

## ПАМЯТКА СТУДЕНТУ

по выполнению и оформлению заданий,  
предложенных для дистанционного обучения

**Дисциплина:** МДК 07.01 Выполнение работ по профессии 16675 Повар.

**Группа:** ПКД 4/2

**Преподаватель:** Бароненко Ольга Владимировна

**Тип занятия: лекция №2**

### Инструкция по осуществлению обратной связи:

1. Студент должен изучить предложенный материал и выполнить все задания по учебной дисциплине в соответствии с планом выполнения в срок, согласно следующей дате в расписании занятий (или указанной даты в задании).
2. Отчет о выполненном задании отправляется в виде фото выполненной работы или в файловом документе.
3. Название файла должно содержать следующую информацию: индекс группы, ФИО студента, № занятия.  
Например: **ПКД 4/2 Иванов И.И. Лекция №1**
4. Консультации и отправка выполненного домашнего задания осуществляются по электронному адресу: [olga.baronenko@yandex.ru](mailto:olga.baronenko@yandex.ru)

### Алгоритм работы над материалом:

План ознакомления и выполнения заданий по усвоению  
теоретического материала:

№ п/п	Алгоритм работы над материалом	Источник материала задания	Вид работы
	Ознакомьтесь с планом изучения темы и структурой хода занятия	Лекционный материал	устно
	Изучите теоретический материал лекции (вопросы плана 1- 5)	Лекционный материал	устно
	Составьте тезисный конспект по плану лекции (вопросы 1-5), используя лекционный материал	Лекционный материал	письменно
	Дайте ответы на контрольные вопросы (у себя в конспекте)	Лекционный материал	письменно

### Тема : Обработка рыбы с костным скелетом, приготовление полуфабрикатов из рыбной котлетной массы

**Цель:** Сформировать у учащихся знания о обработке рыбы. Изучить правила, последовательность, технику обработки и приготовления полуфабрикатов из рыбной котлетной массы.

#### План

1. Значение рыбы в питании.
2. Обработка рыбы с костным скелетом.
3. Приготовление рыбной котлетной массы:
4. Правила безопасности и санитарии.

### I. Лекционный материал

#### 1. Значение рыбы в питании

Рыба — это ценный пищевой продукт, богатый полноценными белками, которые легко усваиваются организмом (на 93-98%). Она содержит жиры, богатые полиненасыщенными жирными кислотами (Омега-3, Омега-6), витамины (А, D, E, группы В), а также минеральные вещества: фосфор, кальций, калий, магний, железо, цинк и йод (особенно морская).

Рыба с костным скелетом составляет основную массу используемой в кулинарии рыбы. К ней относятся:

- **Речная:** карп, сазан, лещ, судак, щука, сом, форель и др.
- **Морская:** треска, пикша, камбала, палтус, морской окунь, ставрида, тунец и др.

Правильная обработка рыбы — залог получения качественных, безопасных и вкусных блюд.

#### 2. Обработка рыбы с костным скелетом

Механическая кулинарная обработка — это процесс, в результате которого из рыбы-сырца получают полуфабрикаты, готовые к тепловой обработке.

##### **Основные этапы обработки:**

1. **Оттаивание** (для мороженой рыбы). Проводят в холодной воде (для мелкой) или на воздухе (для крупной) при температуре не выше +4...+5°C для сохранения питательных веществ.
2. **Очистка от чешуи.** Выполняют с помощью ножа-скребка или механической чешуеочистительной машины. Движения должны быть от хвоста к голове.
3. **Удаление плавников.** Используют нож или специальный вращающийся диск. Колючие плавники (у окуня, судака) предварительно надрезают с двух сторон.
4. **Потрошение.** Разрезают брюшко от головы до анального отверстия и удаляют внутренности. Важно не раздавить желчный пузырь! Если это произошло, место немедленно натирают солью и промывают.
5. **Удаление головы.** Голову отрубают по контуру жаберных крышек. У некоторых рыб (судак, сазан) голову оставляют для приготовления бульонов или фарширования.

6. **Промывание.** Тщательно промывают в проточной холодной воде для удаления слизи, сгустков крови и остатков внутренностей.
7. **Пластование и разделка на полуфабрикаты.**

*Особенности обработки некоторых видов рыб:* у наваги кожу не снимают, а делают поперечный надрез у головы и, придерживая кожу полотенцем, снимают ее «чулком». Камбалу очищают от кожи с темной стороны. Линя, налима перед очисткой ошпаривают для удаления слизи.

**Требования к качеству и сроки хранения:** Полуфабрикаты должны быть хорошо промыты, без чешуи, слизи, внутренностей. Поверхность — упругая, естественного цвета. Срок хранения при  $t 0...+4^{\circ}\text{C}$ : порционные полуфабрикаты — 12 часов; рыбная котлетная масса — 6 часов.

### **3. Приготовление рыбной котлетной массы**

Котлетная масса — это измельченная мякоть рыбы, смешанная с дополнительными компонентами (хлеб, молоко, лук, жир) для придания сочности, пластичности и нежности.

#### **Сырье и его подготовка:**

*Основное сырье:* филе рыбы без кожи и костей. Используют рыбу с небольшим количеством костей: треска, судак, щука, морской окунь, сазан. Хлеб (пшеничный, 1-го или высшего сорта). Замачивают в молоке или воде. Лук репчатый очищают и мелко нарезают или пассеруют. Жир (сливочное масло, маргарин, шпик) — для повышения сочности. Соль, перец.

#### *Технологический процесс:*

1. **Подготовка филе.** Филе без кожи и костей нарезают на куски.
2. **Измельчение.** Рыбу и замоченный (отжатый) хлеб пропускают через мясорубку 2-3 раза. Важно: мясорубка должна быть с частой решеткой для тонкого измельчения.
3. **Вымешивание и соединение с компонентами.** В измельченную массу добавляют соль, перец, пассерованный или сырой лук, молоко (или воду), размягченное сливочное масло. Массу тщательно выбивают — интенсивно перемешивают в течение нескольких минут до получения однородной, пышной и липкой массы.

#### **Ассортимент полуфабрикатов из котлетной массы:**

- **Котлеты.** Овальная форма с одним заостренным концом.
- **Биточки.** Круглая, сплюснутая форма.
- **Тефтели.** Шарики, часто панированные в муке.

- **Зразы.** Лепешка из массы, в которую заворачивают начинку (например, вареное яйцо с луком), панируют в сухарях.
- **Рулет.** Массу раскладывают на влажную салфетку слоем 1,5-2 см, посередине размещают начинку, соединяют края и выпекают или варят на пару.

#### **Требования к качеству, дефекты и сроки хранения:**

- **Качественная масса:** однородная, без отдельных кусочков рыбы и темных пятен, хорошо держит форму, пышная.
- **Консистенция:** нежная, мягкая.
- **Вкус и запах:** свойственные свежей рыбе и добавленным компонентам, без посторонних привкусов.

#### **Возможные дефекты и их причины:**

- **Масса расслаивается, крошится** — недостаточно выбита, мало хлеба или жидкости.
- **Масса плотная, резинистая** — слишком много хлеба, перекручена на грубой решетке.
- **Серый цвет** — использована темная мякоть или неочищенная рыба.
- **Готовые изделия жесткие** — недостаточно жира или жидкости в массе.

**Срок хранения:** При  $t 0...+4^{\circ}\text{C}$  — не более 6 часов.

## **4. Правила безопасности и санитарии**

- Работать только в специальной санитарной одежде.
- Использовать разделочные доски и ножи с маркировкой «РС» (рыба сырая).
- Строго соблюдать правила эксплуатации механического оборудования (мясорубки, рыбоочистительной машины).
- Следить за остротой ножей. Передавать их только ручкой вперед.
- Сразу убирать отходы, промывать и дезинфицировать инструмент и рабочие поверхности.
- Соблюдать установленные сроки хранения полуфабрикатов.

## **II. Закрепление изученного материала**

### **Контрольные вопросы:**

1. Перечислите последовательность этапов механической обработки рыбы с костным скелетом.
2. Какие схемы пластования рыбы вы знаете?
3. Опишите технологию приготовления рыбной котлетной массы.
4. Какие дефекты могут возникнуть в котлетной массе и как их избежать?

5. Назовите ассортимент полуфабрикатов из рыбной котлетной массы.