

# Лабораторная работа № 5

1. Зразы рыбные рубленые (паровые)  
+ *Пюре из тыквы*
2. Треска, запеченная в молочном соусе с яйцом
3. Рыба по-волжски
4. Рыба "Кольбер"  
+ *Соус томатный*  
+ *Картофель "дюшес"*

# Зразы рыбные рубленные



- Рыбную котлетную массу формируют в виде лепёшек толщиной 10 мм, на середину кладут фарш, края закрывают и придают зразам овальную форму. Сформованные зразы варят на пару 20-25 минут.
- *Для фарша из яиц и молока* готовят омлет. Морковь мелко нарезают и припускают с маслом до готовности. Измельчённый омлет соединяют с мелко рубленной зеленью и морковью. Заправляют солью. При подаче зразы поливают сливочным маслом.
- *Для гарнира:* Тыкву очищают от кожицы и семян, произвольно нарезают, припускают, протирают, добавляют сливочное масло, густой молочный соус и прогревают 5-7 мин. при температуре 85-90°C.
- Для молочного соуса муку подсушивают без изменения цвета, растирают со сливочным маслом, разводят горячим молоком, варят при слабом кипении 7-10 мин, добавляют сахар, соль, процеживают и доводят до готовности.



# Треска, запеченная в молочном соусе с яйцом

- **Теску** разделявают на филе без кожи и костей, промывают, нарезают на порционные куски, припускают в подсоленной воде 5-10 минут, заливают соусом и запекают до готовности.
- **Для соуса** муку подсушивают без изменения цвета, растирают со сливочным маслом, разводят горячим молоком, варят при слабом кипении 7-10 мин, добавляют соль, процеживают соединяют с мелко рубленным яйцом, сваренным вкрутую.

# Рыба по-волжски



- Судака разделяют на чистое филе, нарезают кубиками 3\*3 см, посыпают солью, перцем и маринуют в лимонном соке и вине.
- Яблоки нарезают дольками, маринуют в лимонном соке с добавлением сахара.
- Лук репчатый пассеруют.
- Форму смазывают маслом и выкладывают слоями: Судак, пассерованный лук, яблоки и запекают 25-30 минут при температуре 85-90°С. Подают нарезав на порции и оформив зеленью.

# Рыба "Кольбер"



- Из филе судака без кожи и костей нарезать порционный кусок в виде широкой ленты, посыпать его солью, запанировать в муке, окунуть в льезон и снова запанировать в молотых сухарях.
- После этого один конец ленты завернуть к середине с одной стороны, а другой конец - к середине с другой стороны так, чтобы получилась форма цифры «8». Через концы свернутого филе и середину пропустить металлическую или деревянную шпильку для сохранения приданной формы.
- Подготовленный полуфабрикат судака жарить во фритюре и довести до готовности в жарочном шкафу.
- В металлическом соуснике подать томатный соус.



# Картофель «Дюшес»

- Картофель очищают, промывают, отваривают до готовности, обсушивают, мнут, добавляют сливочное масло, охлаждают до 50°C, вводят желтки яйца, мускатный орех и отсаживают на смазанный лист.
- Белок яйца соединяют с небольшим количеством воды, и смазывают полученным льезоном. Запекать при температуре 180°C до румяного колера.

