

Учебная дисциплина: МДК.01.01 Приготовление и подготовка к реализации полуфабрикатов для блюд, кулинарных изделий разнообразного ассортимента

Группа: 13ПК

Дата проведения урока: 23.04.2020 г.

Тема урока: Приготовление полуфабрикатов из рыбы. Способы и техника маринования, панирования полуфабрикатов из рыбы.

1. Приготовление полуфабрикатов из рыбы
2. Способы и техника маринования, панирования.

Задание: Запишите тему и план урока. Изучите теоретическую часть материала, составьте конспект, письменно ответьте на вопросы в конце текста.

Теоретическая часть

1. Приготовление рыбных полуфабрикатов

В зависимости от размера рыбные полуфабрикаты делят на: крупные (целая рыба), порционные и мелкокусковые (для рыбы в тесте, солянки и других блюд).

В зависимости от использования различают: полуфабрикаты для варки; припускания; жарки основным способом, жарки во фритюре; запекания.

Для варки используют: *рыбу в целом виде, звенья, порционные куски (кругляши), порционные куски из пластованной рыбы с кожей и костями, с кожей и без костей.* Куски нарезают поперек волокон, при этом держат нож под прямым углом к рыбе. На каждом куске кожу надрезают в 2–3 местах, чтобы при тепловой обработке рыба не изменяла свою форму.

Для припускания используют: *рыбу в целом виде, некрупные звенья, порционные куски пластованной рыбы с кожей без костей, без кожи и костей (чистое филе).* Куски нарезают, начиная с хвостовой части, держа нож под углом 30° к рыбе. При этом получают плоские широкие куски, удобные для быстрого и равномерного прогревания в малом количестве жидкости.

Для жарки основным способом используют: *рыбу в целом виде, звенья, порционные куски (кругляши), порционные куски, нарезанные из*

пластованной рыбы с кожей и костями, с кожей без костей, без кожи и костей. Кругляши и филе с позвоночной костью нарезают, держа нож под прямым углом к рыбе; филе с реберными костями или без костей нарезают под углом 30° на широкие плоские куски, имеющие большую поверхность соприкосновения с жарочной поверхностью.

Для жарки во фритюре используют: *рыбу в целом виде, порционные куски, нарезанные из пластованной рыбы без кожи и костей.* Рыбу нарезают, держа нож под углом 30°, обсушивают, посыпают солью, панируют в муке, смачивают льезоном и панируют в сухарях.

Для запекания и тушения. Для запекания и тушения рыбу разделяют на порционные куски с кожей, без реберных костей, а осетровые — без хрящей. Порционные куски солят, посыпают перцем, иногда панируют в муке. Мелкую рыбу тушат целиком.

2. Способы и техника панирования, маринования.

Чтобы рыба при жарке не теряла много жидкости и пищевых веществ, а на поверхности её образовалась поджаристая корочка, подготовленную рыбу панируют.

Панированием называют нанесение панировки на поверхность полуфабриката. В зависимости от дальнейшего использования применяют различные способы панирования и различные панировки.

Применяют различные способы панирования. В муке — для жарки основным способом; в сухарях — для жарки основным способом; в смеси муки и сухарей — для жарки основным способом; в муке, льезоне, красной или белой панировке (двойная панировка) — для жарки во фритюре; в тесте кляре — для жарки во фритюре.

Чаще всего рыбу панируют в муке. Подготовленные порционные куски посыпают солью, перцем и обваливают в муке.

Красной панировкой называют молотые и просеянные сухари пшеничного хлеба или панировочные сухари промышленного производства. Куски рыбы посыпают солью и перцем, панируют в муке, смачивают в льезоне и панируют в сухарях. *Белой панировкой* называют протертый через сито или грохот мякиш черствого белого хлеба. Техника панирования та же. Хлебная

панировка соломкой представляет собой пшеничный чёрствый хлеб без корок, нарезанный в виде соломки.

Кляр — это жидкое пресное тесто, приготовленное на молоке, в которое вводят яичные желтки, растительное масло, сахарный песок, соль и просеянную муку. Все компоненты размешивают и вводят в тесто взбитые белки, которые придают ему пышность.

В муке рыбу панируют непосредственно перед жареньем, чтобы куски не увлажнялись. Перед панированием рыбу обсушивают. В красной и белой панировках рыбу можно панировать заранее. В кляре рыбу смачивают непосредственно перед жареньем во фритюре, предварительно ее маринуют.

Для лучшего прикрепления панировки к продукту его смачивают в – *льезоне*, представляющем собой смесь сырых яиц с молоком или водой, с добавлением соли. На 1 кг берут 670 г. яиц или меланжа, 340 г воды и 10 г соли.

Целую рыбу – навагу, скумбрию, серебристого хека, макруруса, окуней, карасей, ледяную рыбу, ставриду, корюшку, а также порционные куски перед жаркой в небольшом количестве жира панируют в просеянной подсоленной муке, или в молотых сухарях, или в смеси муки и сухарей.

Составы некоторых современных панировок:

- *Мука пшеничная или панировочные сухари, смешанные с цедрой лимона и измельченного шнитт-лука;*
- *Мука пшеничная или панировочные сухари с чесноком;*
- *Мука пшеничная, мука кукурузная и паприка;*
- *Мука пшеничная, паприка, соль, красный перец, тимьян;*
- *Мука пшеничная, китайский порошок из пяти специй (молотая смесь звездчатого аниса, семян фенхеля, корицы, сычуаньского перца, гвоздики), соли, черного перца;*
- *Мука пшеничная или панировочные сухари с листьями черной смородины.*

Для приготовления рыбы в кляре и рыбы, жаренной на вертеле, ее **маринуют**. Для этого куски рыбы смешивают с растительным маслом, лимонной кислотой, измельченной зеленью петрушки, солью и перцем. Лимонную кислоту предварительно растворяют, а раствор процеживают во

избежание попадания кристаллов. Подготовленную рыбу выдерживают в течение 20—30 мин на холоде. Маринование размягчает ткань рыбы и придает изделию приятный вкус и аромат.

Составы некоторых популярных маринадов для маринования рыбы:

- Оливковое масло, чеснок, петрушка (зелень), соль;
- Оливковое масло, тертый лук-шалот, измельченный репчатый лук. Зелень петрушки, сок лимона, соль, молотый перец, лавровый лист;
- Оливковое масло, лимонный сок, сухой тимьян, молотый черный перец, рубленое филе анчоусов;
- Белое вино, свежий лимонный сок, вустчестерский соус, свежий или сухой укроп, оливковое масло, молотый черный перец.

Кулинарное использование рыбных полуфабрикатов

Способ разделки	Вид рыбы	Отходы, %	Кулинарное использование
Рыба целиком	Мелкая рыба до 200 г, щука, судак	от 14 до 20	Варка, жаренье, тушение, фарширование
Тушка	Средняя рыба до 1,5 кг	от 29 до 35	Варка, жаренье
Кругляши	Рыба средних размеров	от 30 до 35	Жаренье, варка
Филе с кожей и реберными костями	Рыба весом свыше 1,5 кг	от 26 до 43	Жаренье основным способом, варка
Филе с кожей без реберных костей	То же	от 36 до 50	Запекание, припускание
Чистое филе	«	от 50 до 68	Жаренье во фритюре, запекание, припускание, для получения рубленой массы

Ответить письменно на вопросы:

1. Какие операции необходимо выполнить после размораживания рыбы перед нарезанием полуфабрикатов?
2. При приготовлении полуфабрикатов из рыбы какие приемы применяют?

Выполненное задание высылайте на электронную почту преподавателя Мочаловой О.Л. olya.mochalova.63@mail.ru