

Презентация

Рыба в питании человека



Справка

- **Рыбные товары и разнообразная кулинарная продукция из рыбы и морепродуктов занимают важное место в пищевом рационе людей. Химический состав мяса рыбы зависит от вида, возраста, времени и места лова, характера тепловой обработки. Благодаря высокой биологической ценности и усвояемости рыба и рыбные продукты широко используются в диетическом и лечебном питании. В мясе рыбы содержится 52—83 % воды, 13—20 % белков, 0,2—34 % жира, 0,52 минеральных веществ, витамины А, D, В1, В2, РР, С.**

Польза от рыбы



Videoáëpää èç ðúáú (1).wmv

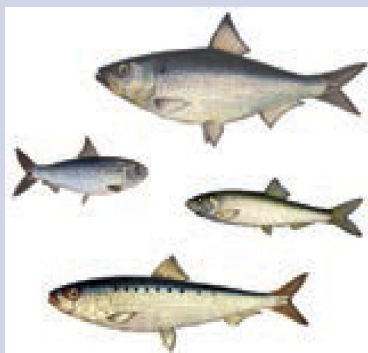


Videoáëpää èç ðúáú (2).wmv

Основные семейства промысловых рыб

Название семейства	Представители семейства	Характеристика мяса	Кулинарное использование
	Белуга, калуга, осетр, стерлядь, и севрюга.	Мясо вкусное, нежное, содержит 15 % жира. Высоко ценится черная икра.	Для балычных изделий, консервов, горячего копчения, заливных, первых блюд, вареных, жареных блюд.
Лососевые 	Кета, горбуша, семга, форель.	Мясо нежное розового или белого цвета, без мелких костей. Высоко ценится красная икра	Для производства соленых и копченых, балычных товаров и консервов, для первых и вторых блюд.

Сельдевые



Сельдь,
салака,
килька,
тюлька,
сардина, и
сардинелла.

Мясо с
нежным
и тонким
вкусом,
жирность
мяса
достигает
20—30 %

Для посола,
маринования,
копчения,
изготовления
консервов и
пресервов.

Карповые



Сазан,
каarp,
лещ,
вобла,
толстолобик

Мясо очень
различно
по
качеству,
жирности
наличию
костей

Для вяления,
запекания, копчения
жарки, и
фарширования,
первых блюд.

Окуневые



**Окунь,
судак,
ерш.**

**Мясо
вкусное,
дающее
хороший
навар**

**Для ухи, заливных
блюд и
фарширования.**

Тресковые



**Треска,
пикша,
навага,
налим,
минтай,
сайда,
путассу,
хек.**

**Мясо
нежирное,
но много
жира
в печени
(60—
70 %)**

**Для приготовления
консервов,
копчения, соления,
сушки, тушения,
варки и жарки.**

Камбаловые



**Камбала
палтус**

**Мясо
вкусное,
нежное, со
специфическим
йодистым
привкусом**

**Для копчения,
запекания, жарки**

Скумбриевые



**Скумбри
я**

**Мясо
жирное,
нежное**

**Для жарки,
приготовления
консервов, копчения,
запекания**

<p>Ставридов щук</p> 	<p>Ставрид а лихия</p>	<p>Мясо сероватого цвета со своеобразным запахом и вкусом.</p>	<p>Для жарки, варки, приготовления консервов, запекания и копчения.</p>
<p>щука</p> 	<p>щука</p>	<p>Мясо нежирное пронизано мелкими межмышечными костями.</p>	<p>Для приготовления консервов и фарширования.</p>
<p>СОМ</p> 	<p>сом</p>	<p>Мясо жирное, белое, малокостистое, сладковатого вкуса.</p>	<p>Для жарки, варки, приготовления консервов.</p>

Спасибо за внимание

