

Приготовление блюд из рыбной котлетной массы

**ПМ 04 – Приготовление блюд из рыбы.
Мастер п/о Назарова М.Д.**



Характеристика сырья

- ▶ Рыба является необходимым продуктом питания. По своему хими-ческому составу она немного уступает мясу домашних животных, а по содержанию минеральных веществ, витаминов и степени усвояемости белков превосходит мясо. В рыбе содержатся (в %): белки — от 13 до 23, жир — от 0, 1 до 33, минеральные вещества — от 1 до 2, вода — от 50 до 80, витамины А, D, E, B2, B12, PP, C, экстрактивные вещества.
- ▶ В состав белков рыбы входят незаменимые аминокислоты, необходимые организму для построения новых клеток и тканей, поэтому белки рыбы называют полноценными. К ним относятся альбумины, глобулины, нуклеопротеиды и др. Белок соединительной ткани — **коллаген** относится к неполноценным, под действием тепловой обработки он легко видоизменяется, переходя в клейкое вещество — глютин. Благодаря своей структуре рыба очень легко усваивается организмом человека.

Характеристика сырья

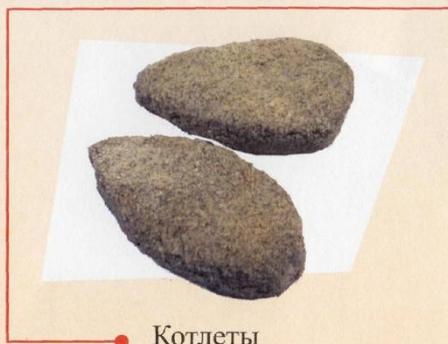
- ▶ По содержанию жира рыбу условно делят на три категории; тощую — до 2% жира, средней жирности — от 2 до 5, жирную — от 5 до 15%. Рыбу с содержанием жира от 15 до 33% относят к особо жирной.
- ▶ Количество жира в рыбе зависит от ее вида, возраста, места вылова и времени года. Содержание жира влияет на вкусовые качества рыбы и ее кулинарное использование. Жир рыбы легко плавится и усваивается организмом человека, а присутствие витаминов D и A значительно повышает его ценность. Наибольшее количество жира содержат такие рыбы, как угорь, минога, осетровые, лососевые, сельдевые, угольная рыба и др. К тощим рыбам относят треску, щуку, судака, окуня, корюшку.

Поступившая рыба должна быть

- ▶ доброкачественной. Основными показателями являются ее внешний вид и запах. Рыба должна иметь упругую мякоть, плотную блестящую чешую, красные расправленные жабры без слизи, за исключением отдельных видов бесчешуйчатых рыб.



Изделия из рыбной котлетной массы



Технологическая схема приготовления котлетной массы из рыбы



Нарезают рыбу



Замачивают хлеб в молоке или воде

Повторение – Мать учения!

- ▶ Вопросы на повторение материала:
 - ▶ – Приготовление котлетной массы.
 - ▶ – Какую форму имеют биточки рыбные?
 - ▶ – Какие размеры имеют шницель и котлета рыбные?
 - ▶ – Требования к ТБ при работе с электрической плитой.
- ▶ Значение рыбы в питании.
- ▶ На примере **Технологической карты № 231** – Правила подготовки сырья. Изменения, происходящие при тепловой обработке. Тепловая обработка рыбы.
- ▶ Отличия, органолептическая оценка вкусовых качеств, оформление и подача.

Повторение – Мать учения!

Организация: ДМПЛ

Предприятие: Мастерская поваров

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 231

Наименование блюда: «Котлеты, биточки рыбные»

Источник: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий, 1986г. Рецептура №541



№ п/п	Наименование продуктов	Брутто (1п)	Нетто (1п)	Брутто (3п)	Нетто (3п)
1.	Треска	66	48		
2.	Хлеб пшеничный	14	14		
3.	Молоко или вода	19	19		
4.	Сухари	7	7		
5.	Масса п/ф	-	86		
6.	Кулинарный жир	5	5		
7.	Масса жареных изделий	-	75		
8.	Гарнир №757; 759	-	150		
9.	Соус №857; 863; 865	-	50		
	Масло	5	5		
	Выход с соусом	-	275		
	Выход с маслом	-	230		



КРАТКОЕ ОПИСАНИЕ ТЕХНОЛОГИЧЕСКОГО ПРОЦЕССА

Рыбу разделяют на филе без кожи и костей, нарежут небольшими кусочками и пропускают через мясорубку. Хлеб не ниже 1-го сорта замачивают в жидкости.

Измельченное филе и набухший хлеб соединяют и пропускают через мясорубку еще раз. Добавляют соль, молотый перец и все тщательно вымешивают в фаршемешалках или вручную.

Котлеты - в левую руку помещают часть массы, а правой отделяют кусочки, взвешивают их и укладывают рядами на стол, посыпанный панировкой. Формуют котлеты, придавая им овально-приплюснутую форму с заостренным концом (толщиной 2-2,5 см, длиной 10-11 см, шириной 5-6 см). Панируют в просеянных молотых сухарях.

Биточки - готовят так же, но придают округло-приплюснутую форму до 6 см диаметром и толщиной 1,5-2 см. Панируют в сухарях. На порцию формуют по 1-2 шт.

Зразы рыбные

Технологические карты № 513 и № 168 (паровые)



- ▶ Внешний вид.
- ▶ Выбор гарнира.

Начинка.

Температура подачи.

Зразы рыбные рубленые (паровые)

- ▶ Диетическое блюдо: Зразы рыбные рубленые паровые
- ▶ Технологическая карта (кулинарный рецепт) №168
- ▶ Вид обработки: Варка
- ▶ Диеты
- ▶ Сборник рецептур (Тельное из рыбы № 514)
- ▶ **Технология приготовления**
- ▶ Приготовить рыбную котлетную массу, сформовать в виде лепешек толщиной 1 см. Приготовить фарш: омлет паровой с мелко нарезанной припущенной морковью и зеленью. На середину лепешек выложить фарш, края лепешек соединить, придав им овальную форму, и варить на пару 20–25 мин. Отпустить по 2 шт. на порцию с маслом. В качестве гарнира на разрешенные диеты – каши вязкие, овощи и картофель, припущенные с соусом молочным с морковью.

Зразы рыбные рубленые паровые №168

Продукт (полуфабрикат)	Брутто, г	-Нетто, г
Треска	107	70
или судак	157	70
или щука (кроме морской)	186	70
или окунь морской	117	70
или ледяная рыба	167	70
Хлеб пшеничный	18	18
Молоко или вода	20	20
Яйца	1/10 шт.	4
<u>Фарш</u> : Морковь	15	6*
Яйца	1/4 шт.	10
Молоко	9	9
Масло сливочное	1	1
Петрушка (зелень) или укроп (зелень)	5	4
Масса фарша	–	22
Масса полуфабриката	–	132
Масса готовых зраз	–	110
Масло сливочное несоленое	5	5

Успехов в работе!

- ▶ Не забываем, что работаем в коллективе и команде, эффективно общаемся с коллегами, вежливо и корректно.

