

Технология приготовления сложных запечённых блюд из рыбы

Подготовила Лахина Наталья
студентка группы ПКД-1Т
Руководитель Королёва Е.А.

- 1) Правила запекания рыбы.
- 2) Ассортимент блюд технология приготовления,
- 3) требования к качеству,
- 4) Отпуск и срок хранения.



Правила запекания Рыбы

- Рыбу запекают сырой, припущенной или жареной. Нарезают ее на порционные куски из филе без реберных костей (с кожей или без нее). Мелкую рыбу запекают целиком. Запекают рыбу вместе с гарнирами — жареным, сырым или отварным картофелем, гречневой кашей. Сковороды смазывают маслом, подливают соус, кладут подготовленные куски рыбы (филе без кожи и костей), укладывают гарнир, заливают соусом, посыпают тертым сыром, сбрызгивают маслом и запекают в жароч-ном шкафу при температуре 250—280°С до образования румяной корочки. Сырую рыбу запекают под белым соусом, отварную и припущенную — под паровым и молочным, жареную — под сметанным и томатным с луком и грибами. При отпуске блюдо поливают маслом и посыпают зеленью петрушки или укропа.

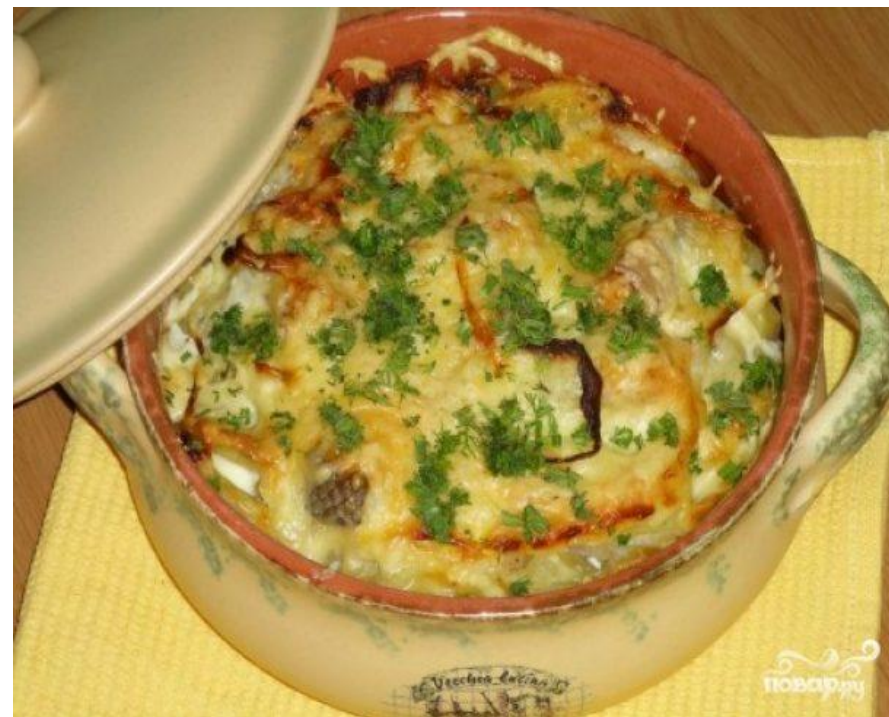
Ассортимент блюд технология приготовления

Рыба, запеченная по-русски, Рыба, запеченная под сметанным соусом, с грибами (по-московски), Рыба, запеченная под сметанным соусом, Рыба, за Солянка из рыбы на сковороде.печенная в томатном соусе с грибами (огратен), Рыба, запеченная с макаронами, Солянка из рыбы на сковороде.



Рыба, запеченная по-русски

Сырые куски филе судака, сома, щуки, сазана, леща, морского окуня, трески, осетрины, белуги кладут на смазанную жиром сковороду, посыпают солью, перцем, обкладывают ломтиками или кружочками вареного картофеля, полностью закрывая рыбу, заливают белым соусом, посыпают тертым сыром, сбрызгивают маслом и запекают при температуре 210—220°C 15—20 мин. После этого сковороду ставят на плиту и доводят соус до кипения, кипятят 3—5 мин, иначе рыба может оказаться сырой. Отпускают блюдо, посыпав зеленью петрушки или укропом.



Рыба, запеченная под сметанным соусом, с грибами (по-московски).

- Куски филе сома, судака, осетровых рыб посыпают перцем, солью, панируют и обжаривают. На сковороду наливают немного сметанного соуса, кладут куски жареной рыбы, а вокруг нее — ломтики жареного картофеля. На рыбу кладут ломтики отваренных белых грибов, поджаренный репчатый лук, ломтики вареного яйца, заливают сметанным соусом, посыпают тертым сыром, сбрызгивают маслом и запекают 10—15 мин при температуре 250—270°C. При отпуске посыпают зеленью.



Рыба, запеченная в томатном соусе с грибами (огратен)

- Под этим соусом запекают обычно судака, сома, щуку, морского окуня, треску, камбалу. На сковороду наливают немного томатного соуса, кладут куски рыбы, жаренной на растительном масле, вокруг укладывают ломтики отварного картофеля, поливают соусом томатным с грибами, посыпают тертым сыром, сбрызгивают маслом и запекают.



Рыба, запеченная с макаронами



На сковороду укладывают ровным слоем заправленные жиром отварные макароны, в середине делают углубление и в него кладут кусок припущенной рыбы, а на нее - ломтики отварных шампиньонов или белых грибов. Все. поливают паровым соусом, посыпают тертым сыром, сбрызгивают маслом и запекают. Так обычно запекают судака, щуку, треску.

Солянка из рыбы на сковороде

Филе рыбы нарезают на кусочки массой 25—30 г, кладут на смазанную жиром сковороду, добавляют нарезанные ломтиками соленые огурцы без кожи и семян, пассерованный лук, сливочное масло, наливают бульон и припускают до готовности. Затем добавляют каперсы, вареные рыбные хрящи, пассерованное томатное пюре или томатный соус и доводят до кипения. На смазанную жиром сковороду кладут слой тушеной капусты, на нее — подготовленную рыбу с огурцами и луком, сверху — второй слой тушеной капусты; поверхность выравнивают в виде невысокой горки, посыпают тертым сыром и запекают 15 мин при температуре 250—275°C. При отпуске солянку украшают сверху лимоном, маслинами, маринованными сливами, вишней, брусникой, зеленью, корнишонами.



Требования к качеству

Поверхность должна быть покрыта тонкой глянцевой румяной корочкой. Соус под корочкой не должен' быть высохшим. Не допускается наличие костей, кроме блюд| из мелкой рыбы, запеченной целиком. Куски рыбы не должны! пригорать и присыхать к сковороде.

Отпуск и срок хранения

- Отпускают запеченную рыбу в течение не более трех часов при температуре не ниже 650С; при температуре 4-80 допускается хранить рыбу в течение не более 72 часов



Спасибо за внимание