



Закуски из рыбы.



МАОУ «Технический
лицей»
Предмет «Основы
кулинарии»
11 класс

Сыктывкар 2020 г.

- ▣ **В мясе рыбы содержатся азотистые вещества, жиры, углеводы, витамины, ферменты, минеральные вещества.**
- ▣ **Рыба занимает важное место в питании, так как обладает исключительно высокими пищевыми достоинствами, отличным вкусом и приятным специфическим ароматом.**



Приготовление блюд из рыбы

Закуски



Первые блюда



Блюда из рыбы



Х К холодным блюдам из рыбы относятся рыбные гастрономические товары, рыба под майонезом и под маринадом, сельдь с гарниром и рубленая, рыба фаршированная и заливная и др.



Ассорти рыбное

- Х Блюдо, состоящее из нескольких видов гастрономических рыбных продуктов, украшенных зеленью, дольками лимонов, розочками из сливочного масла.*
- Х В ассорти могут входить различные виды солёной и копчёной рыбы, шпроты, икра.*

Подача рыбного ассорти

Подают на рыбном лотке или фарфоровом блюде, с лимоном, маслинами, оливками, зеленью.



Сельдь с гарниром



- Х Филе сельди без косточек нарезают поперёк на кусочки и укладывают сбоку на тарелку. Рядом укладывают гарнир.
- Х Для гарнира используют варёные овощи, укладывая их горкой, каждый вид отдельно.
- Х Овощи подбирают по цвету.
- Х Украшают блюдо листьями салата, веточками петрушки, кольцами репчатого лука, кружочками варёного яйца





Рыба жареная под маринадом

- Х Блюдо готовят как из филе без кожи и костей, так и из филе с кожей и костями.
- Х Порционные куски панируют и жарят на растительном масле.
- Х Готовую рыбу заливают горячим маринадом и охлаждают.
- Х Подают холодной.



Рыба заливная

Это блюдо можно приготовить двумя способами.

Первый способ. Порционные куски филе судака или другой рыбы варят и охлаждают на сите. Бульон, оставшийся после варки рыбы, соединяют с бульоном из рыбных пищевых отходов и процеживают. В горячий бульон кладут замоченный и отжатый желатин, растворяют его, охлаждают бульон до 50...60 °С, вводят оттяжку, проваривают 20...30 мин, заправляют солью и процеживают. На противень наливают слой желе 4...6 мм и, когда оно застынет, укладывают на него с интервалами 2 см обсушенные куски рыбы. Украшают их отварной морковью, лимоном, зеленью петрушки, раковыми шейками, прикрепляя украшения с помощью желе. После этого украшенные куски рыбы охлаждают снова, заливают желе (слоем не менее 0,5... 1 см) и вновь охлаждают. Куски рыбы вырезают на противне так, чтобы края были гофрированными, а слой желе вокруг кусков рыбы был не менее 5...8 мм. Отдельно подают соус хрен с уксусом.



Второй способ

Рыбу приготавливают в форме. Сначала делают «рубашку» из желе: форму устанавливают в холодильник, охлаждают и наливают до самого края формы теплое (45...55 °С) рыбное желе (ланспиг). Когда на стенках формы образуется слой застывшего желе толщиной 3...5 мм, форму быстро вынимают из холодильника, обтирают тканью, незастывшую часть желе выливают, а форму опять ставят в холодильник, дают окончательно застыть желе. На желе внутри формы укладывают украшения из ярко-окрашенных овощей и зелени, закрепляют их желе, затем кладут в форму лицевой стороной к желе кусочки отварной рыбы, оставляя между ними интервалы. Заполненные рыбой формы ставят в холодильник, заливают их до самого края полузастывшим, но еще жидким желе и дают ему окончательно застыть. Перед отпуском формы с заливным опускают на 3...5 с в горячую воду, вынимают из воды, переворачивают, держа немного наклонно, встряхивают и укладывают заливное на круглое или овальное блюдо. Отдельно подают соус хрен с уксусом или соус майонез.





Рыба под майонезом

На одну треть овощного гарнира, заправленного небольшим количеством майонеза, укладывают порционный кусок отварной рыбы и заливают его из бумажного конверта с зубчатым вырезом майонезом. Сверху блюдо можно украсить крабами и веточками зелени, кусочками свежих томатов, а вокруг разместить букетами овощной гарнир.

Для заказных блюд соус майонез приготавливают с рыбным желе в соотношении 1:1, заливают рыбу, украшают и сверху заливают прозрачным желе.





Вопросы для повторения.

1. Каково значение холодных закусок?
2. Перечислите, что относится к холодным блюдам из рыбы?
3. Какими продуктами можно украсить рыбное ассорти?
4. В чём заключается технология приготовления сельди с гарниром?
5. В чём заключается технология приготовления рыбы под маринадом? Какие продукты используют для приготовления маринада?
6. Чем отличается первый способ приготовления заливной рыбы от второго способа ?
7. В чём заключается особенность приготовления рыбы под майонезом?