

# Рыба и морепродукты



# Повторение:

- Для чего необходимы минеральные вещества?
- Для чего необходимо сбалансированное питание?
- Что представляет собой пастеризованное молоко?
- Что представляет собой стерилизованное молоко?
- Перечислить требования к качеству готовых блюд.

# Вопросы

Почему человеку нужно употреблять в пищу рыбу и морепродукты?

Какие виды рыб вы знаете?

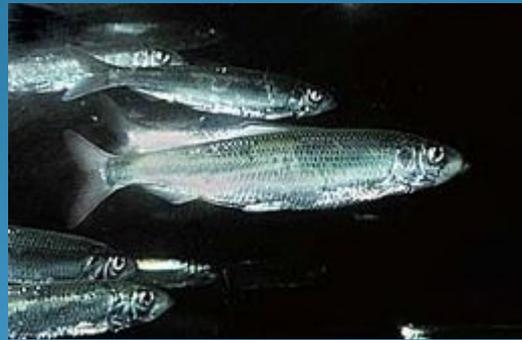
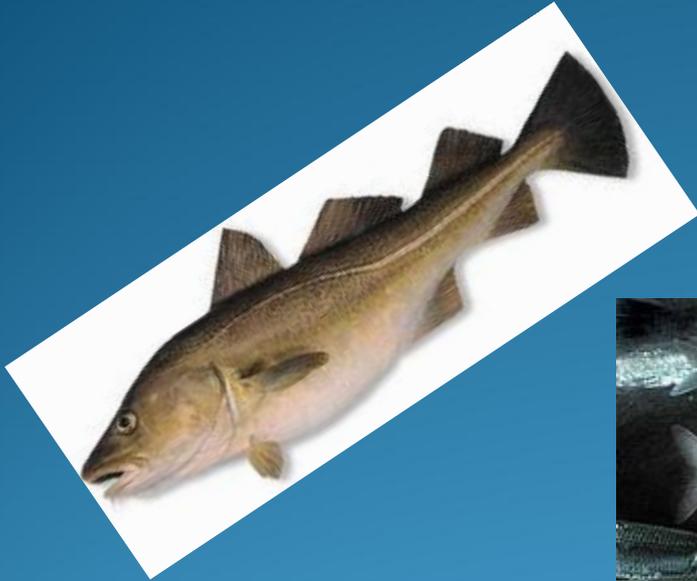
В каком виде продаются рыбные продукты в магазине?

Как правильно нужно оттаивать замороженную рыбу?

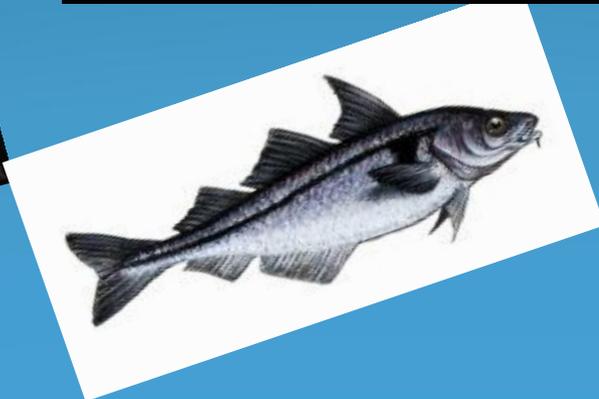
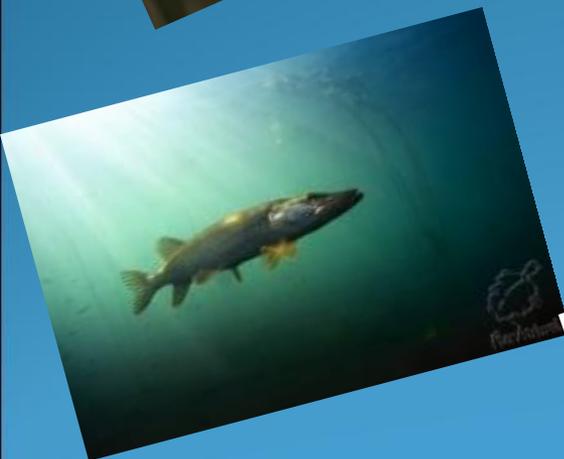
Как получить из тушки рыбы филе?

Какие вы знаете способы тепловой обработки продуктов ( вспомните из 5-го класса)?

# Морская рыба



# Пресноводная рыба



# Морепродукты



# Классификация промысловых рыб:

- Морская – 80 %,

Сельдь, сардины, килька, анчоус, кета, семга, горбуша, нерка, скумбрия, ставрида, сардинелла, тунец.

*Донные (донными называются рыбы, большая часть жизненного цикла которых проходит в непосредственной близости от дна или на дне):* треска, хек, путасу, навага, налим, минтай, камбала, палтус, терпуг.

- Пресноводная – 20 %

Карп, сазан, лещ, вобла, карась, толстолобик, окунь, судак, ерш, осетр, стерлядь, севрюга, щука, сом.

# Виды рыбных товаров

- живая,
- охлажденная,
- мороженая
- соленая
- вяленая
- горячего копчения
- холодного копчения
- икра
- рыбные консервы
- пресервы (*продукты животного или растительного происхождения, обработанные и герметично упакованные*)

# Нерыбные продукты моря



Ракообразные



Моллюски

Иглокожие



Морская капуста



# Нерыбные продукты моря



Крабы



Лангусты



Омары



Раки

# Нерыбные продукты моря



Криль



Устрицы

Мидии



# Нерыбные продукты моря



Гребешки

Кальмары

Трепанги



# Пищевая ценность рыбы



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

# Определение доброкачественности рыбы

- Сохранена цельность рыбы
- Чешуя гладкая, чистая
- Глаза выпуклые, прозрачные
- Жабры ярко-красные
- Мякоть с трудом отделяется от костей
- Свежий, характерный рыбный запах.

# Первичная обработка рыбы

Оттаивание (для мороженой рыбы)

Удаление плавников

Очистка от чешуи

Вырезание жабр

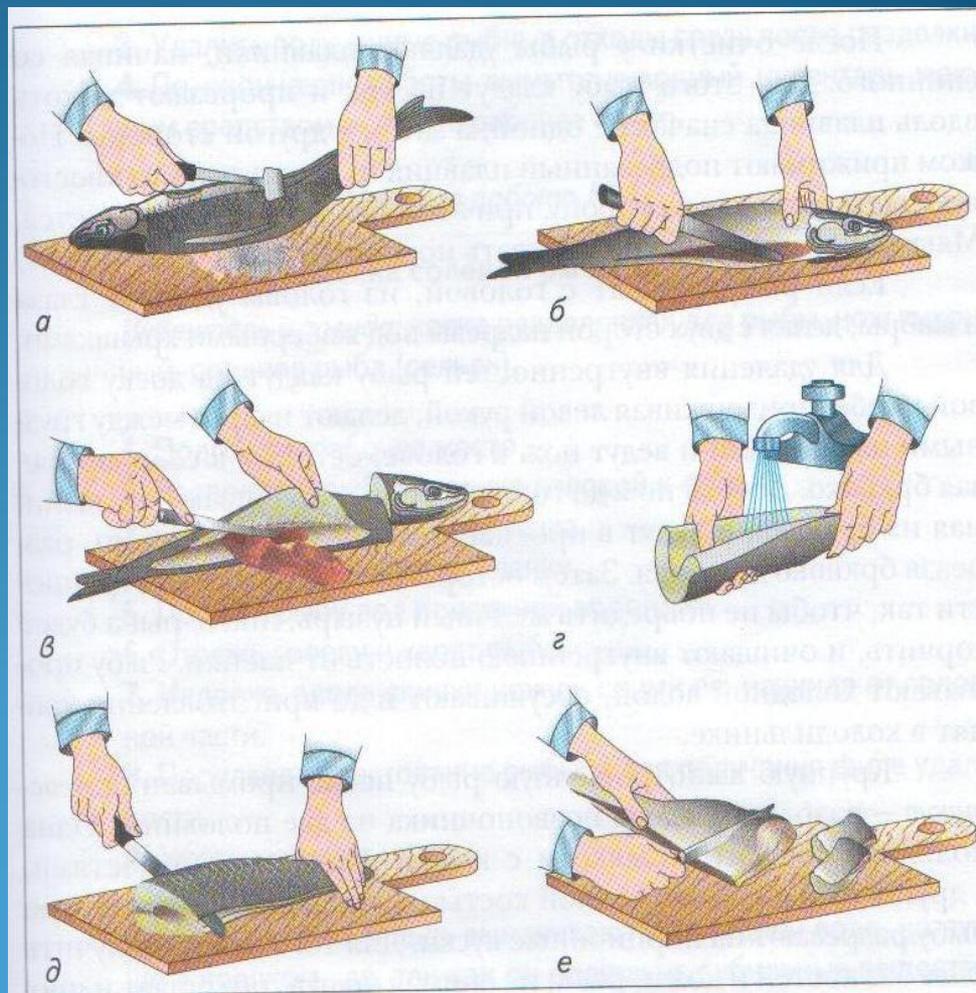
Разрезание брюшка

Удаление внутренностей, головы

Промывание и пластование

Удаление кожи для получения  
чистого филе

Нарезание порционными кусками



# Кухонный инвентарь

Нож кухонный

Рыбчистка

Разделочная  
доска



# Санитарные требования

- Разделывать 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.

# Способы тепловой обработки рыбы

Отваривание

Припускание

Припускание

Жарение

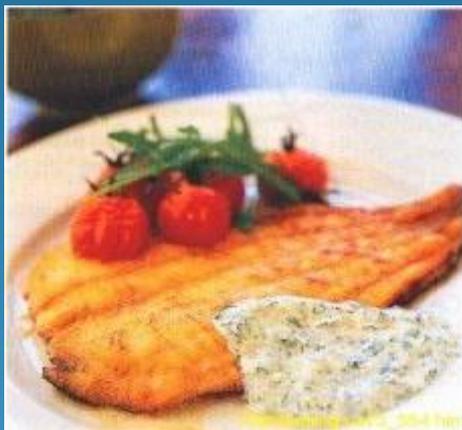
Запекание

Тушение

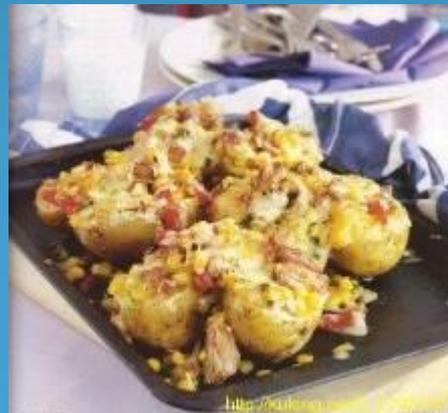
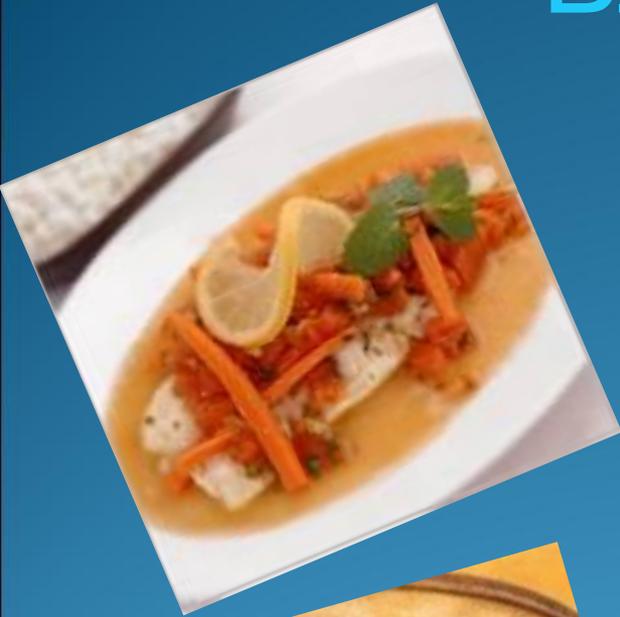
# Требования, предъявляемые к готовым блюдам.

- Мякоть мягкая, отстает от костей.
- Нет запаха сырости.
- При проколе спинки рыбы вилкой она свободно входит в мякоть, при этом выделяется прозрачный сок.

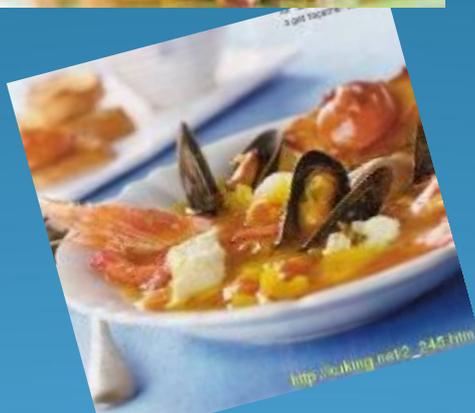
# Блюда из рыбы



# Блюда из рыбы



# Блюда из морепродуктов



# Закрепление:

Чем ценна рыба как продукт питания?

В каком виде рыба поступает в продажу?

Назови признаки доброкачественности рыбы?

Какие санитарные требования необходимо соблюдать при обработке рыбы?

Расскажи о последовательности разделки рыбы.

Какие способы тепловой обработки применяются при приготовлении рыбных блюд?

# Задание!

- Записать число 17.01.2022 тема « Рыба и морепродукты»
- Записать конспект