23.11 МДК 07.01 2курс ПиК

Лабораторная работа

Тема: Технологический процесс приготовления «Рыба отварная»

**Цель занятия**:

1.Выработать практические навыки по приготовлению отварной рыбы.

2.Научить расчету и экономному расходованию сырья, бережному отношению к оборудованию, соблюдению безопасных приемов труда и санитарных требований, умению анализировать ошибки и определять пути их устранения.

3.Развить эстетический вкус при оформлении и подаче отварной рыбы.

**Задания**

1. Приготовить и оформить для подачи блюдо: отварная рыба с польским соусом.
2. Продегустировать блюдо и дать органолептическую оценку качества.
3. Оформить отчет.

**Материально-техническое оснащение**

*Оборудование:* электрическая секционная плита, холодильник, производственные столы.

*Инвентарь, инструменты, посуда:* кастрюли вместимостью 0,5,1, 2 л, сотейники, сковорода, поварские ножи и разделочные доски с маркировкой «ОС», «РС», «ОВ», «РВ», терка, шумовка разливательная и соусная ложки, лопатки, соусник, тарелки, щипцы для рыбы

Сырье: тушки рыбы, картофель, морковь, репчатый лук, белые коренья, зелень, специи.

**Техника безопасности: При работе с горячей посудой и жидкостью**

1. Наполняя кастрюлю жидкостью, не доливать её до края.
2. Уменьшать нагрев, когда жидкость закипит.
3. Снимая крышку с горячей посуды, приподнимать её на себя.
4. Засыпать в кипящую жидкость крупу и другие продукты осторожно.
5. Класть продукты на сковороду с горячим жиром аккуратно от себя, чтобы жир не разбрызгивался.
6. Снимая горячую посуду с плиты, пользоваться прихватками, а если сковорода без ручки, то сковородником.
7. Не использовать посуду с прогнувшимся дном и сломанными ручками.
8. Пользоваться правильными приёмами работы с ножом.
9. Передавать нож, вилку только ручкой вперёд.
10. Проталкивать пестиком продукт при работе с мясорубкой.

**Правила техники безопасности при работе с электрическими плитами**

1. Перед началом работы проверяют санитарное состояние жарочной поверхности плиты, надёжность заземления, исправность переключателей. Конфорки должны иметь гладкую поверхность без трещин.
2. Наплитную посуду заполняют жидкостью не более чем на 80% её объёма.
3. Вначале включают общее пусковое устройство, затем конфорки.
4. Запрещается оставлять незагруженную конфорку в режиме полного нагрева, так как это способствует её быстрому перегоранию.
5. После окончания работы плиту отключают от сети. После остывания её очищают, моют, просушивают.
6. Запрещается оставлять плиту включённой.

**Последовательность технологических операций для приготовления**

**отварной рыбы с польским соусом**

1. Организация рабочего места.

Разместить на производственном столе необходимые кухонную посуду, инвентарь, инструменты и продукты.

1. Подготовка продуктов.

Рыбу разделывают на порционные куски с кожей и реберными костями.

Овощи обрабатывают, нарезая морковь, лук, картофель в виде бочонков. Варят яйца для польского соуса, очищают их и мелко нарезают ломтиками.

1. Тепловая обработка продуктов.

Варят картофель для гарнира.

Для варки рыбы порционные куски рыбы укладывают в сотейник кожей вверх, заливают горячей водой, кладут нарезанные морковь, лук, соль, перец.

1. Приготовление польского соуса. В разогретое сливочное масло кладут яйца, нарезанную зелень петрушки, соль, добавляют лимонный сок
2. Оформление блюда для подачи.

Куски отварной рыбы укладывают кожей вверх на подогретую тарелку, сбоку или вокруг кладут гарнир – отварной картофель обточенный бочонками или целыми клубнями; картофель поливают сливочным маслом, украшают зеленью петрушки. В соуснике – соус польский.

1. Дегустация блюда и оценка вкусового качества.
2. Оформление отчета.

**Требования к качеству**

Рыба должна быть проварена, но полностью сохранять свою форму. Цвет, вкус и запах должны соответствовать данному виду рыбы и используемым при варке кореньям и специям. Гарнир - отварной картофель в форме бочонков или целыми средними по размеру клубнями уложен рядом с рыбой, полит маслом и посыпан зеленью. Соус подают отдельно в соуснике или поливают им рыбу.

**Сроки хранения**

Отварную рыбу до отпуска хранят на мармите в бульоне при температуре 60 ...70 °С, реализуют в течение 30 мин.

**Отчет:**

1. Установить время варки рыбы.
2. Рассчитать количество продуктов (брутто), необходимых для приготовления 3 порций отварной рыбы с соусом польским.
3. Составить технологическую схему рыбы отварной.
4. Рассчитать количество продуктов (брутто) для приготовления 3 порций рыбы отварной с польским соусом.

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА**

**Наименование блюда: «Рыба отварная»**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Масса брутто,г  На 1 порцию | Масса нетто г, на 1 порцию | Масса брутто г,  На 3 порции | Масса нетто г, на 3 порции |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| Выход |  | \* |  |  |

**Технология приготовления блюда (Рыба отварная)**

Рыбу, разделанную на филе с кожей и реберными костями, нарезают порционными кусками. На поверхности кожи каждого куска делают два-три надреза, чтобы при варке куски рыбы не деформировались при тепловой обработке. Затем их укладывают в один ряд в посуду кожей вверх, заливают горячей водой, уровень которой должен быть на

3-5см выше поверхности рыбы, добавляют лук репчатый, морковь, петрушку, лавровый лист, перец черный горошком, соль. Когда жидкость закипит, удаляют пену и варят рыбу до готовности без кипения при температуре 85 - 90°С в течение 5 - 10 мин. С поверхности рыбы снимают свернувшиеся белки. Готовность определяют по внешнему виду, проколом в самой толстой части рыбы

**Подача**

На подогретое блюдо или столовую порционную тарелку кладут гарнир в виде отварного картофеля, сбоку рыбу кожей вверх, гарнир поливают сливочным маслом, посыпают мелко нарезанной зеленью, отдельно в соуснике подают соус польский.

**Температура подачи:** 65°С

**Сроки реализации и хранения**: хранят на мармите в бульоне, реализуют в течение

30-40минут

**Требования к качеству**

**Внешний вид:** Соответствует, виду рыбы. Порционный кусок правильной разделки с насечками на коже, без деформации, поверхность не заветренная.

**Консистенция:** Мягкая, сочная, не дряблая, сохранившая форму

**Цвет:** соответствует данному виду рыбы

**Вкус:**Свойственный виду используемой доброкачественной рыбе, в меру солёный, без посторонних привкусов

Запах: соответствует данному виду рыбы, с ароматом кореньев и специй

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА**

Наименование блюда**: Соус «Польский»**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Масса брутто,г | Масса нетто,г | Масса брутто,г  на 3порции | Масса нетто,г  на 3 порции |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| Выход |  | 1000 |  |  |

Технология приготовления блюда (Соус польский)

Яйца варят вкрутую (с момента закипания 10 мин), охлаждают, отчищают, мелко измельчают, зелень петрушки или укропа мелко нарезают, муку пассеруют на масле разводят горячим бульоном, добавляют растопленное сливочное масло, соединяют с подготовленными яйцами и зеленью, добавляют лимонный сок, соль.

Соус размешивают, прогревают до температуры не выше 700С.

**Подача**

Подают в соуснике на пирожковой тарелке, оформленной гофрированной салфеткой, к отварной не жирной рыбе, к отварной цветной, белокочанной капусте( можно подать вместе с блюдом, полив его сверху)

**Температура подачи** – 70°С

**Сроки реализации и хранения** –хранят на водяной бане при температуре 70°С, реализуют в течение 2 часов

**Требования к качеству**

**Внешний вид:**растопленное сливочное масло с кусочками рубленого яйца и зелени петрушки

**Консистенция:** полужидкая

**Цвет:** желтый

**Вкус, запах:**сливочного масла с ароматом петрушки и вареного яйца