



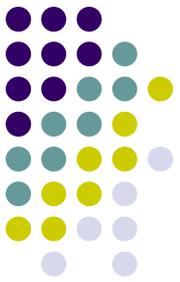
Тема

ТЕХНОЛОГИЯ

ПРИГОТОВЛЕНИЯ ВТОРЫХ

ГОРЯЧИХ БЛЮД ИЗ РЫБЫ И

НЕРЫБНЫХ ПРОДУКТОВ



План лекции :

- 1 Характеристика и первичная обработка сырья**
- 2 Блюда из рыбы и морепродуктов:**
 - a блюда из отварной и припущенной рыбы
 - b блюда из жареной рыбы
 - c блюда из тушеной рыбы
 - d блюда из запеченной рыбы
 - e блюда из морепродуктов
- 3 Требования к качеству блюд и сроки хранения**

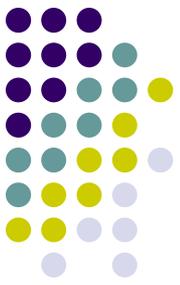


1 Характеристика и первичная обработка сырья

- Рыба содержит 40-65 % съедобного мяса, богатого белками. Около 90% белков являются полноценными. Мясо рыб отличается большим содержанием экстрактивных веществ.
- По содержанию жира рыбу делят на категории: тощая – до 2% жира, средней жирности – от 2 до 5%, жирная – от 5 до 15%.
- Рыба подвергается всем видам тепловой обработки.
- Выбор способа обработки определяется вкусовыми



Наиболее распространенные виды рыб



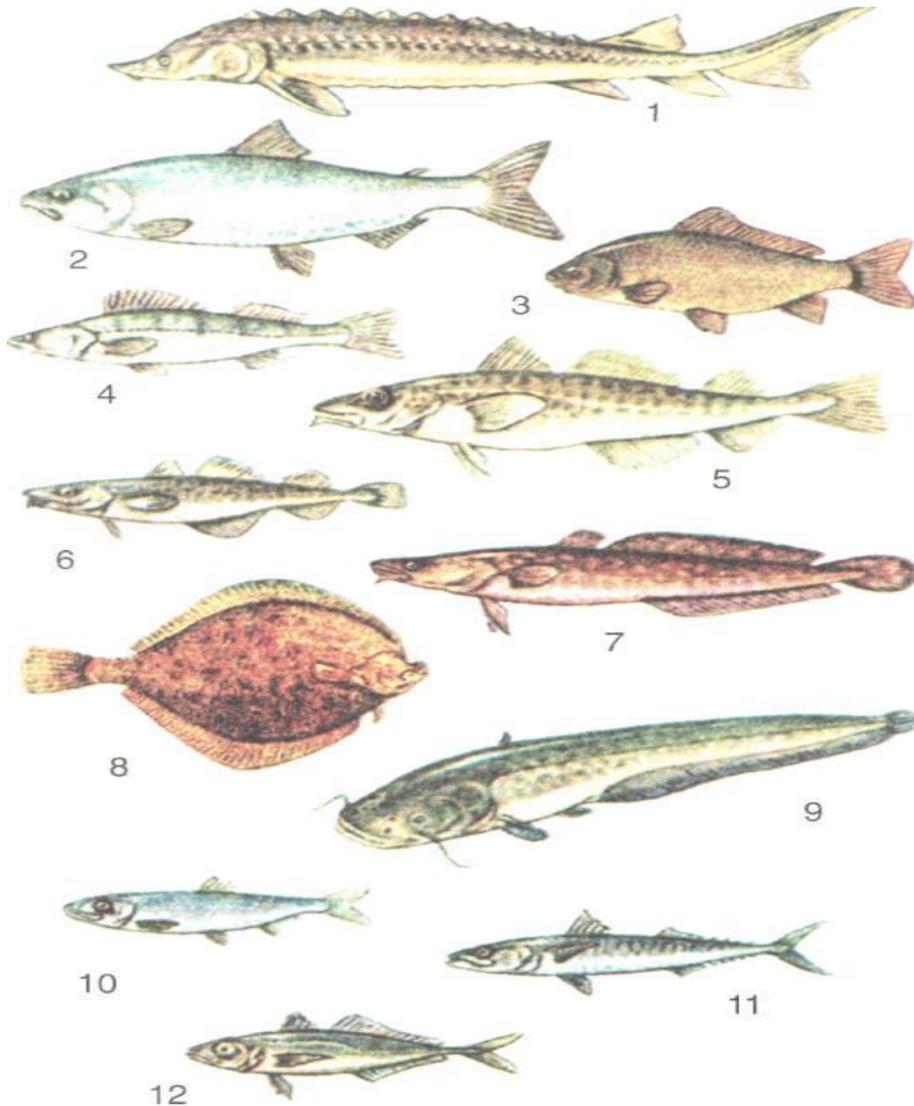
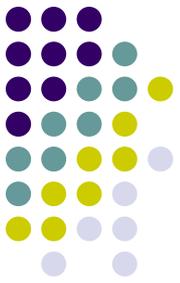
- *окуневые* — окунь, судак, морской окунь, ерш, имеющие очень вкусное нежирное мясо и дающие хорошие клейкие бульоны;
- *лососевые* — семга, кета, горбуша, лосось, нельма, сиг, белорыбица, форель, отличающиеся жирным нежным мясом;
- *осетровые рыбы* — осетр, севрюга, белуга, стерлядь — наиболее ценная рыба с нежным и очень вкусным мясом;
- *тресковые* — треска, налим, пикша, навага, серебрястый хек — морская рыба, получившая большое распространение. Мясо тощее, мелких костей очень мало. Рыба богата минеральными веществами, широко применяется в диетическом питании.

Наиболее распространенные виды рыб



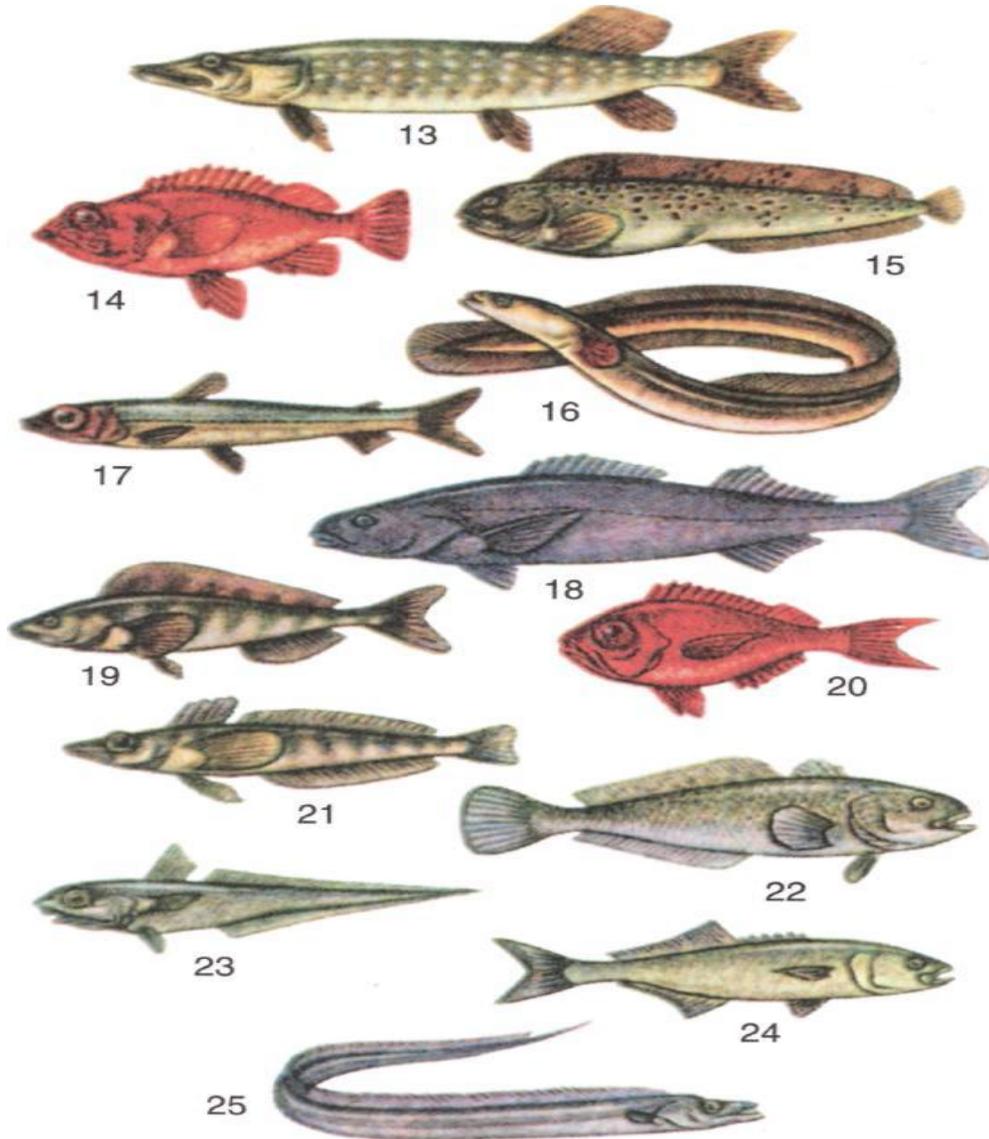
- *карповые* — лещ, карп, сазан, карась, линь, вобла, рыбец, тарань, толстолобик, амур — преимущественно пресноводные рыбы. Отличаются плотно прилегающей чешуей, наличием большого количества мелких костей, средним содержанием жира:
- *сельдевые* — сельди, салака, килька, сардины, тюлька, поступают в соленом, консервированном виде, реже в свежем. Свежую сельдь приготавливают в жареном виде;
- *камбаловые* — камбала, палтус — отличаются плоской формой тела.

Виды промысловых рыб



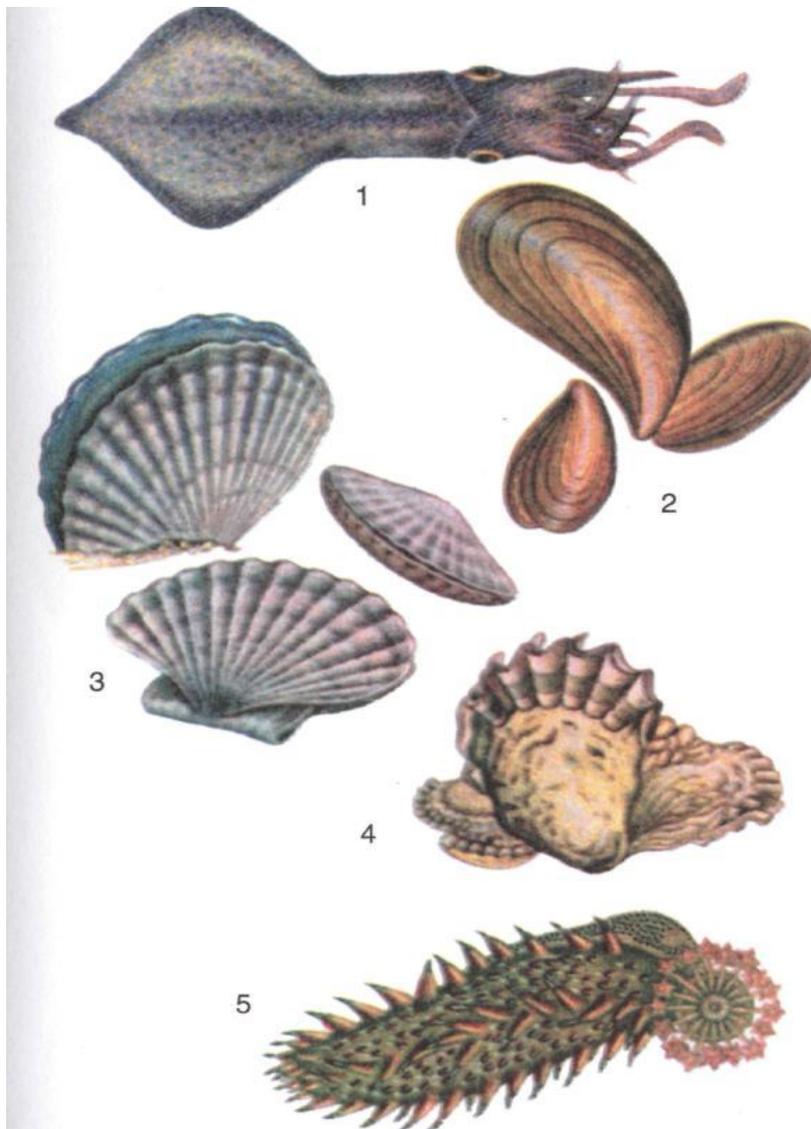
- 1 - осётр;
- 2 - кета;
- 3 - карп;
- 4 - судак;
- 5 - треска;
- 6 - навага;
- 7 - налим;
- 8 - желтобрюхая камбала;
- 9 - сом;
- 10 - салака;
- 11 - скумбрия;

Виды промысловых рыб



- 13 - щука;
- 14 - морской окунь;
- 15 - зубатка;
- 16 - угорь;
- 17 - аргентина;
- 18 - угольная рыба;
- 19 - терпуг;
- 20 - зубан;
- 21 - ледяная рыба;
- 22 - нототения;
- 23 - макрорус;

Нерыбные продукты моря

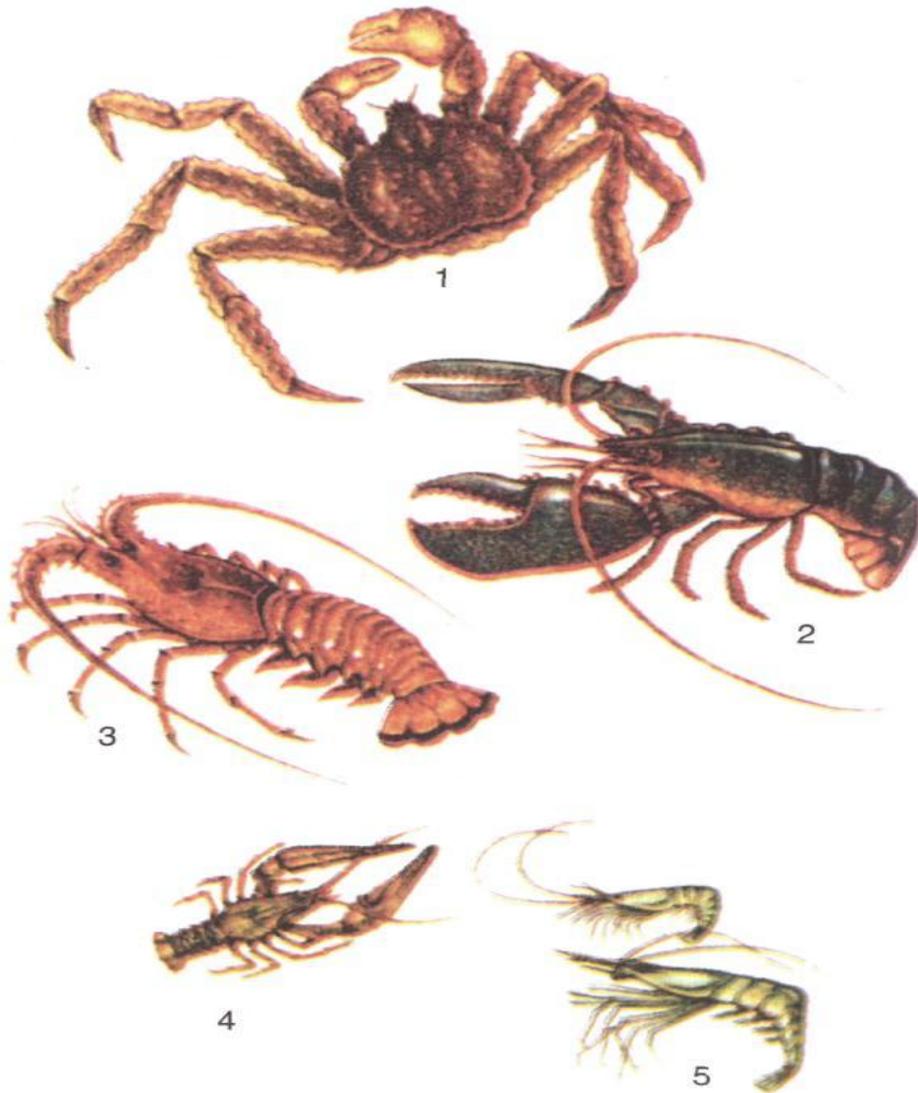


- 1 - кальмар;
- 2 - мидии;
- 3 - морской гребешок;
- 4 - устрицы;
- 5 - трепанг.

Ракообразные



- 1 - краб;
- 2 - омар;
- 3 - лангуст;
- 4 - речной рак;
- 5- креветки.





- Живая рыба – наиболее ценный продукт. Транспортируют в автоаквариумах, хранят 5 суток.
- В живом виде поступают – карп, щука, сом, карась, сазан.
- Охлажденную рыбу хранят 3 суток при t от 1 до 0°C .

Способы разделки рыбы



- С костным скелетом (чешуйчатые и бесчешуйчатые породы – сом, налим, угорь, миноги);
- С хрящевым скелетом – осетровые

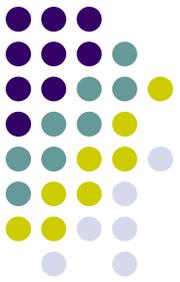


Первичная обработка рыбы



- Оттаивание мороженой рыбы (дефростация):
 - 📌 **при комнатной t** оттаивают осетровую рыбу, сомов, филе – укладывают в один ряд на стол или стеллаж и выдерживают 6-10 ч. Потери в массе – 2%.
 - 📌 **в воде** – чешуйчатую и бесчешуйчатую рыбу. На 1 кг рыбы 2 л. воды. Мелкую рыбу 2-2,5 ч, крупную 4-5 ч. Масса увеличивается на 5-10%, но уменьшается количество минеральных веществ – добавляют соль – около 10 г на 1 л воды.

Вымачивание



- Если рыба поступает соленая – треска, пикша, камбала, количество соли 6-20%.
- Рыбу вымачивают:
 - в сменной воде, $t=10-12^{\circ}\text{C}$, 1кг/2л, воду меняют через 1 и 6 часов;
 - или проточной воде от 8 до 12 ч.



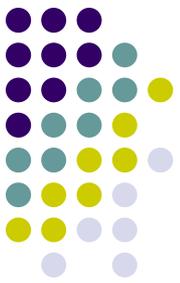
Разделка рыбы, используемой целиком

- Применяют для мелкой рыбы, вес брутто 75-200г, удаляют жабры.
- У более крупной удаляют голову.
- Чешую очищают от хвоста до головы.
- Удаляют плавники.
- Разрезают брюшко, удаляют внутренности.

Разделка рыбы на филе с кожей и костями



- У подготовленной рыбы отрубают голову.
- Удаляют внутренности, пленки.
- Отрубают плавники и хвост.
- Промывают рыбу.
- Нарезают поперек на порционные куски – кругляши.
- Масса рыбы до 1,5 кг.
- Используют для варки, жарки.



Разделка рыбы на филе (пластование)

- Масса рыбы более 1,5 кг.
- Рыбу без чешуи, плавников, внутренностей разрезают вдоль по позвоночной кости от головы до хвоста – два филе – с кожей, позвоночником и реберными костями и – с кожей, и реберными костями.
- С филе снимают позвоночник и реберные кости – чистое филе.
- Используют для приготовления порционных п/ф, котлетной и кнельной масс, фаршей.



Разделка рыбы для фарширования

- Используют судака, щуку.
- **Щука** – осторожно очищают чешую, вокруг головы надрезают кожу, снимают «чулком» от головы к хвосту, подрезая плавники.



У основания хвоста надламывают позвоночнику, выворачивают чулок, промывают.



Мясо отделяют от костей, готовят котлетную массу, фаршируют.

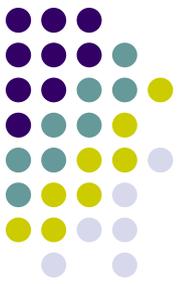


Обработанную голову (без глаз и жабр) приставляют, все заворачивают в



- Судак – срезают плавники (ядовитые), очищают чешую.
- Вдоль спины с обеих сторон спинного плавника и позвоночной кости делают глубокий надрез мякоти.
- У головы и хвоста надламывают позвоночную кость и удаляют ее.
- Через образовавшееся отверстие удаляют внутренности, срезают мякоть (до толщины не более 0,5 см), промывают, наполняют фаршем.

Обработка бесчешуйчатой рыбы



- **Сом**- очищают от слизи, натирая солью, промывают, удаляют внутренности, голову, плавники, промывают, нарезают на порционные куски. У крупных сомов удаляют кожу.
- **Налим, угорь** – снимают кожу «чулком», удаляют плавники, внутренности, голову.
- **Миноги** – не потрошат, удаляют слизь, натирая солью, промывают.

Обработка рыбы осетровых пород



- Отрубают голову вместе с грудными плавниками.
- Срезают спинные костные жучки от хвоста к голове - ошпаривая.
- Удаляют плавники.
- У хвоста надрезают мякоть и вытягивают визигу (плотный хрящ, заменяет рыбе позвоночник) вместе с хвостом.
- Рыбу пластуют на звенья.



2.а блюда из отварной и припущенной рыбы

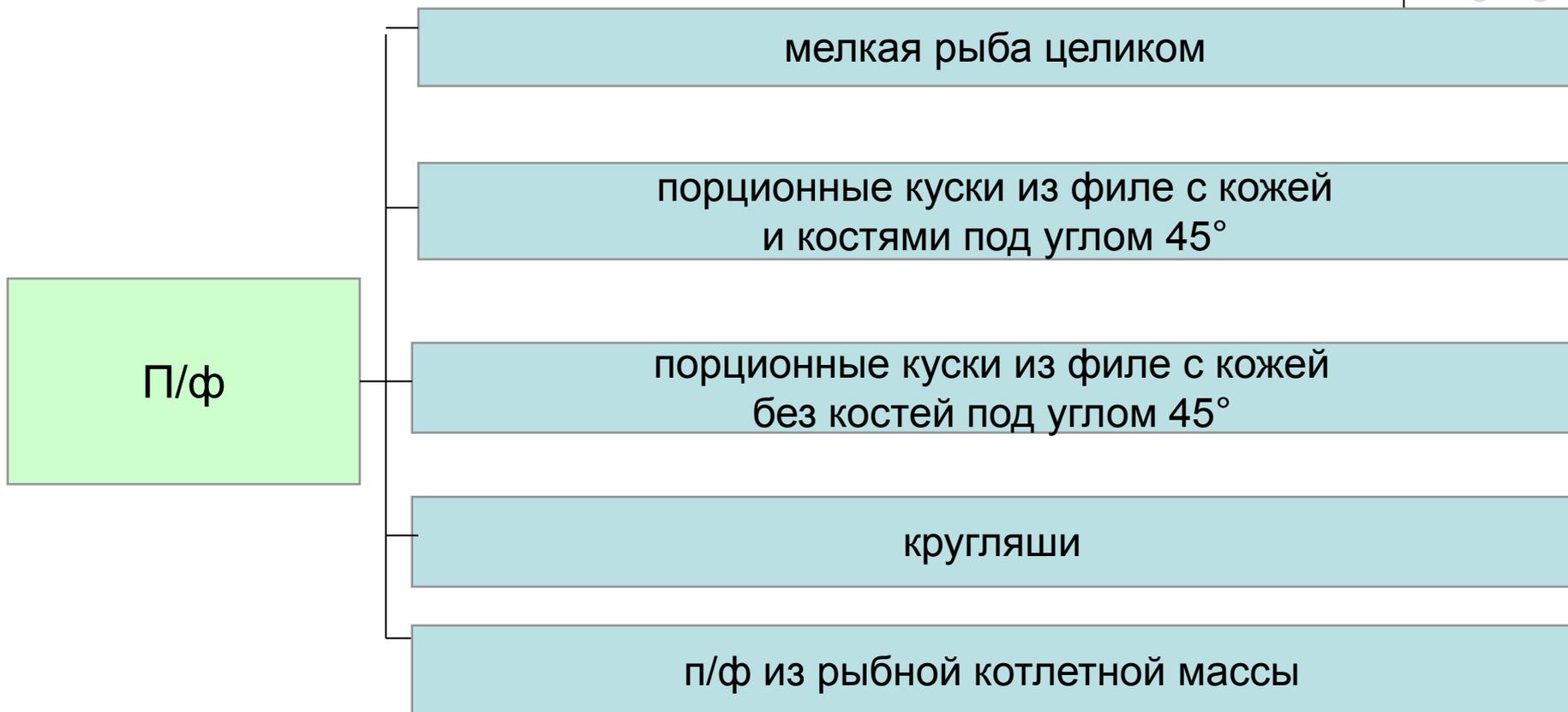
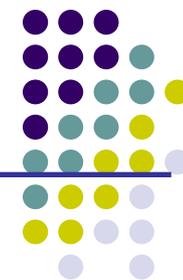
- Используют полуфабрикаты:
 - целые тушки с головой и без;
 - порционные куски, нарезанные под углом 90° к плоскости стола.
- Нарезают их из рыбы непластованной, разделанной на филе с кожей и рёберными костями.





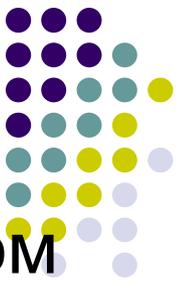
- Подготовленные куски укладывают в рыбный котёл (кастрюля вытянутой формы) в один ряд кожей вверх и заливают горячей водой из соотношения – **2 литра воды на 1 кг рыбы при варке и 0,3 л на 1 кг рыбы при припускании.**
- Для улучшения вкуса в воду добавляют белые коренья, репчатый лук; перец; огуречный рассол; а при припускании белое сухое вино, лимонную кислоту, сливочное масло, нарезанные шампиньоны.
- Продолжительность варки (в среднем) – **15 - 20 минут**

2.b блюда из жареной рыбы





- Перед жарением полуфабрикаты солят, панируют в муке, белой панировке (крошка сухого белого хлеба) или кляре; изделия из котлетной массы – в сухарях и белой панировке жарят полуфабрикаты с обеих сторон до образования на поверхности румяной корочки и выдерживают 5 – 10 минут в жарочном шкафу.
- Общая продолжительность жаренья 30 – 50 минут.



- ***Рыба, жаренная основным способом.***
Порционные куски или мелкую рыбу целиком посыпают солью, перцем, панируют в муке или красной панировке.
- ***Рыба фри.***
Куски филе без кожи и костей малокоистой рыбы (судака, сома, трески) или порционные куски осетровой рыбы обсушивают, панируют в муке, смачивают в льезоне и панируют в красной или белой панировке.
- ***Рыба кольбер (фигурный полуфабрикат).***
Из филе без кожи и костей (судак или другая малокоистая рыба) нарезают порционные куски в виде ромбов. Ромбы прорезают вдоль



- ***Рыба восьмеркой.***

Из филе без кожи и костей вырезают полоски шириной 5—6 см и длиной соответственно требуемому весу порции. Нарезанные полоски выравнивают, для чего их слегка отбивают. Концы полоски свертывают к середине в разные стороны, в виде восьмерки, скрепляют деревянными колышками или шпажками и панируют как рыбу фри. Жарят в жире.

- ***Рыба, жаренная в тесте (орли).***

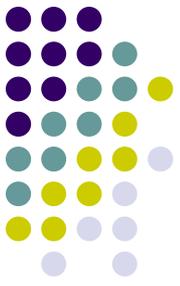
Филе судака без кожи и костей или осетровую рыбу нарезают брусочками длиной до 8 см, толщиной 1 см вдоль волокон. Маринуют 1—2 часа, вынимают из маринада поварской иглой и, отряхнув приставшие кусочки зелени, опускают в

П/ф из рыбной рубки



- Подготовленную рыбу пропускают через мясорубку, добавляют размоченный в молоке пшеничный хлеб из муки не ниже 1-го сорта, соль и перец, перемешивают и снова пропускают через мясорубку 1—2 раза, затем добавляют выбитое сливочное масло.
- Для 1 кг рыбы (мякоть): белый хлеб (черствый) 250 г, вода 300—350 г, соль 20 г, перец 1 г.
- Из рыбной рубки формуют котлеты, биточки, тефтели, тельное, рулет и др.
- **Тельное из рыбы.** На влажную салфетку укладывают рыбную рубку в виде круглой лепешки. На середину кладут фарш и с помощью салфетки соединяют края лепешки, придавая изделию форму полумесяца. Тельное панируют в муке, льезоне и белой панировке.

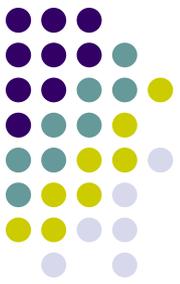
Подача жареной рыбы



- Подают в горячем виде, с жареным и отварным картофелем, овощным пюре, отварными и припущенными овощами. Дополнительным гарниром служат солёные огурцы, помидоры, лимон, зелень.
- Соусы томатный, красный, белый с вином, майонез с корнишонами подают отдельно.
- Отличаются оформлением к подаче жареные изделия из котлетной массы (котлеты, биточки). Их поливают маслом или соусами и гарнируют морозным и т.д.

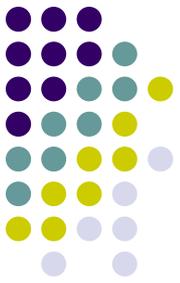


2.с блюда из тушеной рыбы



- Готовят чаще всего из рыбной мелочи, так как при этом способе тепловой обработки размягчается не только мышечная, но и костная ткань. Рекомендуется тушить солёную и морскую рыбу с резким специфическим запахом и вкусом.
- Тушат рыбу сырой или предварительно обжаренной с нашинкованными овощами, уксусом, специями и растительным маслом.
- Продолжительность тушения от 0,5 часа до 1,5 часов, в зависимости от размера полуфабриката.
- Оформляют к подаче с отварным картофелем или рассыпчатыми кашами

2.d блюда из запеченной рыбы



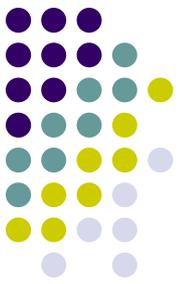
- Готовят из рыбы мелкой (целиком), разделанной на чистое филе (без кожи и костей) и филе с кожей; а также из полуфабрикатов рыбных котлетных масс.
- Перед запеканием рыбу и полуфабрикаты припускают или жарят основным способом.
- Запекают изделия с гарниром или без под различными соусами при $t^{\circ} 200 - 250^{\circ} C$ до образования на поверхности румяной корочки.
- Ассортимент гарниров, рекомендуемых к подаче: картофель отварной и





- ***Рыба, запеченная по-русски.*** Осетровую, окуневую, лососевую, тресковую, камбаловую рыбу разделяют на куски без костей. На смазанную сковороду подливают паровой соус, укладывают кусок жареной рыбы, сверху кладут пассерованный лук, вокруг рыбу обкладывают вареным картофелем, нарезанным кружочками. Заливают соусом паровым, посыпают тертым сыром, сбрызгивают маслом и запекают. Отпускают в этой же сковороде. Посыпают зеленью.
- ***Рыба, запеченная по-московски.*** Куски рыбы без костей и кожи посыпают солью, перцем, панируют в муке и обжаривают. Сковородку смазывают маслом, подливают сметанный соус, кладут обжаренную рыбу, а вокруг - кружочки вареного или жареного картофеля. Сверху на рыбу укладывают

2.е блюда из морепродуктов



- Относятся к наиболее изысканным и готовятся из кальмаров, мидий, трепангов, трубача, морского гребешка, раков, креветок, крабов, морской капусты и других гидробионтов.
- Чаще всего морепродукты отваривают или припускают и подают натуральными с различными соусами – белым с рассолом, голландским, томатным с овощами и рассыпчатым рисом в качестве гарнира.
- Некоторые морепродукты (креветки, гребешки) обжаривают во фритюре и подают с томатным соусом или майонезом и гарниром из жареного

Блюда из нерыбных морепродуктов следует включать в меню банкетов и праздничных застолий.

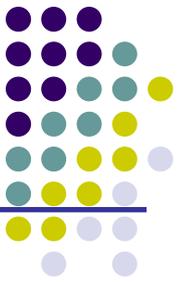


Требования к качеству блюд и сроки хранения



- Рыба сохраняет свою форму;
- Жареная рыба покрыта ровной поджаристой корочкой от золотистого до светло-коричневого цвета, у рыбы фри допускается легкое отслаивание панировки, без подгорелостей, не пересоленная;
- Консистенция мягкая, сочная, мясо легко отделяется вилкой, но не дряблое;
- Вкус рыбы специфический, без посторонних привкусов, запах рыбный;
- Хранят на мармите не более 2-3 часов

Вопросы для самопроверки



- 1 Какого кулинарное использование различного рыбного сырья?
- 2 В чем особенности кулинарного использования рыб с хрящевым и костным скелетом?
- 3 На какие полуфабрикаты можно разделить рыбную тушку?
- 4 Назовите отличительные особенности способов варки и припускания рыбы.
- 5 Каковы правила нарезки рыбы для варки, жарения?
- 6 Какие блюда готовят из рыбной котлетной массы?
- 7 Перечислите наиболее известные блюда в ассортименте рыбных блюд ресторанной кухни.
- 8 Как используют в ресторанной кухне морепродукты: краб, креветка, устрица, трепанг, кукумария, кальмар?
- 9 Какие гарниры и соусы можно порекомендовать к рыбным блюдам?