

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ № 278  
ФЕДЕРАЛЬНОЙ СЛУЖБЫ ИСПОЛНЕНИЯ НАКАЗАНИЙ**

**Методическая разработка урока производственного обучения**

**Тема : Приготовление рыбных горячих блюд**

Разработала мастер производственного обучения Тимофеева Мирослава Петровна

**ПЛАН УРОКА**

**Изучаемая тема:** Приготовление рыбных горячих блюд.

**Тема урока:** Рыба, запеченная с луком по-ленинградски

Рыба отварная соус польский

Рыба жареная в тесте

**Цель урока:**

1. **учебная** – научить учащихся правильному выполнению приёмов и операций по приготовлению рыбы запеченной с луком по-ленинградски, рыба жареная в тесте, рыба припущенная соус польский; правильной организации рабочего места; умению пользоваться посудой и инвентарем; научить приёмам тепловой обработки рыбы; доведению до вкуса и до готовности; оформлению и подачи блюда; соблюдению санитарии и т/б; научить учащихся пользоваться сборником рецептур.
2. **воспитательная** – способствовать воспитанию ответственности за выполненную работу, взаимопомощи, самоконтроля, вкуса и вкусовой памяти, культуры общения с посетителями.
3. **развивающая** – способствовать развитию способности направлять своё внимание на выполнение одной какой-то операции и наблюдение за технологическим процессом других операций.

**Материально-техническое оснащение:**

Сырьё: рыба, лук, масло растительное, майонез, бульон, картофель, томат, маргарин, молоко, специи, растительное масло, сливочное масло, яйца, мука, морковь, лимонная кислота.

Инвентарь: доски разделочные «Р.С.» и «О.С.», ножи поварские, лотки,

весы, противни, кастрюли, сковороды, лопаточки поварские, столовая посуда.

Дидактическое оснащение урока: натуральные образцы, технологические карточки, схемы приготовления блюд, схемы первичной обработки, плакаты, сборник рецептур, калькуляционные карточка.

Оборудование: жарочный шкаф, мультимедийная установка, плита производственная электрическая, электрический кипятильник.

**Межпредметные связи:**

Кулинария: «Блюда из рыбы»

Оборудование: «Т/б и правила эксплуатации электрического оборудования»

Товароведение: «Организация рабочего места при обработке рыбы»

Санитария: «Сроки хранения п/ф»

Организация ПОП: «Организация работы горячего цеха»

**Тип урока:** совершенствование и закрепление новых знаний, умений и навыков.

**Методы:**

Обучения – словесный, наглядно-демонстрационный.

Преподавания – объяснение.

Учения – репродуктивный, выполнение упражнений по образцу.

### **ХОД УРОКА**

#### **I. Организационная часть – 5 мин.**

1. Рапорт дежурного:

а) явка учащихся

б) внешний вид

в) выполнение домашнего задания.

#### **II. Вводный инструктаж – 35 мин.**

Метод ведения: личный показ мастером трудовых приемов с элементами беседы.

1. Сообщение темы и цели урока.

2. Повторение теоретических знаний по теме урока (фронтальный опрос):

а) питательная ценность рыбы (минеральные вещества, витамины, белки, жир, йод, азотистые вещества, вода)

б) организация рабочего места при первичной обработке рыбы.

в) схема первичной обработки рыбы:

- как оттаивают рыбу?
- как правильно удалить чешую?
- удаление головы.
- пластование.
- нарезка порционных кусков (под прямым углом).
- сроки хранения целой, разделанной рыбы (24 ч. при  $t\ 0 - 4^{\circ}\text{C}$ ).

г) отработка навыков по первичной обработке рыбы (учащийся производит обработку рыбы).

3. Обратить внимание на возможные ошибки:

а) неправильное расположение ножа при удалении чешуи,

б) правила удаления головы,

в) при пластовании как можно меньше мякоти филе оставлять на позвоночнике,

г) соответствие процента отходов (48 – 49%),

д) правильная организация рабочего места.

#### 4. Способы жарки

##### Правила припускания рыбы

а) техника безопасности при жарке рыбы

б) правила припускания рыбы

в) подвести итог по сообщению.

#### 5. Технология приготовления блюда

«Рыба, жареная с луком по-ленинградски»

«Рыба отварная соус польский»

«Рыба жареная в тесте»

6. Дать задание бригадирам на текущий инструктаж:

I бригада – приготовление Рыба, жареная с луком по-ленинградски»

II бригада-приготовление рыба припущенная соус польский

III бригада -рыба жареная в тесте

7. Использовать технологические карточки и схемы приготовления блюд.

8. Обратить внимание на правила т/б и санитарии

### III. Текущий инструктаж – 5 час.

Метод ведения: Самостоятельная работа учащихся на рабочих местах под наблюдением мастера. Применение целевых и комплексных обходов.

обход – проверить организацию рабочих мест.

обход – проверить правильность подобранного инвентаря, инструментов.

обход – контроль за соблюдением технологического процесса

обход – оказать помощь в порционировании п/ф из рыбы.

обход – проверить правильность нарезки овощей для приготовления блюд.

обход – показать правильность укладывания продуктов, для блюда «Рыба, жареная с луком по-ленинградски», на противень.

обход – контроль за соблюдением технологического процесса приготовления теста «кляр».

обход – проверить степень готовности рыбы .

обход – соблюдением технологического процесса приготовления соуса польского .

обход – подача готовых блюд

обход – бракераж готовых блюд с учащимися;

обход – произвести приемку рабочих мест.

### IV. Заключительный инструктаж – 10 мин.

Объявить о достижении цели урока

Отметить лучшую работу учащихся по качеству блюд, по выполнению отдельных операций.

Обратить внимание на допущенные ошибки, указать на пути их устранения.  
Подвести итоги за день, сообщить оценки.

**V. Домашнее задание.**

1. Повторить тему: «Приготовление рыбных горячих блюд »

### Сборник рецептов № 347

| № | Наименование продуктов | брутто | нетто | Технология приготовления  |
|---|------------------------|--------|-------|---|
| 1 | Треска                 | 116    | 89    | Филе рыбы с кожей и реберными костями нарезают на порционные куски, посыпают солью, перцем, панируют в муке и жарят с обеих сторон, затем доводят до готовности в жарочном шкафу. При отпуске вокруг рыбы кладут нарезанный кружками обжаренный картофель, сверху рыбы укладывают лук, жаренный во фритюре. |
| 2 | мука                   | 5      | 5     |   |
| 3 | Масса рыбы жареной     | -      | 75    |   |
| 4 | Лук                    | 35     | 30    |   |
|   | Лук жареный            | -      | 15    |   |
| 5 | Масло растительное     | 15     | 15    |   |
|   | Выход                  | -      | 90    |   |

Разработала мастер п/о Тимофеева

ФЕДЕРАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ № 278  
ФЕДЕРАЛЬНОЙ СЛУЖБЫ ИСПОЛНЕНИЯ НАКАЗА

### Инструкционная технологическая карта №2 « Рыба припущенная соус польский» Сборник рецептов № 345

| № | Наименование продуктов | брутто | нетто | Технология приготовления  |
|---|------------------------|--------|-------|---|
| 1 | Треска                 | 116    | 89    | Филе рыбы с кожей и реберными костями нарезают на порционные куски, посыпают солью, перцем, припускают.<br>В растопленное сливочное масло кладут мелко нарезанные крутые яйца, зелень петрушки, лимонную кислоту и специи.<br>Подают рыбу с гарниром (отварной картофель, припущенный рис и т. д) или как самостоятельное блюдо |
| 2 | Масло сливочное        | 15     | 15    |   |
| 3 | Масса рыбы припущенной | -      | 75    |   |
| 4 | Петрушка               | 3      | 2     |   |
| 5 | Масло растительное     | 5      | 5     |   |
|   | Яйцо                   | 5      | 5     |   |
|   | Кислота лимонная       | 0.2    | 0.2   |   |
|   | Выход                  | -      | 85    |   |

Разработала мастер п/о Тимофеева

**Инструкционная технологическая карта №3 « Рыба жареная в тесте »**  
**Сборник рецептов № 349**

| № | Наименование продуктов              | брутто | нетто | Технология приготовления   |
|---|-------------------------------------|--------|-------|--|
| 1 | Треска                              | 116    | 89    | <p>Филе без кожи и костей (рыба с костным скелетом) или порционные куски без кожи и хрящей (рыба семейства осетровых) нарезают на кусочки толщиной 1—1,5 см и длиной 5—6 см. Затем рыбу маринуют 20—30 мин в растительном масле, смешанном с кислотой лимонной, солью, перцем черным молотым и мелко нарезанной зеленью петрушки.</p> <p>Просеянную муку разводят теплым молоком или водой с температурой 20—30 °С, размешивают, чтобы не было комков, добавляют немного растительного масла, желтки яиц, соль и оставляют на 10—15 мин для набухания клейковины. Перед жареньем в тесто вводят взбитые белки и размешивают. Подготовленную рыбу при помощи поварской иглы погружают в тесто и жарят в жире (фритюре), нагретом до 180—190 °С.</p> <p>При отпуске рыбу кладут в виде пирамиды, рядом — ломтики лимона.</p> |
| 2 | <a href="#">Кислота лимонная</a>    | 0,2    | 0.2   |  |
| 3 | <a href="#">Масло растительное</a>  | 2      | 2     |  |
| 4 | Петрушка ( <a href="#">зелень</a> ) | 3      | 2     |  |
| 5 | Мука пшеничная                      |        | 30    |  |
|   | <a href="#">Молоко</a> или вода     | 30     | 30    |  |
|   | <a href="#">Масло растительное</a>  | 30     | 30    |  |
|   | <a href="#">Яйца</a>                | 3/4    | 15    |  |
|   | <a href="#">Кулинарный жир</a>      | 15     | 90    |  |
|   | Масса теста                         | 90     | 170   |  |
|   | Масса рыбы в тесте жареной          |        |       |  |

Разработала мастер п\о Тимофеева

## ДОКЛАД

*Тема: «Способы тепловой обработки рыбы»*

**Запекание рыбы** Запекают рыбу в духовке сырой, предварительно припущенной или обжаренной. Тушки рыбы и куски, нарезанные из филе рыбы с кожей без костей или из филе без кожи и без костей. В кулинарной практике существует несколько подходов к запеканию. Во-первых, рыбу можно запечь в духовке целыми тушками, предварительно посолив их, посыпав перцем или полив сметаной, майонезом или их смесью, а также



растопленным маслом. Чтобы рыба получилась сочной и ароматной, ее можно запечь, завернув в слой раскатанного пресного теста или в фольгу. Во-вторых, рыбу запекают в сочетании с различными предварительно приготовленными продуктами, гарнирами и соусами. Если рыба или не рыбные продукты моря запекают небольшими порциями в специальной порционной посуде (кокотницах и кокильницах), то их подают как горячую закуску. Среди продуктов, гарниров и соусов, используемых для запекания рыбы и нерыбных продуктов моря, преобладают жареные овощи (картофель, кабачки, баклажаны, тыква, помидоры и репчатый лук), отварные и жареные грибы, консервированный зеленый горошек, вареные яйца, припущенные соленые огурцы, омлетная масса, сметана, майонез, тушеная капуста, рассыпчатые каши, отварные макаронные изделия и различные соусы – белый, белый с рассолом, томатный, томатный с овощами, сметанный и т.д. Лучше всего запекать рыбу и нерыбные продукты в порционных сковородах, а если их нет, то можно использовать чугунные сковороды или противни. Посуду предварительно смазывают маслом, посыпают сухарями (для предотвращения прилипания изделия), подливают немного соуса, укладывают подготовленную рыбу, сверху – гарнир. Все заливают соусом, посыпают тертым сыром или сухарями, поливают маслом и запекают в духовке. Если рыбу запекают сырой, то соус должен быть жидкой консистенции, а температура запекания – не выше 220 – 225°C. Если же запекают рыбу, предварительно жареную или припущенную, то соус можно взять нормальной консистенции (как жидкая сметана или густые сливки) и запекать блюдо при температуре 250 – 280°C. Продолжительность запекания рыбных блюд обычных блюд обычно составляет 10 – 20 минут, а признаком готовности считают образовавшуюся на поверхности запеченного изделия румяную поджаристую корочку.

**Припусканием рыбы** Рыбу заливают жидкостью на 1/3 его объема и нагревают при закрытой крышке. В этом случае нижняя часть рыбы варится в воде, а верхняя – в атмосфере пара.

Припускают стерлядь, судака, щуку (в том числе и фаршированную), морского окуня, кефаль, треску, угря, сига, камбалу, палтуса, налима, нототению, зубатку.

Подготовленную рыбу укладывают в рыбный котел, снабженный решеткой. Звенья и целую рыбу можно перевязать и прикрепить шпагатом к решетке. Причем звенья кладут кожей вниз, рыбу целую – брюшком вниз, а порционные куски – вниз кожей или той частью, где была кожа. Таким образом, более толстая часть куска будет погружена в воду. Рыбу заливают водой или рыбным бульоном так, чтобы жидкость покрыла ее на 1/3 объема. На 1 кг рыбы берут 300–500 г жидкости: для звеньев и целой рыбы – холодной, а для порционных кусков – горячей. Добавляют белые корни, репчатый лук, специи, лимонную кислоту, отвар от шампиньонов, сливочное масло. Посуду с рыбой плотно закрывают крышкой, нагревают до кипения и припускают при слабом нагреве в течение 10–15 мин (порционные куски) и 25–50 мин (целую, фаршированную рыбу и звенья). В процессе припускания внутренние слои рыбы должны прогреться до температуры не ниже 80°C. Припущенную рыбу вынимают из бульона, который процеживают и используют для приготовления соуса. Целую рыбу укладывают на большое блюдо, гарнируют и украшают, подают

**Жарка рыбы основным способом** – это тепловая обработка продуктов с небольшим количеством жира (5–10 % к массе продукта) при температуре 140–150 °C до образования на поверхности продукта поджаристой корочки. При этом способе в наплитной посуде или специальной электросковороде нагревают жир до температуры 150–190°C, затем кладут подготовленные продукты. Для получения поджаристой корочки со всех сторон рыбу переворачивают. Жарку сырых продуктов производят до полной готовности или до

полуготовности (обжарка) с последующей дополнительной тепловой обработкой. Температурный режим при этом способе можно менять в зависимости от вида продукта. При жарке на открытой поверхности тепло передается от жира к продукту путем теплопередачи. Лучшей посудой для жарки являются чугунные сковороды и жаровни с толщиной пода не менее 5 мм. В них лучше концентрируется тепло, более равномерно распределяется температура, в связи с этим исключается возможность подгорания продукта и прилипания его к жарочной поверхности.

**Жарка рыбы в жарочном шкафу.** Неглубокую посуду (противень, сковороду, кондитерский лист) смазывают жиром и укладывают на неё продукты. Затем посуду ставят в жарочный шкаф с температурой 150–270 °С. Снизу продукт нагревается за счет теплопередачи, а сверху – за счет инфракрасной радиации нагретых стенок шкафа и движения горячего воздуха. Процесс образования поджаристой корочки при этом происходит значительно медленнее, чем при жарке основным способом, в результате продукты прогреваются равномернее. Для получения более румяной корочки и повышения сочности готового изделия в процессе жарки рыбу переворачивают.

**Жарка рыбы в большом количестве жира (во фритюре).** Рыбу полностью погружают в жир, предварительно нагретый до температуры 160–180 °С. При этом происходит образование поджаристой корочки одновременно по всей поверхности продукта. Тепло от нагреваемой среды продукту передается теплопроводностью и частично конвекцией.

Жарку во фритюре производят плавающим и погруженным способами, причем производительность второго способа значительно выше. Жира берут в 4–6 раз больше, чем одновременно загружаемого продукта. Жарят рыбу в глубокой посуде (фритюрнице, электросковороде) в течение 1–5 мин. В процессе жарки температура внутри изделия не достигает 100 °С и часто бывает недостаточной для доведения продукта до полной готовности и уничтожения всех микроорганизмов. Поэтому изделия после обжарки помещают на некоторое время в жарочный шкаф. Иногда рыбу жарят, погружая его в жир наполовину или на 1/3 объема (жарка в полужарке). Некоторые продукты перед жаркой отваривают. Жарка во фритюре широко применяется для доведения до готовности таких продуктов, как картофель, рыба,

**Жарка рыбы на открытом огне.** Рыбу укладывают на металлическую решетку, предварительно смазанную жиром. Стержень или решетку помещают над раскаленными углями или электроспиралями в специальных аппаратах – электрогрилях и жарят. Для равномерного обжаривания решетку переворачивают. Обжаривание происходит за счет лучистого тепла. Источником тепла могут быть древесные угли, кварцевые лампы, беспламенные газовые горелки или электрические спирали.