

Тема 4. Технологія приготування страв з риби та морепродуктів

Урок 2. Технологія приготування страв з смаженої риби складного приготування. Відпуск, вимоги до якості.

План

1. Правила смаження риби
2. Смаження риби – гриль (на решітці)

1. Смажать рибу з невеликою кількістю жиру, у фритюрі, на рожні і на решітці цілою, порційними шматками, філе, частинками і у вигляді виробів з котлетної маси. Для смаження використовують олію, рослинне сало, кулінарний жир. Перед подаванням смажену рибу поливають розтопленим вершковим маслом, маргарином або кладуть на неї шматочок охолодженого масла. Соус подають окремо.

Як гарнір, зазвичай використовують смажену картоплю зі свіжими овочами (помідорами, кабачками), соліннями, скибочками лимона, гілочками зелені петрушки, селери.

У невеликих кількостях рибу смажать на сковородах і листах. Для цього шматки риби безпосередньо перед смаженням посипають сіллю, чорним перцем, панірують у борошні і кладуть шкірою донизу на сковороду з жиром розігрітим до 160*С. Обсмажені з обох боків шматки риби ставлять на 5хв у жарову шафу, розігріту до 250*С, для до смаження.

Риба смажена з зеленим маслом (кольбер). Для цієї страви використовують судака або рибу осетрових порід. Можна надати форму вісімки або бантика.

Рибу розібрати на чисте філе, нарізати у вигляді стрічки 4-5см завширшки, 1см завтовшки, 15-20см завдовжки. Злегка відбити, посолити, поперчити, обкачати в борошні, льє зоні і білій паніровці. Напівфабрикат загорнути з двох боків, надати форму вісімки, сколоти шпажкою.

Для н/ф у вигляді бантика, чисте філе нарізати на порційні шматки прямокутної або ромбічної форми, в середині зробити розріз і вивернути так, щоб утворився бантик, посолити і панірувати в складній паніровці.

Підготовлений н/ф покласти в розігрітий жир до 180*С, смажити 5-10хв до утворення на поверхні золотистої шкірочки. Потім вийняти, дати стекти жиру, покласти на сковорідку і довести до готовності в жаровій шафі 5-7хв. Перед відпуском з риби вийняти шпажку.

На прогріте блюдо покласти картоплю фрі, нарізану фігурно, зверху або поруч посмажену рибу, на неї шматочок охолодженого зеленого масла, часточку лимона, зелень петрушки. Окремо до страви подають доповнюючий гарнір: помідори, свіжі огірки, болгарський перець.

Окремо в соуснику подають соус томатний або майонез з корнішонами.

Вимоги до якості: порційні шматки смаженої риби мають форму вісімки або бантика, гарнір охайно викладений, зверху на рибі – шматочки зеленого масла. Смак і запах – притаманний смаженій рибі з присмаком зелені та лимону. Колір шкірочки – золотистий, на розрізі – білий. Консистенція – м'яка, соковита.

Рибу, смажену у фритюрі, смажать розібраною на філе без шкіри і кісток і нарізаною порційними шматками, до яких додають сіль, перець, панірують у борошні, яйці, білій паніровці і смажать близько 5хв у жирі. розігрітому до 180*С, до утворення рум'яної шкірочки, потім виймають з фритюру і ставлять на 5-7хв у жарову шафу. Подають рибу смажену фрї з картоплею, смаженою у фритюрі, або складним гарніром з картоплі, грибів і помідорів. Додатково подають лимон, зелень, а на рибу кладуть шматочок зеленого масла. Соус томатний або майонез із корнішонами подають окремо.

Рибу смажену у тісті, готують з судака, осетра, севрюги, сома, морського окуня. Філе без шкіри і кісток, нарізають брусочками розміром 50*10*10мм, додають сіль, перець, збризкують олією, лимонним соком, додають січену зелень петрушки і маринують протягом 15-20хв. Потім за допомогою кухарської голки кожен шматочок риби занурюють у тісто і кладуть у розігрітий фритюр, у якому смажать близько 5хв, після чого виймають шумівкою, дають жиру стекти, перекладають на суху сковороду або лист в один ряд і витримують у жаровій шафі 5хв при температурі 250*С.

Тісто готують з борошна вищого гатунку, молока, яєць, олії і солі. Борошно і молоко беруть у співвідношенні 1:1, яйця з розрахунку 1шт на кожні 40гр борошна. До молока додають олію, борошно, яєчні жовтки, сіль і замішують тісто. Білки збивають і в кілька прийомів додають до тіста.

Рибу смажену в тісті подають без гарніру. Шматочки риби викладають на тарілку з паперовою серветкою у вигляді піраміди окремо подають томатний соус і лимон.

Риба смажена «Золотий дракон». Розроблену рибу невеликого розміру в цілому вигляді (з головою) розпластувати на філе з шкірою без кісток.

М'якоть філе підрізати вздовж і впоперек у вигляді невеликих кубиків, не перерізаючи шкіри. Рибу посолити поперчити, прорізи посипати подрібненим імбиром. Запанірувати в крохмалі, розведеному водою 1:3, а потім в яєчному білку, збитому в піну. Тримаючи рибу за голову і хвіст, прокрутити рибу в два протилежні напрямки, обсмажити у фритюрі 3-5хв. Вийняти з фритюру, дати стекти жиру і довести до готовності в жаровій шафі.

Соус кисло-солодкий. На сковороді розпустити цукор до легкого потемніння, додати томатне пюре і припустити разом, влити киплячу воду і проварити. Ввести крохмаль, розведений з водою, довести до кипіння, додати вино, посолити. При відпуску рибу покласти на овальне блюдо шкірою донизу, оформити лимоном, вирізаним у вигляді хризантеми або кошика, з петрушкою. Соусом полити рибу, або подати окремо в соуснику.

Стейк з тунця. Рибу розібрати на філе зі шкірою, без кісток, нарізати на порційні шматки, замаринувати: сіллю, перцем, олією, вином, збризнути соком лимона і витримати на холоді 10-15хв. Смажити на розігрітій з жиром сковороді з двох сторін до утворення рум'яної шкірочки, довести до готовності в жаровій шафі.

Подають страву на листках салату, гарнірують лимоном у вигляді кошика з пучком зелені. До страви окремо подають соус голландський.

2. Рибу – гриль (на решітці) готують із лосося, сига, судака, оселедця, палтуса, камбали. На решітках смажать філе без шкіри і кісток, порційні шматки і цілу рибу невеликих розмірів.

В електрогрилях розігрівання решітки здійснюється за допомогою електроенергії, у вогневих грилях – від згоряння вугілля. Тепло передається рибі за допомогою теплопровідності (від металу решітки) і радіаційного випромінювання (від розпечених спіралей або гарячого вугілля).

Решітку просушують, розігрівають і змащують шпиком. Підготовлену рибу обсушують полотняними серветками, додають сіль, перець, змочують розтопленим вершковим маслом, панірують в білій паніровці і кладуть на розігріту решітку. Лосось, свіжий оселедець і сига, не обсушуючи, збризкують лимонним соком, рафінованою олією, посипають сіллю, чорним перцем, подрібненою зеленню петрушки, маринують 10хв, після чого кладуть на розігріту решітку гриля (без паніровки). На готових шматках риби з'являється рум'яна шкірочка з відбитком малюнка решітки. Рибу смажену на решітці, досмажують у жаровій шафі близько 5хв. Подають із смаженою картоплею. Окремо подають лимон, соус томатний або майонез з корнішонами.

На рожні смажать осетра, білугу і севрюгу. Порційні шматки без шкіри і хрящів нанизують на шпажку, збризкують розтопленим вершковим маслом і смажать над деревним вугіллям або в електрогрилі. періодично змащуючи маслом. У процесі смаження шпажку повертають.

Подають рибу на шпажках. Окремо до смаженої риби подають лимон, свіжі помідори, зелену і мариновану ріпчасту цибулю, соус майонез з корнішонами або томатний.

Схема приготування судака з зеленим маслом

<i>Інгредієнти</i>	<i>Спосіб обробки</i>	<i>Обґрунтування</i>
Судак	Розробити на чисте філе	Під час теплової обробки шкіра буде сприяти деформуванню філе
	Нарізати прямокутниками або ромбами. Злегка відбити	Розпушується сполучна тканина. Н/ф набуває потрібної товщини
	Зробити розріз, сформувати бантик	Надається форма н/ф
Сіль, перець, льєзон, біла паніровка	Запанірувати	Паніровка робить рибу соковитою, сприяє утворенню рум'яної шкірочки
Фритюрний жир	Обсмажити при температурі 180*С 5-8хв. Дати стекти жиру	Смаження у фритюрі сприяє утворенню золотистої шкірочки, жир формує аромат смаженої шкірочки
	Поставити в жарову шафу на 5-7хв	При високій температурі на поверхні продукту утворюються повітряні бульбашки жиру. Риба дійшла до готовності, всередині прогрілась до 80*С
Смажена картопля, зелене масло	Відпустити на блюді, на рибу покласти кружальце зеленого масла, прикрасити лимоном, зеленню	Зелене масло розтає на гарячій рибі, просочує її, риба набуває гарного смаку і аромату. Лимон сприяє кращому засвоєнню риби, знімає запах риби в роті. Лимон та зелень вітамінізують страву і надають привабливого вигляду
Соус майонез з корнішонами	Окремо подати соус в соуснику	Страва збагачується ненасиченими жирними кислотами, стає смачна і більш соковита. Соус сприяє кращому засвоєнню риби

Схема приготування риби, смаженої в тісті

<i>Інгредієнти</i>	<i>Спосіб обробки</i>	<i>Обґрунтування</i>
Судак	Розібрати на чисте філе, нарізати брусочками довжиною 6-7см, товщиною 1-1,5см	Н/ф набуває певної форми
Сіль, перець, зелень петрушки, олія, лимонна кислота	Замаринувати рибу, перемішати, поставити на холод на 20-30хв	Під дією кислот білки риби набухають, пришвидшується розклад колагену в сполучній тканині, риба стає смачна і ароматна
Тісто кляр	Шматочки риби занурити в тісто кляр	Риба покривається тістом
Фритюрний жир	Смажити 3-5хв; рибу вийняти шумівкою, дати стекти жиру	Декстринізація крохмалю, карамелізація цукрів сприяє утворенню підсмаженої шкірочки
Риба, петрушка фрі, лимон	Відпустити на блюді з серветкою	Серветка поглинає жир
	Прикрасити гілочками петрушки фрі	Петрушка має приємний запах і смак
	Прикрасити скибочками лимону	Лимон сприяє кращому засвоюванню страви. В роті зникає присмак риби
Соус майонез з корнішонами	Окремо подати соус	Соус надає соковитості страві і сприяє її кращому засвоюванню

Схема приготування риби, смаженої у фритюрі

<i>Інгредієнти</i>	<i>Спосіб обробки</i>	<i>Обґрунтування</i>
Осетр (пласти)	Нарізати під кутом 30*	Збільшується площа риби при смаженні
	Ошпарити протягом 1-2хв	При ошпарюванні риба зменшується в об'ємі, виділяються згустки білка і крові, риба зберігає форму, не відстає паніровка
	Промити холодною водою	Для видалення згустків білка
Сіль, перець	Обсушити. Риба набуває певного смаку	Щоб краще трималась паніровка
Фритюрний жир, 180*С	Обсмажити 5-7хв, вийняти, дати стекти жиру. Довести до готовності в жаровій шафі 5-7хв	В середині риба повинна прогрітися до 80*С. На поверхні риби утворюються маленькі повітряні бульбашки
Риба смажена, картопля фрі, вершкове масло	Подати на блюді, поруч гарнір, рибу полити вершковим маслом	Риба і картопля фрі добре поєднуються за смаком
Зелень петрушки, лимон	Прикрасити скибочками лимона, зеленню петрушки	Зелень і лимон вітамінізують і ароматизують страву
Соус томатний або майонез з корнішонами. Вершкове масло	Соус подати окремо. Полити розтопленим маслом	Для підвищення калорійності і для смаку рибу поливають вершковим маслом