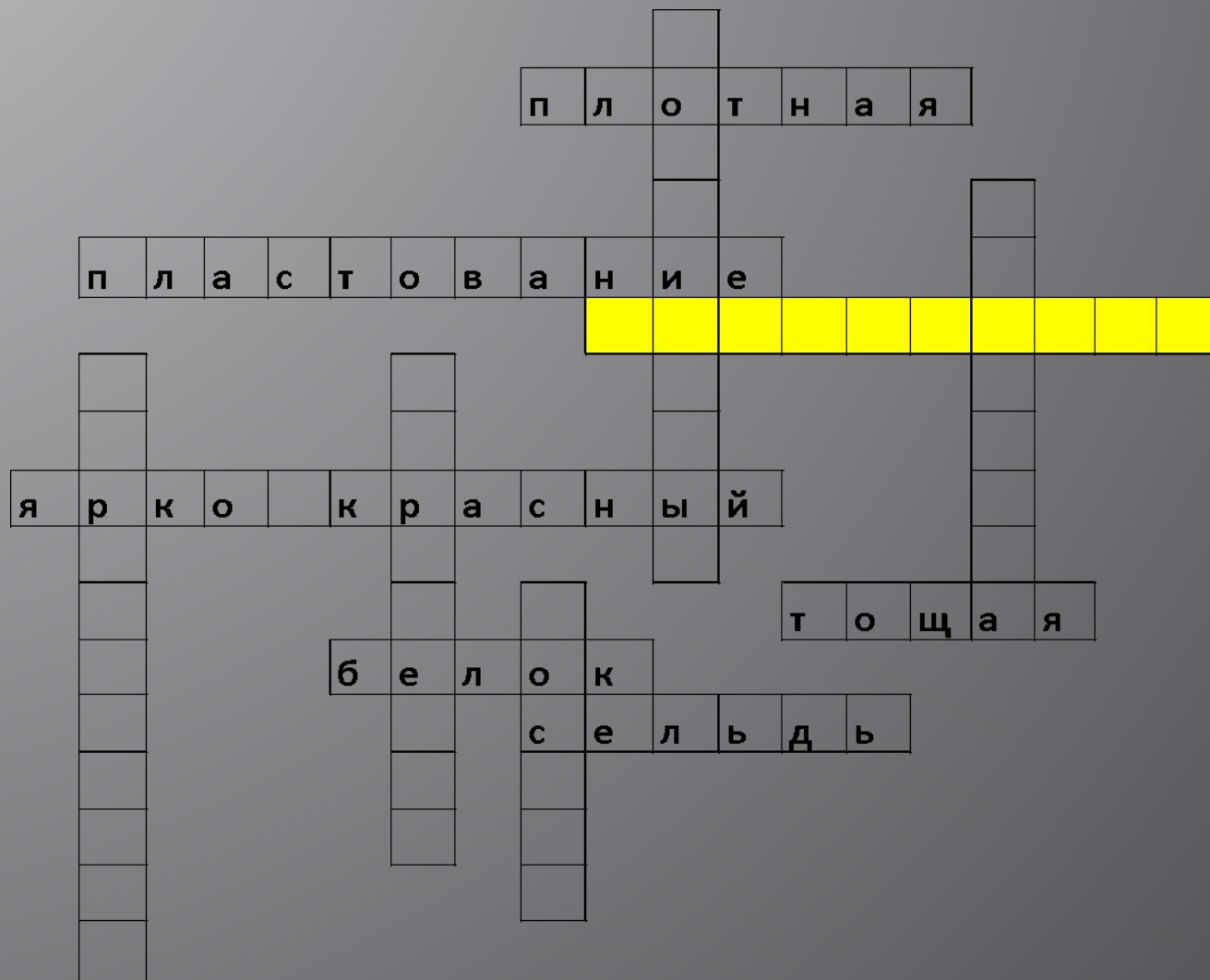
Сорт жирной рыбы



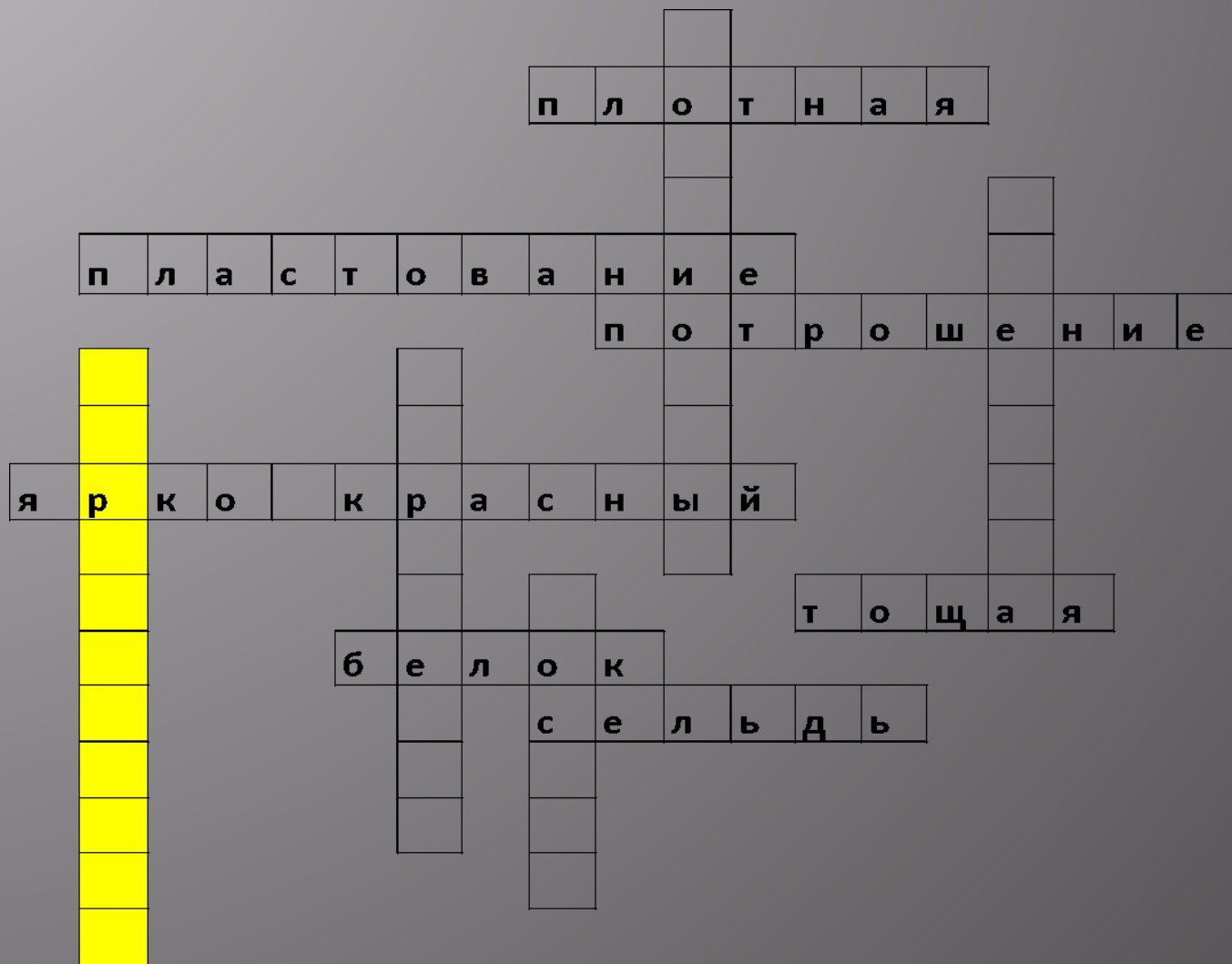
Категория рыбы с наименьшим содержанием жира



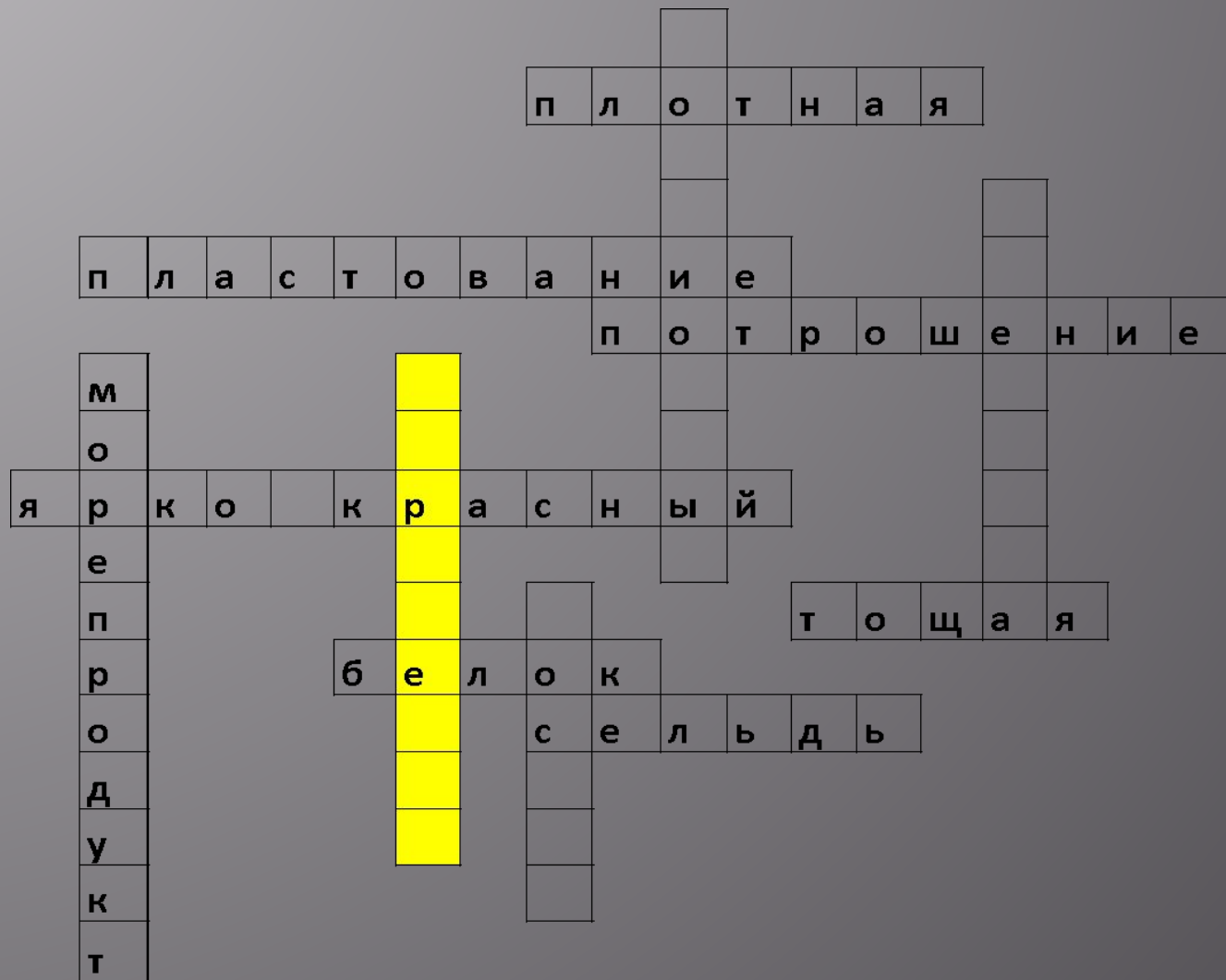
Этап первичной обработки рыбы



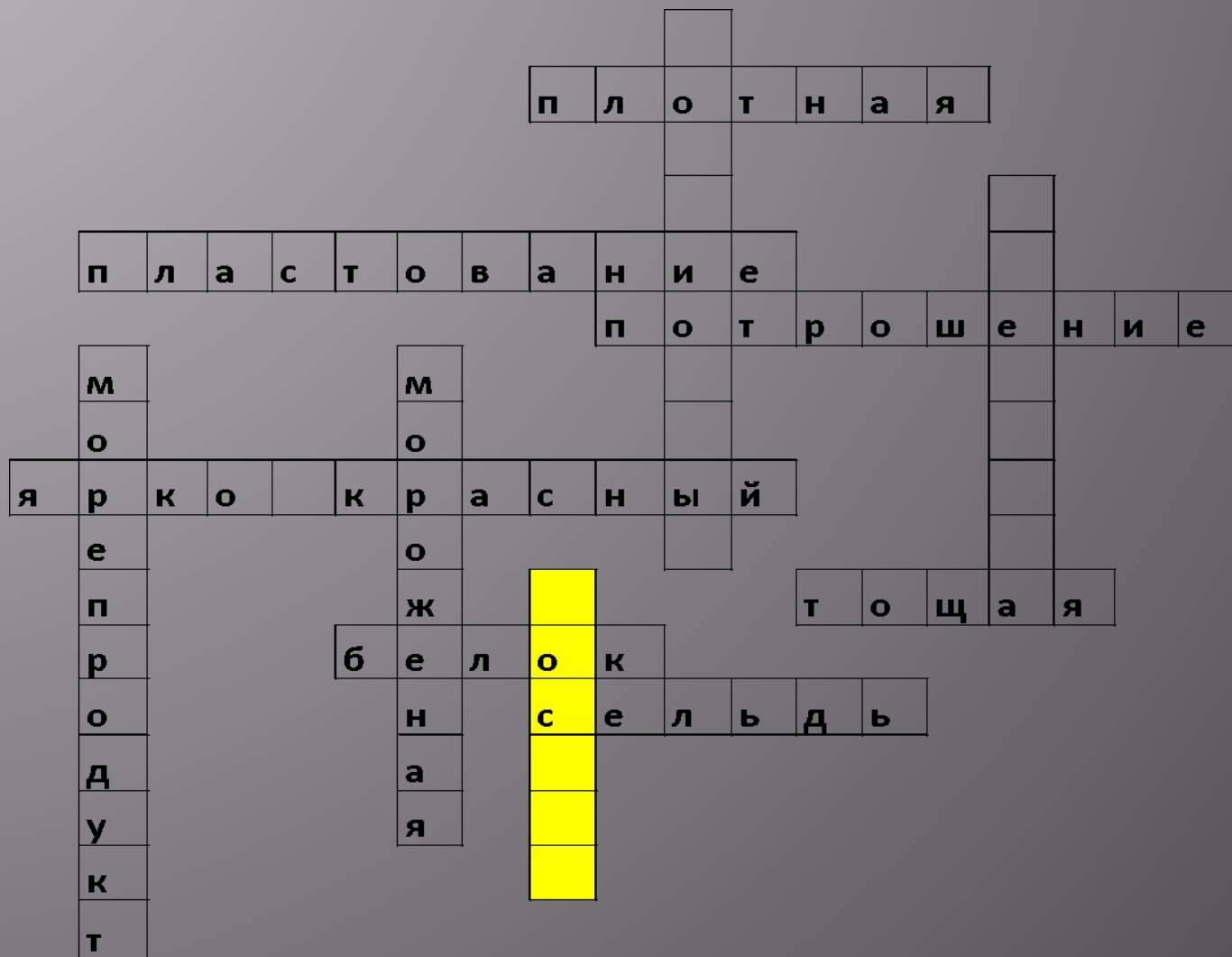
Животная морская продукция



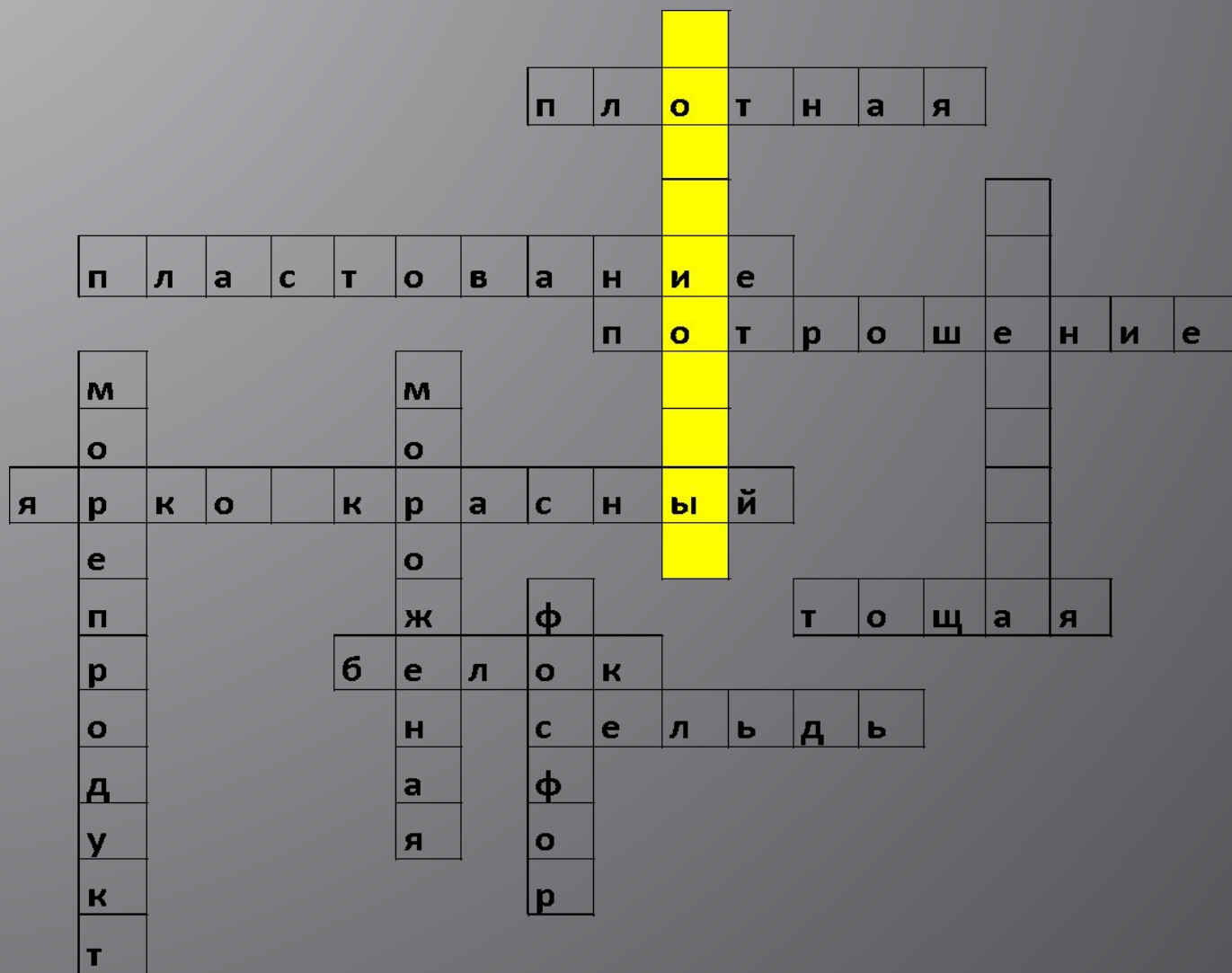
Термическое состояние рыбы поступающей в продажу

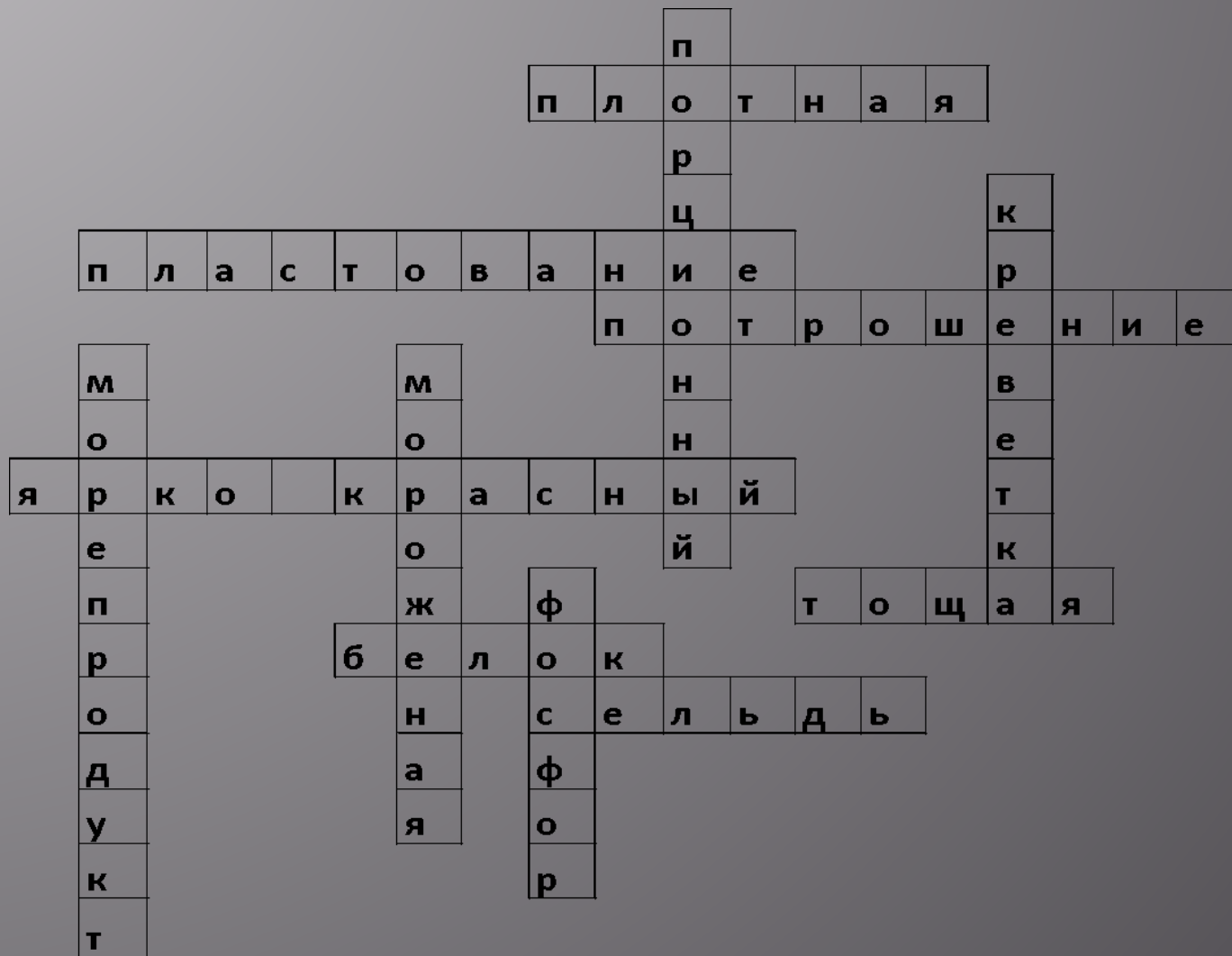


Минеральное вещество, которое содержится в рыбе



Кусок разрезанной рыбы





Способы тепловой обработки рыбы



Рыба отварная

- ▣ Рыбу в целом виде, или нарезанную на порционные куски кладут в посуду с кипящей водой: на 1 кг. рыбы 2 л. воды. В воду добавляют соль, перец горошком, лавровый лист, репчатый лук, морковь, петрушку и быстро доводят до кипения. Затем уменьшают нагрев, не допуская, чтобы жидкость кипела. Мелкую рыбу варят 10-15 минут, рыбу средних размеров и порционные куски 15-20 минут.
- ▣ Вареную рыбу до подачи на стол держат в бульоне, чтобы она не подсохла.



Рыба припущенная

- Для припускания рыбу заливают водой лишь на 1/3 её высоты в посуде и нагревают при закрытой крышке. Таким образом, нижняя часть рыбы варится в воде, а верхняя обрабатывается паром (15-20 мин).
- Рыбу, нарезанную без кожи и костей, укладывают в посуду в один ряд и заливают водой (1,5 стакана на 1 кг. рыбы) В посуду с рыбой кладут соль, специи и т.п. Время приготовления 15 – 20 минут



Рыба жареная

Жарят рыбу как целиком, так и нарезанную на порционные куски. Рыбу посыпают солью, перцем и панируют в муке, сухарях или кляре (жидкое тесто). Панирование предохраняет рыбу от излишней потери влаги и питательных, вкусовых веществ.

На сковороде нагревают жир (растительное масло, сало, топленое масло), кладут панированные куски рыбы и обжаривают с обеих сторон до образования корочки. Уменьшают нагрев и доводят рыбу до готовности на плите или в духовом шкафу 5-7 минут.



- Для тушения рыбу сначала обжаривают, затем заливают водой на 1/3 её высоты в посуде и нагревают при закрытой крышке. Обжаренную рыбу, укладывают в посуду и заливают водой (1,5 стакана на 1 кг. рыбы) В посуду с рыбой кладут соль, лук, морковь, специи и т.п.

Рыба тушеная



Рыба запеченая

□ Запекают рыбу целиком или кусочками. Рыба может быть сырой или предварительно припущенной, или обжаренной. Её запекают с различными гарнирами и соусами на сковороде или на противне в духовом шкафу. Запекают до образования румяной корочки.



ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА

РЫБА В СУХАРЯХ

норма продуктов:

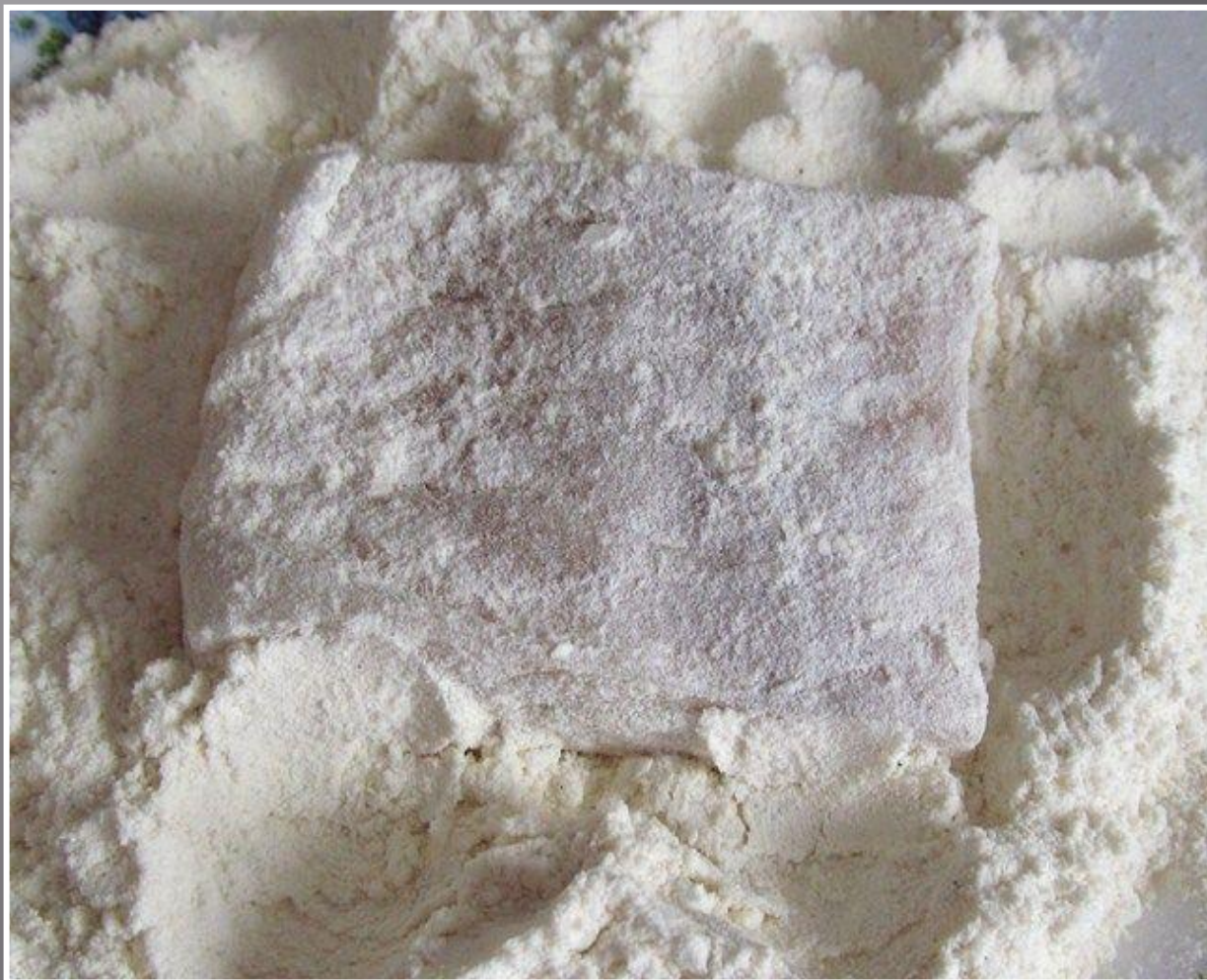
1. Рыба (лучше красная) - 800 гр
2. Мука - 4 ст. ложки
3. Яйцо - 2 шт.
4. Молотые сухари - 0,5 стакана
5. Растительное масло - 0,5 литра
6. Лимон $\frac{1}{2}$ шт.



Подготовленное филе
разрезать на брусочки.
Посолить.



Подготовленные брусочки обваливать в муке



Смочить во взбитом яйце



Обвалить в сухарях





**Подготовленные брусочки
выложить на сковороду в
разогретое масло**



**Жарить с двух сторон до
золотистой корочки**



рефлексия

- ▣ я познакомился с ...
- ▣ у меня получилось ..
- ▣ хотелось бы ...
- ▣ мне запомнилось ...
- ▣ я попробую ...

• Спасибо за урок