**Группа-212-Специальность «Технология продукции общественного питания»**

**МДК 0201-«Приготовление сложной холодной кулинарной продукции»**

**Fidorenko90@inbox.ru**

**Основная литература:**

**Г.П.СЕМИЧЕВА «ПРИГОТОВЛЕНИЕ, ОФОРМЛЕНИЕ И ПОДГОТОВКА К РЕАЛИЗАЦИИ ХОЛОДНЫХ БЛЮД, КУЛИНАРНЫХ ИЗДЕЛИЙ, ЗАКУСОК РАЗНООБРАЗНОГО АССОРТИМЕНТА.**

**Дополнительная литература:**

**Интернет-ресурсы.**

**ТЕМА: Ассортимент, пищевая ценность холодных рыбных блюд. Методы приготовления, температурный и санитарный режимы.**

**ЗАДАНИЕ НА ДОМ: КОНСПЕКТ ПО ЗАДАННОЙ ТЕМЕ.**

|  |
| --- |
|  |

Химический состав рыбы не является постоянным и зависит от вида рыбы, возраста, пола, места обитания, времени лова и других факторов. Содержание основных веществ в мясе рыбы составляет (в %): воды -- 52 -- 83, белков-- 12 -- 23, жиров -- 0,2 -- 3,3, минеральных веществ -- 0 5 -- 3. В состав рыбы входят также витамины А, группы В, РР, D, Е.

Белки мяса рыбы в основном полноценные. К ним относятся простые белки (глобулины и альбумины) и сложные (нуклеопротеиды, фосфопротеиды и глюкопротеиды). В их состав входят все незаменимые аминокислоты, которые легко усваиваются и имеют большое значение в жизнедеятельности организма. В состав соединительной ткани входит также неполноценный белок коллаген. При тепловой обработке коллаген переходит в глютин, образуя студень.

Экстрактивные азотистые вещества при варке рыбы легко извлекаются водой и придают бульону специфические вкус и запах, вызывающие аппетит и способствующие лучшему усвоению пищи.

Жир рыб содержит много ненасыщенных жирных кислот, в том числе линолевую и арахидоновую, имеющие большое биологическое значение для организма человека. Жир рыбы легко усваивается, является источником несинтезирующихся в организме жирных кислот и витаминов А, D, Е, К.

В зависимости от содержания жира рыбу подразделяют на тощую (до 2 %), средней жирности (от 2 до 8 %), жирную (от 5 до 15 %) и особо жирную (более 15 %).

Из минеральных веществв мясе рыбы преобладают кальций, фосфор, калий, натрий, магний, сера, хлор. Есть также железо, медь, кобальт, марганец, йод, бром, фтор и др. В морской рыбе содержится больше минеральных веществ, чем в пресноводной.

Пищевая ценность рыбы зависит от соотношения съедобных и несъедобных частей, строения и химического состава, которые неодинаковы у разных видов рыб. Содержание съедобных частей в свежей рыбе колеблется от 46 до 80 %.

Для холодных закусок и блюд используют свежую рыбу и гастрономические рыбные продукты. Свежую рыбу для холодных блюд разделывают так же, как и для горячих.

**В качестве приправ используют заправки: майонез, сметану, соусы.**

**Холодные блюда и закуски должны быть красиво оформлены. Температура блюд при отпуске должна быть не выше 12 0С.**

Технология приготовления: рыбы отварной с хреном, рыбы заливной порциями, студня рыбного, рыбы под соусом майонез, жареной рыбы под маринадом, ассорти рыбного. Технология приготовления гарниров к холодным блюдам

**Правильное сочетание**

Главное правило - блюдо и его украшение должны дополнять и сочетаться с дуг другом. Например, розочка из лимона украсит блюда из морепродуктов. Цвет служит основным средством создания и подчеркивания вкуса пищи. При использовании красителей, нужно отдавать предпочтение натуральным продуктам: Для подкрашивания можно применять шафран, паприку, кари, свекольный сок, майонез, томатная паста. В зеленый цвет можно окрасить, добавив измельченной зелени.

**Просто и со вкусом**

Для достижения наибольшего эффекта не требуется большое количество украшений. Некоторые блюда выглядят гораздо привлекательнее в своем натуральном виде, поэтому не стоит их перегружать излишней отделкой. Чтобы украшения выглядели эффектнее, следует прибегать к контрастным цветам.

Зеленый цвет передается с помощью лука - порея, огурцов, различной зелени; оранжевый - моркови апельсина; красный - помидора, свеклы; белый - сваренного вкрутую яйца, свежей репы. А в остальном доверьтесь вашей фантазии.

Необходимо тщательно продумать расположение всех элементов декора заранее. Посуда не должна отвлекать внимания от самого блюда. Помните, что любое украшенное блюдо пробудит больше интереса, чем его «скромная соседка». Украшения должны быть аккуратными, линии срезов - четкими и лаконичными. Края тарелки следует начисто вытирать перед подачей на стол.

**«Советы под руку»**

Блюда из рыбы непосредственное перед подачей на стол можно слегка смазать кисточкой с растительным маслом - это придаст поджаренной корочке особый аппетитный блеск.

Если необходимо кратковременное хранение украшений, их можно сохранять в течение 1 ч при определенных условиях, не позволяющих испортиться натуральным продуктам.

Посуда для холодных блюд и закусок должна соответствовать форме продукта, не иметь щербин и трещин. Размеры посуды должны быть такими, чтобы продукты, входящие в состав блюда, не закрывали ее борта.

Салатники, икорницы, соусники перед подачей на стол ставят на пирожковые или закусочные тарелки в зависимости от количества порции ручкой влево.

**Требования к безопасности хранения.**

Холодные блюда и закуски являются скоропортящимися из­делиями, поэтому их следует готовить небольшими порциями и быстро реализовывать, так как хранение резко ухудшает их вкус и внешний вид.

Холодные блюда и закуски, а также полуфабрикаты для них следует хранить в холодильных шкафах при температуре 0...6 °С и относительной влажности воздуха 75...85 %. Их следует хра­нить в фарфоровой или эмалированной посуде (без трещин и от­битой эмали), закрытой крышкой или сухой марлей.