




**УЧЕБНАЯ ПРЕЗЕНТАЦИЯ.
«РЫБА И МОРЕПРОДУКТЫ».
6 КЛАСС.**

**ГБОУ СОШ № 657 ЮАО
Г. МОСКВА
УЧИТЕЛЬ ТЕХНОЛОГИИ:
ЛИХОНИНА О.П.**

Цели и задачи предстоящей работы:

- Знакомство учащихся с рыбой и морепродуктами,**
 - Формирование знаний учащихся по данной теме,**
 - Углубление знаний, умений учащихся с целью формирования навыков в самостоятельной практической деятельности.**
- 

Рыба и морепродукты важнейший источник питательных веществ высокой биологической ценности. Мясо рыбы состоит из белковых и минеральных веществ, жиров и витаминов.

- 1.Белок 20-26 %
- 2.Жиры 0,1-30 %
- 3.Витамины:А И D,гр. В,Е,С,РР.
- 4.Минеральные вещества: йод, фосфор, кальций, калий, магний, натрий .
- 5. 20 аминокислот.

В продажу поступают следующие виды рыбных продуктов: живая , охлажденная , мороженая ,соленая, вяленая, копченая и консервированная рыба.

ОПРЕДЕЛЕНИЕ ДОБРОКАЧЕСТВЕННОСТИ РЫБЫ

1. Чешуя гладкая, чистая.
2. Глаза выпуклые прозрачные.
3. Жабры ярко красные.
4. Свежий, характерный рыбный запах.

Способы приготовления рыбы

1. Варка
2. Жарка
3. Тушение
4. Запекание

ПЕРВИЧНАЯ ОБРАБОТКА РЫБЫ

1. Размораживание
2. Удаление плавников
3. Очистка от чешуи
4. Вырезание жабр
5. Удаление внутренностей, головы
6. Промывание
7. Удаление кожи для получения чистого филе
8. Нарезка на порционные куски



Санитарные требования

Разделять рыбу на специальной доске и желательно на отдельном столе.

До и после разделки промыть рыбу холодной проточной водой

Удалить полученные рыбные отходы сразу после разделки

По окончании работы вымыть кухонный инвентарь моющим средством и убрать рабочее место.

БЛЮДА ИЗ РЫБЫ.

Суп «Уха»

Ингредиенты:

1. рыба мелкая речная (ерши, пескари, окуни) - 800 г
2. судак или налим - 250 г
3. лук репчатый - 2 головки
4. петрушка - 0.5 корня
5. соль
6. лавровый лист
7. перец горошком
8. зелень петрушки
9. укроп- по вкусу



Тушеная рыба в овощной заливке

Ингредиенты:

1. Филе рыбы — 700 гр
2. Лук — 1 Штука
3. Морковь — 1 Штука
4. Приправы, соль — По вкусу
5. Томатная паста — 30 Грамм
6. Растительное масло — 30 Грамм




Ингредиенты:

1. Семга (или форель, малосольная) — 100 г
2. Кальмар (отварной) — 350 г
3. Капуста белокочанная — 200 г
4. Лук репчатый — 1 шт
5. Соль (по вкусу)
6. Майонез (по вкусу)

Салат из кальмаров



ЗАКРЕПЛЕНИЕ МАТЕРИАЛА. ИТОГОВЫЕ ВОПРОСЫ.

- 1 Назовите признаки доброкачественности рыбы.**
 - 2 Какие существуют правила первичной обработки рыбы и санитарные требования?**
 - 3 Какие способы приготовления рыбы вы знаете?**
 - 4 Перечислите питательные вещества, которые находятся в рыбе и морепродуктах.**
- 

ИСТОЧНИКИ ИНФОРМАЦИИ.

- 1. Учебник для учащихся 6 класса общеобразовательных учреждений (вариант для девочек). Под редакцией И.А. Сасовой. Изд. третье, с уточнениями .Москва. Изд. центр «Вентана –Граф» 2008г.**
- 2 Учебник для учащихся 6 класса общеобразовательных учреждений (вариант для девочек). Под редакцией В.Д.Симоненко, издание второе, переработанное .Москва. Изд. центр «Вентана –Граф» 2007 г.**
- 3 Книга «Кулинария готовят дети». Москва « Дом РДФ»,
Объединенная редакция МВД России.**
- 4 Книга «Девочки, книга для вас». Софья Могилевская. Минск «Харвест»**