**Здравствуйте уважаемые студенты!**

Законспектируйте лекцию и выполните проверочную работу

Выполненное задание отправляйте, пожалуйста, **ежедневно в контакте** или на мою электронную почту [**avpop.npet@mail.ry**](mailto:avpop.npet@mail.ry)

**Тема:** Рыбные блюда и закуски.

Для холодных закусок и блюд используют свежую рыбу и гастрономические рыбные продукты. Свежую, рыбу для холодных блюд разделывают так же, как и для горячих. В качестве приправ используют заправки: майонез, сметану, соусы.

Холодные блюда и закуски должны быть красиво оформлены. Температура блюд при отпуске должна быть не выше 12 0С.

Кулинария тесно связана с товароведением продовольственных товаров, с физиологией питания, с санитарией и гигиеной, с организацией производства, с технологическим оборудованием предприятия общественного питания, а также с химией и физикой.

**Товароведная характеристика основных видов сырья и санитарно-гигиенические требования к его хранению**

***Рыба .*** Химический состав рыбы не является постоянным и зависит от вида рыбы, возраста, пола, места обитания, времени лова и других факторов. Содержание основных веществ в мясе рыбы составляет (в %): воды 52 - 83, белков 12 - 23, жиров 0,2 - 3,3, минеральных веществ 0, 5 - 3. В состав рыбы входят также витамины А, группы В, РР, D, Е.

*Белки* мяса рыбы в основном полноценные. В их состав входят все незаменимые аминокислоты, которые легко усваиваются и имеют большое значение в жизнедеятельности организма.

*Экстрактивные азотистые* вещества при варке рыбы легко извлекаются водой и придают бульону специфические вкус и запах, вызывающие аппетит и способствующие лучшему усвоению пищи.

*Жир рыб* содержит много ненасыщенных жирных кислот, в том числе линолевую и арахидоновую, имеющие большое биологическое значение для организма человека. Жир рыбы легко усваивается, является источником несинтезирующихся в организме жирных кислот и витаминов А, D, Е, К.

В зависимости от содержания жира рыбу подразделяют на тощую (до 2 %), средней жирности (от 2 до 8 %), жирную (от 5 до 15 %) и особо жирную (более 15 %).

*Из минеральных веществ*в мясе рыбы преобладают кальций, фосфор, калий, натрий, магний, сера, хлор. Есть также железо, медь, кобальт, марганец, йод, бром, фтор и др. В морской рыбе содержится больше минеральных веществ, чем в пресноводной.

Пищевая ценность рыбы зависит от соотношения съедобных и несъедобных частей, строения и химического состава, которые неодинаковы у разных видов рыб. Содержание съедобных частей в свежей рыбе колеблется от 46 до 80 %.

**Технология приготовления холодных блюд и закусок из рыбы**

1. ***Рыба соленая***

- Рыбу режут тонкими кусками по 2-3 на порцию, укладывают на блюдо, сбоку располагают дольки лимона, зелень петрушки.

1. ***Шпроты, сардины.***

- Подают на лотках.

- Рыбки укладывают спинками в одну сторону. Поливают маслом, в котором они были приготовлены, украшают зеленью петрушки и ломтиками лимона.

**3.** ***Соленые килька, хамса, салака с луком и маслом.***

- Перебранную и вымытую целую или разделанную кильку, хамсу, тюльку, салаку укладывают на тарелку;

- посыпают нерезаным кольцами или полукольцами репчатым луком, поливают маслом или заправкой.

***4.*** ***Сельдь с гарниром.***

- на селедочный лоток укладывают нарезанную кусочками сельдь;

- по бокам нарезанные букетами или кубиками вареные картофель морковь, свеклу, кружочками или ломтиками свежие огурцы, помидоры, зеленый горошек, яйца, шинкованный лук или нарезанный кольцами репчатый лук; - сельдь украшают листьями салата или веточками зелени.

- при подаче сельдь поливают заправкой салатной или горчичной. Овощи можно карбовать. Часть гарнира можно разложить продолговатой горкой, а сверху положить сельдь.

***5. Сельдь с картофелем и маслом.***

- подготовленные половинки филе сельди без кожи и костей, сложив вместе, нарезают наискось кусочками шириной 2-3 см и укладывают на селедочницу или лоток в виде целой рыбы, приставив хвост и голову.

- украшают зеленью петрушки.

- Отдельно на порционной сковороде или в круглом баранчике, поставленном на закусочную тарелку, подают горячий отварной картофель в целом виде или обточенный в форме бочонков, посыпанный рубленой зеленью, а на розетке -красиво оформленное сливочное масло.

***6. Рыба под майонезом.***

- для приготовления блюда используют осетровую и частиковую рыбу в отварном виде

- на середину овального блюда выкладывают часть (примерно одну треть) овощного гарнира: отварные картофель, морковь, свежие или соленые огурцы, нарезанные мелкими кубиками или кружочками, зеленый лук или зеленый салат, стручковую фасоль или консервированный зеленый горошек, заправленные майонезом.

- сверху помещают порционный кусок рыбы, заливают соусом майонез или соусом майонез с желе, а вокруг располагают букетиками остальной гарнир, который заливают заправкой.

- блюдо украшают зеленью, иногда крабами или раковыми шейками.

***7. Рыба жареная под маринадом.***

- порционные куски филе с кожей без реберных костей морского окуня, муксуна или дальневосточной наваги панируют в муке и жарят на растительном масле.

- жареную рыбу выкладывают в салатник, заливают горячим маринадом и охлаждают. При отпуске посыпают шинкованным зелёным луком

- маринад приготовляют из пассерованных на растительном масле с добавлением томата-пюре нарезанных соломкой овощей - моркови, репчатого лука или лука-порея, корня петрушки или корня сельдерея (красный маринад).

- в овощи вводят рыбный бульон, уксус, перец горошком, гвоздику, корицу и кипятят 15 -20 мин. В конце варки добавляют лавровый лист, соль, сахар. Жареную рыбу готовят также под белым маринадом (без томата). Используют рыбу и в отварном или припущенном виде.

***8. Ассорти рыбное.***

- в состав блюда должно входить не менее 3 - 4 видов рыбных продуктов.

Например, семга или лососина, севрюга горячего копчения, сардины или шпроты, икра зернистая, или кетовая, или паюсная.

- ассорти может состоять также из килек, балыка, различной заливной рыбы и т. д.

- рыбу нарезают тонкими кусками и укладывают на овальное блюдо.

- вокруг или сбоку ассорти размещают овощной гарнир: огурцы или корнишоны, свежие помидоры, зеленый горошек, морковь, сладкий перец, рыбное желе. Украшают блюдо ломтиками лимона, листьями салата или зеленью петрушки.

***9. Рыба отварная с гарниром и хреном.***

- для приготовления этого блюда используют осетровую рыбу (белугу, севрюгу) .Осетровую рыбу отваривают звеньями, охлаждают и нарезают на порционные куски.

- порционные куски рыбы укладывают на овальное блюдо, вокруг размещают овощной гарнир из отварной моркови, нарезанной мелкими кубиками, салата из краснокочанной капусты, соленых или маринованных огурцов, сладкого стручкового перца, нарезанных кружочками, долек свежих помидоров, зеленого горошка.

- блюдо можно отпускать и без гарнира. Отдельно в соуснике подают соус хрен.

***10. Рыба заливная с гарниром.***

- блюдо приготовляют из осетровых и частиковых рыб (чаще из судака) в отварном виде. Охлажденные куски рыбы укладывают на тонкий слой налитого на противень желе

- каждый кусок украшают зеленью петрушки, кружочками вареной моркови, лимона, корнишонов или свежих огурцов. Для закрепления украшения рыбу заливают небольшим количеством охлажденного желе

- застывшие куски вырезают кончиком ножа так, чтобы края отреза получились гофрированными, и укладывают на овальное блюдо. Заливную рыбу подают без гарнира или с гарниром, который размещают рядом с рыбой.

- гарнир состоит из листьев салата, корнишонов, маринованных или соленых огурцов, стручкового перца. Отдельно подают соус хрен или соус майонез с хреном. Рыбу можно также заливать непосредственно в овальных блюдах, салатниках или формочках из фольги

***11. Рыба горячего копчения***

- подготовленную рыбу нарезают тонкими ломтиками и укладывают на овальное блюдо.

- оформляют свежими огурцами, помидорами, нарезанными ломтиками, листьями салата или располагают сложный гарнир с соусом-майонезом.

**Требования к качеству рыбных блюд**

Качество готовых рыбных блюд оценивают по соблюдениям рецептуры: правильность разделки рыбы, нарезки и панирования, соблюдение правил тепловой обработки и доведения рыбы до готовности, вкус и запах приготовленного блюда, внешний вид.

Отварную рыбу подают с костями, с кожей без костей. Рыба должна быть проварена. Цвет, вкус и запах должны соответствовать данному виду.

Припущенную рыбу без костей, с кожей или без кожи. Рыба должна быть проварена и полностью сохранять свою форму. На поверхности припущенной рыбы допускаются сгустки свернувшегося белка, поэтому для улучшения внешнего вида блюда рыбу поливают соусом и украшают.

Жареную рыбу подают с кожей и костями, с кожей без костей. Поверхность ее должна быть покрыта ровной поджаристой корочкой от золотистого до светло-коричневого цвета. Консистенция - мягкая, сочная. Вкус рыбы - специфический, без постороннего привкуса. Запах - рыбы и жира.

**Домашнее задание:** изучить сегодняшнюю тему внимательно и повторить все пройденные темы по МДК.03.02. Следующий урок будет зачет.