

Технический Университет Молдовы

Факультет технологии и менеджмента пищевой промышленности

Кафедра технологии и организации общественного питания.

## Курсовая работа

по дисциплине «Технология производства продуктов общественного питания»

на тему : **АССОРТИМЕНТ ВТОРЫХ ГОРЯЧИХ БЛЮД ИЗ РЫБЫ**

Приготовила

Проверила

ст-т гр ТАР-093  
Березов Андрей  
dr.,conf.inter  
Cristina Popovici

Кишинев 2012

## **Цель:** проанализировать технологию приготовления ВТОРЫХ ГОРЯЧИХ БЛЮД ИЗ РЫБЫ

### **Задачи курсовой работы:**

1. Подобрать ассортимент вторых горячих блюд из рыбы: 10 классических и 10 современных;
2. Анализ и характеристика основного и вспомогательного сырья входящего в состав блюд;
3. Анализ технологии приготовления выбранной группы блюд: первичная и тепловая обработка;
4. Анализ физико-химических изменений;
5. Анализ способов современной подачи вторых горячих блюд из рыбы
6. Анализ условий и режимов хранения данных видов блюд;



# Рыба

Рыба — высокопитательный пищевой продукт, не уступающий лучшим сортам мяса домашних животных. Она содержит важнейшие необходимые человеку питательные вещества: большое количество белков, легкоусвояемый жир, много витаминов А и Д, значительное количество витаминов комплекса В, минеральных веществ и микроэлементов, особенно калия, фосфора, йода. Съедая, например, 100 г трескового филе, человек покрывает суточную потребность своего организма в йоде.

Нежность, мягкость рыбы, острота вкусовых и ароматических ощущений, обилие приправ и специй, пряностей, ароматических трав, соусов — все это способствует приготовлению широкого ассортимента вкусных блюд из рыбы.

По способу тепловой обработки различают рыбу припущенную, жареную, тушеную и запеченную.



Наименование	Внешний вид	Используемое сырье
Судак фаршированный (целиком)		<ul style="list-style-type: none"> <li>- судак</li> <li>- хлеб пшеничный</li> <li>- молоко или вода</li> <li>- лук репчатый</li> <li>- маргарин</li> <li>- чеснок</li> <li>- яйца</li> <li>- гарнир</li> <li>- соус</li> </ul>
Рыба, тушенная в томате с овощами		<ul style="list-style-type: none"> <li>- судак</li> <li>- вода или бульон</li> <li>- морковь</li> <li>- петрушка (корень)</li> <li>- томатное пюре</li> <li>- сельдерей (корень)</li> <li>- масло растительное</li> <li>- уксус 3%-ный</li> <li>- сахар</li> <li>- лавровый лист</li> <li>- гарнир</li> </ul>
Рыба в тесте жареная		<ul style="list-style-type: none"> <li>- судак</li> <li>- масло растительное</li> <li>- молоко или вода</li> <li>- мука пшеничная</li> <li>- яйца</li> <li>- кулинарный жир</li> <li>- кислота лимонная</li> <li>- петрушка (зелень)</li> <li>- соус</li> <li>- лимон</li> </ul>

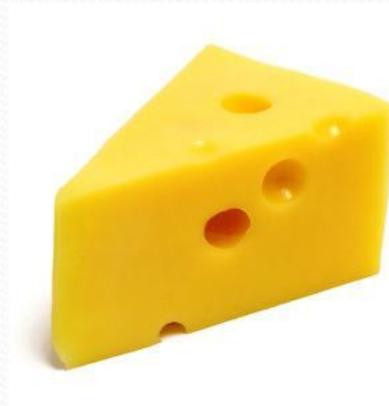
# Современные вторые горячие блюда из рыбы

Наименование	Внешний вид	Используемое сырье
Шашлык из жереха	 A white plate featuring several skewers of grilled salmon, interspersed with green bell peppers, onions, and tomatoes. The skewers are served over a bed of white rice, garnished with fresh herbs and a slice of lemon.	<ul style="list-style-type: none"><li>- жерех</li><li>- перец сладкий</li><li>- вино белое сухое</li><li>- масло растительное</li><li>- пряности</li><li>- гарнир</li><li>- лук репчатый</li><li>- перец черный молотый</li><li>- тмин</li><li>- шалфей</li></ul>
Спаржа с филе форели	 A white plate with a piece of pan-seared trout fillet, two stalks of asparagus, and a cherry tomato. The dish is drizzled with a light-colored sauce and garnished with a lime wedge and fresh herbs.	<ul style="list-style-type: none"><li>- форель</li><li>- белая спаржа</li><li>- сливочное масло</li><li>- оливковое масло</li><li>- молотый миндаль</li><li>- сок лимона</li></ul>
Соте из трески	 A white plate with a piece of pan-seared cod fillet, topped with a tomato-based sauce, fresh green herbs, and a slice of lemon.	<ul style="list-style-type: none"><li>- треска</li><li>- чеснок</li><li>- лук репчатый</li><li>- сыр тертый</li><li>- томатный соус</li><li>- масло растительное</li><li>- зелень петрушки</li></ul>

# Ассортимент сырья

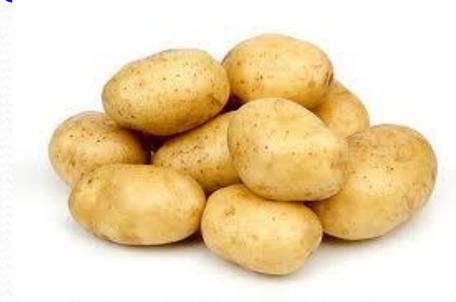
## ● Основное сырье:

- - рыба
- - сливочное масло
- - шампиньоны
- - сыр
- - томатное пюре
- - спаржа белая
- - МОЛОКО

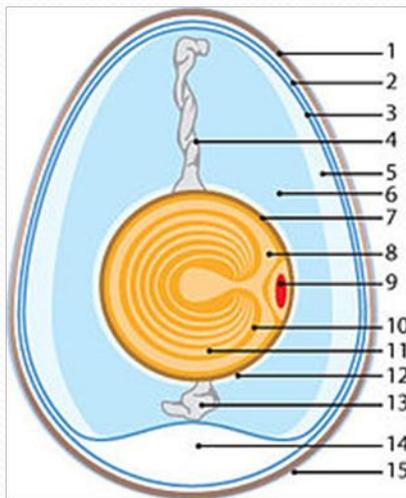


## ● Вспомогательное сырье:

- кулинарный жир
- - картофель
- - белое сухое вино
- - яйца
- - мука пшеничная
- - луковые овощи
- - масло растительное



# Морфологический состав сырья

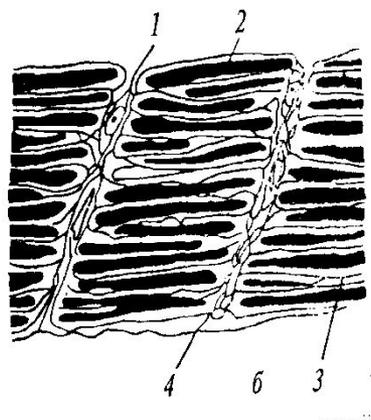
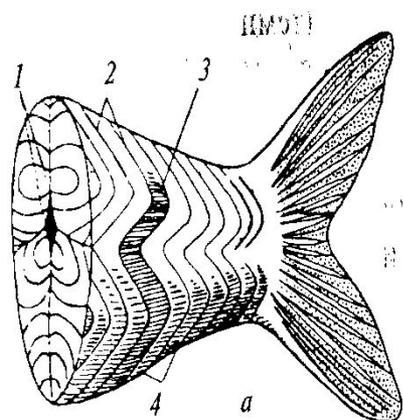


## ● Рис 1 Строение яйца

- 1. Скорлупа
- 2, 3. Подскорлуповая оболочка
- 4, 13. Канатик (халазы)
- 5, 6, 12. Белок (разный по консистенции)
- 7. Желточная оболочка
- 8, 10, 11. Желток
- 9. Зародышевый диск
- 14. Воздушная камера (пуга)
- 15. Кутикула

## ● Рис. 1 Строение мышц рыбы:

- а — поперечный разрез: 1 — продольные септы;
- 2 — поперечные септы (миосепты); 3 — мышечные волокна (направление их показано штрихами); 4 — миотомы; б — продольный разрез: 1 — поперечная септа; 2 — мышечное волокно; 3 — перимизий; 4 — кровеносные и лимфатические сосуды.



# Условия и сроки хранения сырья

## Рыба охлажденная.

Упаковывают охлажденную рыбу в деревянные ящики, сухотарные бочки, ящики из полимерных материалов со льдом. Массовая доля льда должна быть не менее 50% по отношению к массе рыбы.

Хранят охлажденную рыбу при температуре от  $-1$  до  $-5^{\circ}\text{C}$  и относительной влажности воздуха 95—98%. Срок хранения крупной рыбы — 10—12 сут., мелкой — 7—9 сут. В магазинах срок реализации охлажденной рыбы не должен превышать 1—2 сут.

## Рыба мороженая.

- Упаковывают мороженую рыбу в деревянные или картонные ящики вместимостью до 40 кг. Ящики деревянные выстилают упаковочной бумагой. Рыбу укладывают по рядам, а блоки перестилуют плотной бумагой. Допускается также упаковка в корзины вместимостью до 60 кг, плетеные короба (до 30 кг) и сухотарные бочки. Более крупные рыбы упаковываются в тюки, которые обертывают рогожами или хлопчатобумажной тканью и обвязывают.
- В магазинах мороженую рыбу хранят в той таре, в которой она поступила от поставщика: при отсутствии холода — 1 сут., при температуре около  $0^{\circ}\text{C}$  — 3 сут., при температуре  $-5^{\circ}\text{C}$  — 14 сут.

## 2) Масло растительное

- Упаковывают растительные масла в ящики. Выпускают их расфасованными и нерасфасованными.
- Рафинированные дезодорированные масла для розничной торговли выпускают только в расфасованном виде, в стеклянных бутылках емкостью 500, 400, 250 г, а также в бутылках из окрашенных полимерных материалов от 400 г и более. Бутылки с маслом должны быть герметично укупорены.
- Бутылки с маслом помещают в дощатые гнездовые ящики или в тару из полимерных материалов. Допускается упаковка бутылок из полимерных материалов в картонные ящики, а для местных перевозок — в металлические открытые ящики. На ящики также наносится соответствующая маркировка.
- Хранят расфасованное в бутылки растительное масло в темных помещениях при температуре не выше  $18^{\circ}\text{C}$  и относительной влажности воздуха 85% не более 4 мес.

# Первичная обработка сырья

- Задачами первичной обработки продуктов являются:
- 1) оттаивание мороженных продуктов;
- 2) освобождение продуктов от загрязнений и несъедобных частей;
- 3) удаление из продуктов частей, имеющих пониженную пищевую ценность;
- 4) придание продукту размеров, формы и состояния, соответствующих виду кулинарного изделия, для изготовления которого продукт предназначается;
- 5) применение воздействий, обеспечивающих ускорение последующей тепловой обработки продукта.
- Продукты подвергшиеся первичной обработке: рыба, яйца,

Наименование блюда	Наименование первичной обработки
Минтай, запеченный со свеклой	Рыба-оттаивание (мороженой рыбы), очистка, потрошение, разделка и приготовление полуфабрикатов. . У лука-порея удаляют корешок, пожелтевшие и загнившие листья, затем отрезают зелень. Оставшуюся часть разрезают вдоль и промывают. Зелень лука-порея перебирают, нарезают соломкой. Белую часть нарезают соломкой или дольками.
Котлеты из осетрины	У некоторых грибов — маслят, шампиньонов и др. — снимают кожицу со шляпок. После этого грибы опускают на 30 мин в холодную воду, а затем промывают, меняют воду 3—4 раза. Чтобы предохранить шампиньоны от потемнения их после зачистки кладут в подкисленную лимонной кислотой воду.
Спаржа с филе форели	Спаржу перебирают, очищают от кожицы так, чтобы не сломать головки, промывают в холодной воде и связывают в пучки. Стебли в каждом пучке должны быть одинаковой толщины и длины. Для этого выступающие нижние концы стеблей обрезают.
Салака, фаршированная хреном	Рыба-оттаивание (мороженой рыбы), очистка, потрошение, разделка и приготовление полуфабрикатов. .

## Форма нарезки луковых овощей

Форма нарезки	Примерные размеры, см	Способ тепловой обработки	Кулинарное использование
Соломка	Длина 4,0-5,0 Поперечное сечение 0,2-0,3 x 0,2-0,3	Пассерование	Для заправочных супов (кроме борща флотского, супов с крупами), солянок, соуса лукового, бефстроганов
Кубики	С ребром 0,2-0,4	Пассерование	Для щей суточных, супов с крупами, соуса лукового с корнишонами, фаршей
Дольки	Длина различная, высота более 3,5	Пассерование	К тушеным блюдам

<b>Вид тепловой обработки</b>		<b>Полуфабрикаты</b>	<b>Кулинарное назначение</b>
Варка	Основной способ	Картофель (кубиками)	Гарнир
		Свекла	Запекание
			Фаршировка
		Яйца	Руллет из рыбы
		Рыба	Подача пол соусом сациви
		Рис	Гарнир
		Виноград	Запекание с рыбой
		Спаржа	Запекание с рыбным филе
	Грибы	Для соуса	
	Припускание	Рыба без костей	До состояния готовности (Рыба по-русски; рыба, припущенная под соусом белое вино)
		Фаршированная рыба	До состояния готовности (судак фаршированный)
Морковь и петрушка (брусочками)		Для соуса	
Жаренье	Во фритюре	Рыба	До состояния готовности (Рыба, запеченная с яйцом)

Отходы — вещества (или смеси веществ), признанные непригодными для дальнейшего использования в рамках имеющихся технологий, или после бытового использования продукции.

№	Наименование сырья	Процент (%) отхода
1	рыба, используемая целиком	14 – 20 %, при удалении головы – еще 15 %
2	рыба, используемая непластованная	17 – 45
3	рыба на филе с кожей и реберными костями	27 – 50
4	рыба на филе с кожей без реберных костей	40 – 52
5	рыба на филе без кожи и реберных костей (чистое филе)	50 – 58
6	Грибы	24
7	Луковые овощи	16 – 24
8	Картофель	20-40
9	Спаржа	27

## Рыба по-русски



№	Наименование продукта	Масса брутто, г	Масса нетто, г
1	Осетр	311	154
2	Масса припущенной рыбы	-	125
3	Морковь	10	8
4	Лук репчатый	5	4
5	Петрушка (корень)	9	7
6	Огурцы соленые	15	9/8
7	Шампиньоны свежие	18	14/10
8	Каперсы	10	5
9	Маслины	15	10
10	Соус – томатный	-	75
11	Масса соуса с наполнителем	-	100
12	Гарнир – картофель отварной	-	150
13	Лимон	8	7
	Выход	-	382

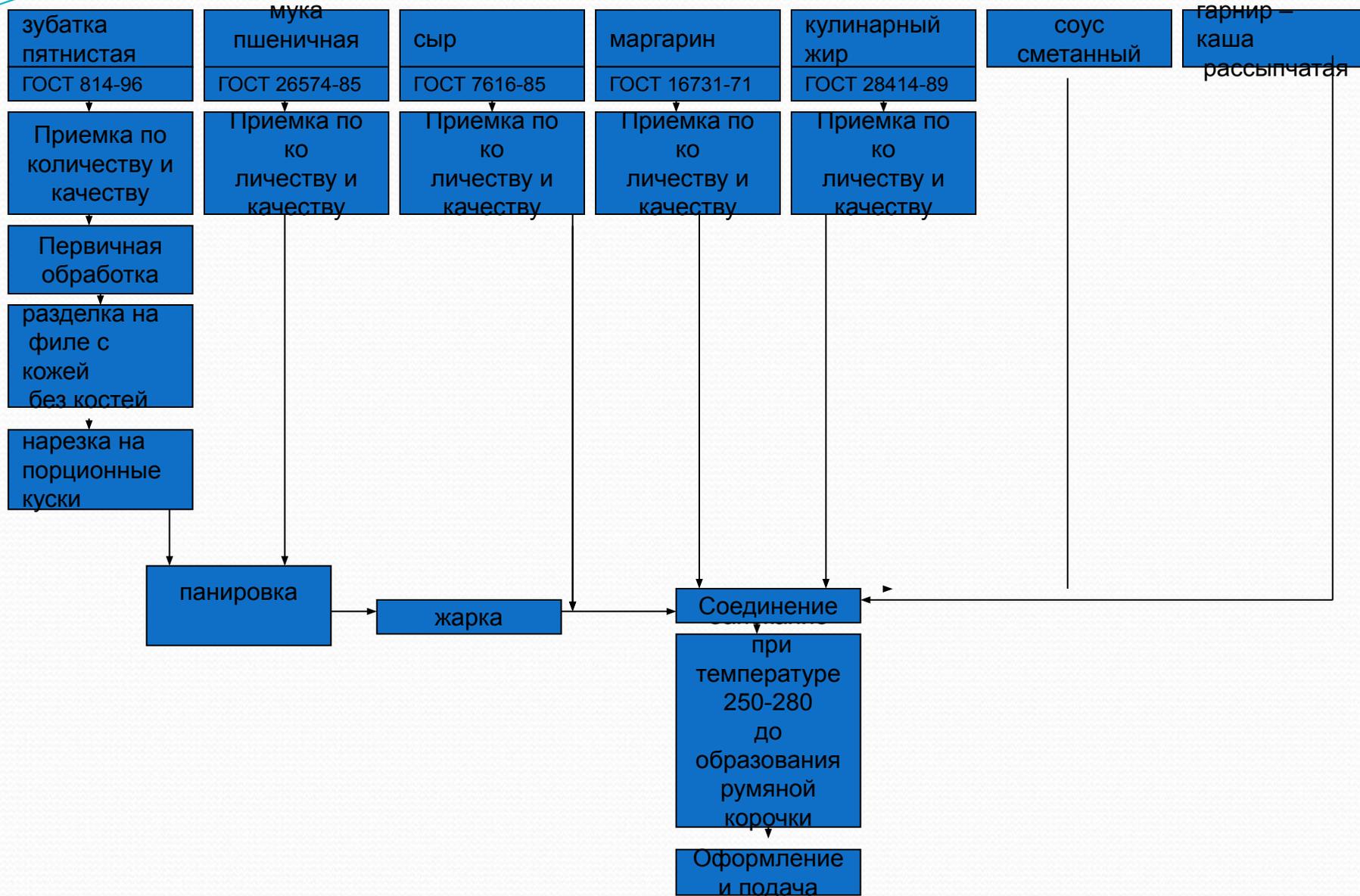
Т

### Технология приготовления

Порционные куски рыбы с кожей без костей припускают. Приготовливают гарнир для соуса. Морковь и петрушку нарезают мелкими брусочками и припускают. Грибы отваривают и нарезают ломтиками. Огурцы соленые очищают от кожицы, удаляют семена, нарезают ломтиками и припускают. Лук режут полукольцами и ошпаривают, каперсы отжимают от рассола, у маслин удаляют косточки. Подготовленные продукты смешивают, кладут в томатный соус и доводят до кипения. Вместо маслин можно использовать оливки.

При отпуске рыбу поливают соусом, сверху кладут ломтик лимона, гарнируют.

# Технологическая схема



# Современные методы подачи блюд



**Рыба с грибами,  
запеченная по-московски**



**Судак со щавелем**



**Карп по-чешски**



“Пусть пища будет твоим  
лекарством”.  
Гиппократ

## Вывод

- В данной курсовой работе я рассмотрел классические и современные вторые горячие блюда из рыбы, а именно: запеченная рыба, припущенная рыба, жареная рыба, а также блюда из котлетной рыбной массы. Кроме того, я рассмотрел основное сырье, необходимое для приготовления данных блюд. К моменту завершения работы я убедился, что рыба, действительно, не только вкусная, но и весьма полезная. Однако, занимаясь приготовлением блюд из рыбы, всегда следует помнить некоторые детали:
- 
- не следует использовать мясо некоторых рыб (скумбрии, тунца, сайры) при изготовлении блюд для детей и подростков, так как в мясе этих рыб содержится повышенное количество гистидина, превращающегося при длительном хранении в гистамин, который в больших количествах весьма вреден;
- при использовании рыбы с темным мясом лучше готовить котлетную массу;
- не следует хранить рыбу после размораживания;
- пищевую ценность рыбы можно повысить гарнирами и соусами; в качестве гарнира используют обычно отварной или жареный картофель, содержащий много углеводов, которых в рыбе нет;
- многие соусы к рыбным блюдам, содержащие значительное количество жиров, подают к тощей рыбе;
- подбирать к блюдам из рыбы соусы, имеющие ярко выраженный аромат и вкус (чесночный, томатный, русский), так как рыба обладает специфическим запахом; по этой же причине отваривать рыбу следует с большим количеством пряностей, а подавать рыбу следует с лимоном;
- следить за тем, чтобы в процессе приготовления рыба сохраняла свою форму;
- 
- Все эти тонкости обязательно следует учитывать при изготовлении вторых горячих блюд из рыбы для получения оптимального качества и вкуса, способных удивить даже самого искушенного гурмана.
- 
-



Спасибо за внимание