

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ САРАТОВСКОЙ  
ОБЛАСТИ «КАЛИНИНСКИЙ ТЕХНИКУМ АГРОБИЗНЕСА»**

**Методическая разработка урока учебной практики  
(производственного обучения)  
по профессии 43.01.09 Повар, кондитер  
ПМ. 04 « Приготовление блюд из рыбы»**

**Разработала: Штепо Екатерина Николаевна  
мастер п/о**

**г. Калининск 2019**

## **Содержание**

1. Методическое обоснование темы
2. Методические рекомендации по проведению урока
3. План урока
4. Технологическая схема урока
5. Приложение

## **1.Методическое обоснование темы**

Данная методическая разработка предназначена для проведения уроков учебной практики (производственного обучения) (длительность урока производственного обучения для начального профессионального образования – 360 минут (6часов)) по профессиональному модулю «Приготовление блюд из рыбы» по теме «Приготовление фаршированной рыбы (целиком)» по профессии «Повар, кондитер».

Урок разработан с элементами педагогической технологии - формирования профессиональных и общих компетенций.

В разработке представлены:

- презентация «Приготовление фаршированной рыбы целиком»
- видеофильм «Приготовление рыбы фаршированной (целиком)»
- инструкционные карты по технике безопасности
- таблица контроля усвоения навыков профессиональной деятельности;
- инструкционно-технологическая карта по приготовлению рыбы фаршированной ;
- требования к качеству рыбы фаршированной (целиком) ;
- полезные советы при приготовлении рыбы фаршированной ;

Вопросы для проверки теоретических знаний обучающихся составлены таким образом, что позволяют мастеру производственного обучения отследить теоретический уровень подготовки обучающихся по данной теме. Вместе с тем каждый обучающийся имеет возможность самостоятельной проверки своих знаний, как по теоретической части урока, так и по производственной при выполнении данной практической работы.

Урок обеспечен в полном объеме продуктами питания, необходимыми для приготовления блюда и дидактическими средствами обучения.

В ходе урока у обучающихся формируются профессиональные компетенции:

ПК 4.1. Производить обработку рыбы с костным скелетом.

ПК 4.2. Производить приготовление или подготовку полуфабрикатов из рыбы с костным скелетом.

ПК 4.3. Готовить и оформлять простые блюда из рыбы с костным скелетом.

Общие компетенции:

ОК 3. Анализировать рабочую ситуацию, осуществлять текущий и итоговый контроль, оценку и коррекцию собственной деятельности, нести ответственность за результаты своей работы

ОК 6. Работать в команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, клиентами

ОК 7. Готовить к работе производственное помещение и поддерживать его санитарное состояние

Методическая разработка может быть использована на уроках учебной практики (производственного обучения) и в производственной деятельности по профессии «Повар, кондитер».

## **2. Методические рекомендации по организации и методике проведения урока производственного обучения**

При проведении урока по теме «Приготовление фаршированной рыбы целиком» мастер подготавливает мастерскую к уроку и считает целесообразным расставить производственные столы «П-образно», чтобы все учащиеся могли видеть каждое движение трудового приема показанного мастером.

Оформление доски: записана дата и тема урока; вопросы для повторения у каждого учащегося, на магнитах профессиональные термины к уроку, плакаты расположены на стенах учебной мастерской.

Мастер при проведении урока применяет следующие методы обучения: словесный – он выполняет в процессе производственного обучения две функции: сообщения и побуждения. Репродуктивный с применением компьютерных технологий – его применение обеспечивает ускоренное и прочное усвоение учебной информации, быстроту формирования практических умений. Новые информационные технологии в учебном процессе оказывают существенное влияние на формирование современной информационной картины мира, развитие профессиональных навыков работы с информацией, умение проектировать объекты и процессы, ответственно реализовывать свои планы, то есть на развитие информационно-коммуникативной компетентности мастера. Одним из элементов такой работы является создание презентаций PowerPoint, что позволяет мастеру в значительной мере пополнить и разнообразить дидактический материал по предмету, улучшить восприятие учебной информации учащимися. На уровне формирования новых способов действий целесообразен показ видеофильма. Наглядно-демонстрационный – имеет цель -создание в сознании учащихся точного и четкого зрительного образа трудового действия. Именно метод показа трудового приема реализуется с помощью таких методических приемов, как подготовка учащихся к наблюдению, замедление темпа рабочих движений, изолированный показ отдельных элементов трудового действия, словесное описание и объяснение показываемого.

### 3. План урока

**Тема программы:** « Приготовление блюд из рыбы »

**Тема урока:** «Приготовление фаршированной рыбы целиком »

**Тип урока:** Урок освоения трудовых приемов и операций.

**Вид урока:** Практическое занятие

**Форма учебной деятельности :** бригадная

**Методы и методические приемы:**

беседа;

опрос;

показ трудовых технологических операций;

самостоятельная работа учащихся по алгоритму с использованием

документов письменного инструктирования;

самооценка выполненной работы.

**Методическая цель:** Использование репродуктивных и творчески - воспроизводящих методов обучения при проведении практического занятия

**Цель урока:**

**Образовательная:**

Научить учащихся правильным трудовым приемам и операциям по приготовлению фаршированной рыбы в целом виде , с соблюдением правил безопасности труда, санитарии и гигиены в работе. Изучение норм закладки продуктов по Сборнику рецептов блюд, фирменных блюд из газетно-журнального материала. Соблюдение последовательности в приготовлении блюд, правил подачи и отпуска.

**Воспитательная (Личностная):**

Воспитание профессиональной компетентности у учащихся, ответственного отношения к профессиональным обязанностям, уверенности к себе, умения работать в бригаде, уважения к труду, бережного отношения к оборудованию, инструменту, продуктам.

**Развивающая (Метапредметная):**

Способствовать развитию у учащихся внимания, наблюдательности , воли, настойчивости в достижении поставленной цели. освоение репродуктивных умений комплексного планирования профессиональных действий, выбора наиболее рационального их сочетания и чередования с учетом вида работы.

**Задачи урока:**

1. Повторить изученный на уроках теоретического обучения материал по технологии приготовления фаршированной рыбы целиком.

2. Осуществить в бригадах комплексный процесс приготовления фаршированной рыбы по заданному алгоритму.
3. Продолжить отработку трудовых приемов по обработке рыбы с костным скелетом, приготовлению массы для фарширования, обработке и использованию рыбных пищевых отходов, оценке качества рыбы с костным скелетом.
4. Произвести органолептическую оценку приготовленного блюда, научиться выявлять виды дефектов, брака: подгорание продуктов, внешний вид блюда.

**Формируемые компетенции:**

- ПК 4.1. Производить обработку рыбы с костным скелетом.
- ПК 4.2. Производить приготовление или подготовку полуфабрикатов из рыбы с костным скелетом.
- ПК 4.3. Готовить и оформлять простые блюда из рыбы с костным скелетом.
- ОК 3. Анализировать рабочую ситуацию, осуществлять текущий и итоговый контроль, оценку и коррекцию собственной деятельности, нести ответственность за результаты своей работы
- ОК 6. Работать в команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, клиентами
- ОК 7. Готовить к работе производственное помещение и поддерживать его санитарное состояние

**Материально-техническое оснащение урока:** (лаборатория училища)

**Оборудование:**

Мясорубка электрическая, электрическая плита ЭП-2М, ЭП-4, электрический шкаф ЭШ-3М.

**Немеханическое оборудование:** производственные столы.

**Инструменты:**

Набор рабочих инструментов на подставке, ножи средней поварской тройки, нож мусат, набор ножей «КАРВИНГ».

**Инвентарь:** Доски «РС», «РВ», «ОС», «ОВ», подносы металлические.

**Посуда и приборы:**

Тарелки столовые, блюда, соусники, салфетки, кондитерские листы, сковороды, сотейник, миски, ложки столовые, вилки, лопаточки, шумовки.

**Дидактическое оснащение урока:**

- план урока производственного обучения «Приготовление фаршированной рыбы целиком» (Приложение 1)
- презентация «Приготовление фаршированной рыбы целиком» (Приложение 2)
- видеофильм «Приготовление рыбы фаршированной (целиком)»
- сборник рецептур блюд и кулинарных изделий (рецептура №514) (Приложение 3)
- инструкционные карты по технике безопасности (Приложение 4)
- таблица контроля усвоения навыков профессиональной деятельности;

- инструкционно-технологическая карта по приготовлению рыбы фаршированной (Приложение 5);
- технологическая схема приготовления рыбы фаршированной (Приложение 6);
- требования к качеству рыбы фаршированной (целиком) (Приложение 7);
- полезные советы при приготовлении рыбы фаршированной (Приложение 8);

#### **Межпредметные связи:**

- ОПД «Организация производства предприятий общественного питания» (тема «Организация рабочего места в мясо-рыбном цехе»);
- ОПД «Оборудование предприятий общественного питания» (тема «Эксплуатация жарочных шкафов»);
- ОПД «Основы физиологии питания, санитарии и гигиены»(тема «Условия и сроки хранения блюд из рыбы»).

#### **Литература:**

- 1.Н.А. Анфимова, Л.Л.Татарская – «Кулинария. Повар, кондитер» - Москва. «Академия» 2008г.
- 4.З.П.Матюхина, Э.П.Королькова – «Товароведение пищевых продуктов» - Москва. «Академия» 2007г.
5. В.П.Золин – «Технологическое оборудование предприятий» - Москва. «Академия» 2009г.
- 6.З.П.Матюхин – «Основы физиологии питания, гигиены и санитарии» - Москва. «Академия» 2009г.
7. В.А.Усов – «Организация производства и обслуживания на предприятиях общественного питания» - Москва. «Академия» 2009г.
8. В.А. Усов –«Рыбная кухня» - Москва. «Академия» 2007г.
9. В.А. Усов –«Русская кухня» - Москва. «Академия» 2007г
- 10.Т.И. Перетятко – «Калькуляция и учет в общественном питании» - Москва «Дашков и К°», 2009г.

#### **Интернет-ресурсы:**

- [spa-one.narod.ru/theme25.htm](http://spa-one.narod.ru/theme25.htm) ·
- [www.shedryj-stol.ru/node/732](http://www.shedryj-stol.ru/node/732)
- [tnuva.ru/spice.php](http://tnuva.ru/spice.php)
- <http://www.100menu.ru/pages/pages.index/furchet/2.htm>.
- <http://www.horeca.ru/>
- <http://www.gotovim.ru/dictionary/>
- [http:// www.kuharka.ru](http://www.kuharka.ru)

## Ход урока

### I. Вводный инструктаж

1.1. Организационный момент

5 мин

1.2. Мотивация

35 мин

1.3. Целеполагание

1.4. Актуализация опорных знаний и опыта

1.5. Формирование ориентировочной основы действий обучающихся

### II. Текущий инструктаж

5 ч

2.1. Формирование (отработка) новых способов действия

2.2. Применение (закрепление, развитие, углубление) освоенных способов действия

### III. Заключительный инструктаж

20 мин

3.1. Подведение итогов работы

3.2 .Рефлексия



#### 4. Технологическая карта урока

Элементы внешней структуры урока	Элементы внутренней (дидактической) структуры урока	Задачи этапа	Деятельность мастера п/о	Деятельность обучающихся	Дидактические средства и ЭОР
1. Вводный инструктаж	1.1 Организационный момент	Подготовка обучающихся к работе на занятии.	Проверяет готовность к уроку	Сообщают о готовности к уроку.	Приложение 2 слайд 1-2
	1.2. Мотивация	Мотивация обучающихся на приготовление рыбы фаршированной (целиком)	Сообщает почему и для чего обучающемуся нужно знать данный раздел программы	Осознают значимость данного учебного материала	
	1.3. Целеполагание	Совместное целеполагание	Согласует цели урока с обучающимися.	Обсуждают цели урока с мастером п/о	
	1.4. Актуализация опорных знаний и опыта	Выявить насколько обучающиеся готовы к приготовлению блюда; восстановить в памяти умения по обработке	Актуализация знаний по теме методами выборочно фронтального устного и письменного опросов.	Отвечают на устные вопросы мастера п/о .	Приложение 2 слайды 3-10


		рыбы для фарширования, приготовлению фарша, фаршированию рыбы.			
	1.5. Формирование ориентировочной основы действий обучающихся	Показать выполнение приготовления рыбы фаршированной целиком (с использованием ЭОР, инструкционно-технологических карт.	Инструктирование по основным вопросам темы: - показ ЭОР; - раздача и комментирование содержания инструкционно-технологических карт по приготовлению рыбы фаршированной целиком; - выдача полезных советов при приготовлении блюда; -консультирование по правиламт/ б при работе в лаборатории.	Осмысление содержания инструктирования: - просмотр ЭОР; - ответы на вопросы по технике безопасности в горячем и мясо-рыбномцехах предприятия общественного питания.	Приложение2 слайды11-12
2. Текущий инструктаж	2.1. Формирование (отработка) новых способов действия	Формирование стабильных умений по выполнению	Показывает приемы и способы обработки рыбы для фарширования , пригото	Смотрят ,повт оряют с соблюдением	Приложение 2 слайды 13-14

		приготовления рыбы фаршированной (целиком).	вление фарша, фарширование рыбы, подбор посуды для запекания, выкладывание рыбы на подготовленный противень, запекание рыбы, отпуск готового блюда в соответствии с требованиями	т/б	
	2.2. Применение (закрепление, развитие, углубление) освоенных способов действия	Закрепить умения при приготовлении рыбы фаршированной (целиком).	Показывает отдельные операции по обработке, фаршированию, запеканию, подаче рыбы.	Смотрят и повторяют	
3.Заключительный инструктаж	3.1.Подведение итогов.	Дать анализ и оценку успешности достижения цели и наметить перспективу последующей работы.	Проверяет усвоение учебного материала.	Формулируют выводы.	Приложение2 слайд 15
	3.2.Рефлексия.	Мобилизация обучающихся на рефлексию способов	Наравне с обучающимися высказывает свое мнение.	Проводят самоконтроль усвоения умений.	

		деятельности.	Выставляет оценки за урок и комментирует их.	Оценивают успешность своей деятельности.	
--	--	---------------	--	--	--

Презентация «Фарширование рыбы (целиком)»

<p>1</p>		<p>2</p>	<p>Рецептура №514 Сборника рецептов</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>№п/п</th> <th>Наименование продуктов</th> <th>Брутто</th> <th>Нетто</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1.</td> <td>Судак или щука (кроме морской)</td> <td>140</td> <td>73</td> </tr> <tr> <td>2.</td> <td>Хлеб пшеничный</td> <td>14</td> <td>14</td> </tr> <tr> <td>3.</td> <td>Молоко или вода</td> <td>15</td> <td>15</td> </tr> <tr> <td>4.</td> <td>Лук репчатый</td> <td>6</td> <td>300 15'</td> </tr> <tr> <td>5.</td> <td>Маргарин столовый</td> <td>7</td> <td>7</td> </tr> <tr> <td>6.</td> <td>Яйцо</td> <td>1/Литр</td> <td>4</td> </tr> <tr> <td>7.</td> <td>Чеснок</td> <td>1</td> <td>0,8</td> </tr> <tr> <td>8.</td> <td>Масса полуфабриката</td> <td>-</td> <td>125</td> </tr> <tr> <td>9.</td> <td>Масса приправленной рыбы</td> <td>-</td> <td>100</td> </tr> <tr> <td>10.</td> <td>Гарнир №757,739,765,766</td> <td>-</td> <td>130</td> </tr> <tr> <td>11.</td> <td>Сauce №№ 857,838,863</td> <td>-</td> <td>75</td> </tr> <tr> <td></td> <td>Выход, г</td> <td>-</td> <td>325</td> </tr> </tbody> </table>	№п/п	Наименование продуктов	Брутто	Нетто	1.	Судак или щука (кроме морской)	140	73	2.	Хлеб пшеничный	14	14	3.	Молоко или вода	15	15	4.	Лук репчатый	6	300 15'	5.	Маргарин столовый	7	7	6.	Яйцо	1/Литр	4	7.	Чеснок	1	0,8	8.	Масса полуфабриката	-	125	9.	Масса приправленной рыбы	-	100	10.	Гарнир №757,739,765,766	-	130	11.	Сauce №№ 857,838,863	-	75		Выход, г	-	325
№п/п	Наименование продуктов	Брутто	Нетто																																																				
1.	Судак или щука (кроме морской)	140	73																																																				
2.	Хлеб пшеничный	14	14																																																				
3.	Молоко или вода	15	15																																																				
4.	Лук репчатый	6	300 15'																																																				
5.	Маргарин столовый	7	7																																																				
6.	Яйцо	1/Литр	4																																																				
7.	Чеснок	1	0,8																																																				
8.	Масса полуфабриката	-	125																																																				
9.	Масса приправленной рыбы	-	100																																																				
10.	Гарнир №757,739,765,766	-	130																																																				
11.	Сauce №№ 857,838,863	-	75																																																				
	Выход, г	-	325																																																				
<p>3</p>	<p>Технологическая схема приготовления рыбы фаршированной (целиком)</p>  <ul style="list-style-type: none"> <li>Щуку очищают от чешуи, потрошат, отделяют голову и промывают.</li> </ul>	<p>4</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Надрезают кожу вокруг головы и осторожно, чтобы не порвать, снимают ее целиком по направлению от головы к хвосту.</li> </ul> 																																																				
<p>5</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Позвоночник надламывают так, чтобы хвостовой плавник остался при снятой коже. Таким образом получают кожу с хвостом и мякоть рыбы с костями и головой.</li> </ul> 	<p>6</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>После этого удаляют голову, разрезают брюшко, удаляют внутренности и отделяют мякоть от реберных костей и позвоночника. Мякоть используют для фарша.</li> </ul> 																																																				
<p>7</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Для фарша: мякоть рыбы, пассерованный лук, чеснок, размоченный в воде или молоке пшеничный хлеб (из муки не ниже I сорта), пропускают через мясорубку, добавляют размягченный маргарин, яйца, соль, молотый перец и все тщательно перемешивают.</li> </ul> 	<p>8</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Снятую с рыбы кожу заполняют фаршем и придают изделию форму целой рыбы. Отверстие, через которое фаршировалась рыба, завязывают или зашивают.</li> </ul> 																																																				

9	 <p>Рыбу подают целиком или нарезают на порции. При отпуске рыбу гарнируют, поливают соусом.</p>	10	  <p>Гарниры - картофель отварной, пюре картофельное, овощи отварные с жиром</p>
11	 <ul style="list-style-type: none"> <li>Требования к качеству рыбы, фаршированной (целиком)</li> <li>Внешний вид: полнотелая форма, форма, на поверхности слегка поджаренная корочка</li> <li>Вкус: фаршированная рыба должна быть без костей с однородным нежным фаршем</li> <li>Запах: рыба должна быть готова с гарниром или без него. Рыба и гарнир сочные, соус загустевший</li> <li>Запах соответствующий рыбе, не наиболее за треску, не добавлены специи и чеснок</li> <li>Цвет: золотистая корочка</li> <li>Не поджарит гарнира</li> </ul>	12	Видео часть 1
13	Видео часть 2	14	 <p>Соблюдай технику безопасности!!!</p>
15		16	<p>Удачи в работе!</p> 

**Пищевая ценность, калорийность и химический состав блюда (витамины, микроэлементы):**

Наименование показателя	Содержание питательных веществ на 100 грамм блюда	Потери питательных веществ продуктов при обработке, %
Белки, г	4.7	13
Жиры, г	4.78	12
Углеводы, г	7.33	0
Калорийность, ккал	104.96	13
В1, мг	0.0643	33
В2, мг	0.0536	30
С, мг	8.5995	75

Ca, мг	15.6791	35
Fe, мг	0.6956	28

### Приложение 3

#### № 514 Судак или щука, фаршированные (целиком)

№ п/п	Наименование продуктов	Брутто, г.	Нетто, г.
1.	Судак или щука(кроме морской)	143	73
		159	73
2.	Хлеб пшеничный	14	14
3.	Молоко или вода	15	15
4.	Лук репчатый	6	30/15 <sup>1</sup>
5.	Мargarин столовый	7	7
6.	Яйцо	1/10шт	4
7.	Чеснок	1	0,8
8.	Масса полуфабриката	-	125
9.	Масса припущенной рыбы	-	100
10.	Гарнир №757,759,765,766	-	150
11.	Соус №№ 857,858,863	-	75
	Выход, г.	-	325

---

1-масса лука пассерованного

### Техника безопасности

1. Перед работой вымой руки с мылом.
2. Правильно одень спецодежду
3. Волосы убри под головной убор
4. Рукава одежды подверни до локтей или застегни на пуговицы
5. Не закалывай иголками одежду
6. Не держи в карманах булавок и острых предметов
7. Приведи в порядок свое рабочее место
8. Осмотри инвентарь, убедись в его исправности

### Во время работы:

1. Разделку замороженной рыбы производить только после оттаивания
2. При работе с ножом будь осторожен, правильно держи руку при обработке продуктов
3. Поверхность кухонной плиты должна быть ровной
4. Не допускайте перегрева жиров, они могут вспыхнуть от высоких температур
5. При жарке рыбы клади продукт наклоном от себя.
6. Принимай меры к уборке пролитой жидкости, уроненных на пол продуктов
7. Разделочные доски клади на ровную поверхность стола
8. Будь внимателен- не отвлекайся сам и не отвлекай от дела других.



**Карта самоконтроля  
при приготовлении рыбы , фаршированной (целиком)**

№ п/п	Что контролировать	Как контролировать	Баллы
1	2	3	4
1.	Организация рабочего места	Проследить, что жарочный шкаф был включен на сильный и слабый нагрев; чтобы на производственном столе были удобно размещены разделочная доска, противень , миски для приготовления фарша, сотейник, столовая ложка, лопатка столовая, дегустационные ложки, столовые тарелки.	1- не выполнено 2- выполнено частично 3- выполнено
2.	Обработка рыбы для фарширования целой тушкой.	Обработка рыбы по заданному алгоритму: щуку осторожно очищают от чешуи, вокруг головы надрезают кожу, снимая её «чулком» по направлению от головы к хвосту, подрезают плавники. У основания хвоста надламывают позвоночную кость, выворачивают «чулок». «Чулок» промывают. Мясо отделяют от кости, приготавливают котлетную массу и используют для фарша. Обработанную голову без глаз и жабр приставляют, все заворачивают в фольгу.	1- не выполнено 2- выполнено частично 2-выполнено
3.	Фарширование рыбы	Посолить кожу рыбы, заполнить фаршем, фарширование начинать с головы, постепенно придавая форму рыбе, аккуратно	1- не выполнено 2- выполнено частично 2-выполнено

		защить)	
4.	Запекание фаршированной рыбы	На смазанный жиром противень кладут специальную решетку. Сверху на рыбу кладут кусочки столового маргарина, заливают соусом и ставят в сильно нагретый (до 250—280° С) жарочный шкаф. Запекают 15— 30 мин, затем жар в шкафу уменьшают. Во время запекания в умеренном жару рыбу поливают бульоном с противня.	1- не выполнено 2- выполнено частично 2-выполнено
5.	Подача блюда	Готовую рыбу вынимают из фольги, красиво укладывают на блюдо и подают в горячем виде с отварным картофелем или сметаной, а в холодном — с овощным салатом.	1- не выполнено 2- выполнено частично 2-выполнено
6.	Определение соответствия рыбы фаршированной (целиком) органолептическим требованиям	Фаршированная рыба должна быть без костей, с однородным плотным фаршем, с вкусом, соответствующим рыбе, но наиболее острым за счёт добавленных специй и чеснока, полностью сохранять свою форму, у запечённой рыбы должна быть легко подрумяненная корочка	1- не выполнено 2- выполнено частично 2-выполнено
			12 баллов

**Критерии оценки:** 11-12 баллов – «отлично»

9-10баллов- «хорошо»

6-8баллов- «удовлетворительно»

0-5баллов- «неудовлетворительно»

### Технологическая схема приготовления рыбы фаршированной (целиком)

Судак или щуку очищают от чешуи, потрошат, отделяют голову и промывают. Затем изнутри тушки надрезают реберные кости и отделяют их вместе с хребтовой костью, не прорезая кожи.

После этого срезают мякоть, оставляя ее на коже слоем 0,5-1 см. Срезанную мякоть используют для приготовления фарша.

Для фарша: мякоть рыбы, пассерованный лук, чеснок, размоченный в воде или молоке пшеничный хлеб (из муки не ниже I сорта), пропускают через мясорубку, добавляют размягченный маргарин, яйца, соль, молотый перец и все тщательно перемешивают. Тушку наполняют фаршем, придают ей форму целой рыбы и припускают в течение 15-20 мин с добавлением специй и лаврового листа за 5-10 мин до готовности.

Щуку для фарширования можно обработать и другим способом. Ее очищают от чешуи, промывают, надрезают кожу вокруг головы и осторожно, чтобы не порвать, снимают ее целиком по направлению от головы к хвосту.

Позвоночник надламывают так, чтобы хвостовой плавник остался при снятой коже. Таким образом получают кожу с хвостом и мякоть рыбы с костями и головой. После этого удаляют голову, разрезают брюшко, удаляют внутренности и отделяют мякоть от реберных костей и позвоночника.

Мякоть используют для фарша.

Снятую с рыбы кожу заполняют фаршем и придают изделию форму целой рыбы. Отверстие, через которое фаршировалась рыба, завязывают или зашивают.

Рыбу подают целиком или нарезают на порции. При отпуске рыбу гарнируют, поливают соусом.

Гарниры - картофель отварной, пюре картофельное, овощи отварные с жиром, овощи припущенные с жиром. Соус - томатный, томатный с овощами, сметанный.

**Требования к качеству рыбы , фаршированной (целиком)**

Внешний вид: полностью сохранена форма, на поверхности слегка подсыхая корочка

Вкус: Фаршированная рыба должна быть без костей, с однородным плотным фаршем. Запеченную рыбу готовят с гарниром или без него. Рыба и гарнир сочные, соус загустевший.

Запах: соответствующий рыбе, но наиболее острый за счёт добавленных специй и чеснока

Цвет: золотистая корочка

Не подлежит хранению.

### Полезные советы

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. 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.

Чтоб уменьшить специфический запах некоторых морских рыб, лучше всего для этого почищенную, промытую и разделанную рыбу за 15—20 мин до тепловой обработки сбрызнуть лимонным соком или слабым раствором столового уксуса.

Некоторые повара для устранения специфического запаха рыбы добавляют при ее варке в воду огуречный рассол, а в процессе припускания — помидорный рассол, а также лавровый лист, перец, лук, сельдерей.

Разделанную рыбу не следует долго хранить. Поэтому разделять и солить ее лучше перед самым приготовлением, тогда блюдо будет нежнее и вкуснее. При оформлении блюд большое внимание должно уделяться посуде, на которой подают изделия к столу. Эта посуда должна полностью соответствовать по своей форме, размерам и даже орнаменту тому изделию, которое на ней укладывается для подачи к столу. Повар должен помнить, что красивая посуда в сочетании с умело расположенными на ней кушаньями придаёт столу особо привлекательный вид. Считается, что более всего подходит для подачи рыбы фарфоровая, фаянсовая, мельхиоровая, глиняная и деревянная посуда.

Рыбу в целом виде следует помещать для подачи к столу на продолговатое фарфоровое или мельхиоровое блюдо (лоток). Рыба, залитые в круглых формах, должны быть поданы на круглых блюдах соответствующего размера.

Повар должен уметь не только вкусно приготовить, но и красиво оформить блюдо, прежде чем подать его на стол. Особенно тщательно нужно оформлять блюда, приготовленные к праздничному столу: эти блюда должны

служить настоящим его украшением. Оформление блюд требует от повара изобретательности, художественного вкуса.

Чем крупнее кулинарные изделия, тем разнообразнее и красочнее должны быть подобраны гарниры, которые укладываются крупными букетами. Основное требование к гарнирам — это их разнообразие и соответствие вкусовым качествам изделия.

Овощные гарниры укладывают вокруг рыбы в определенной цветовой последовательности. Например: свекла, баклажаны, краснокочанная капуста, синий или фиолетовый репчатый лук, зеленый лук или зелень петрушки, зеленый горошек, соленые огурцы, каперсы, оливки, зеленый салат, лимон, тыква, морковь, помидоры, редис, брусника, клюква, маслины.

#### **А можно сделать так:**

**Колокольчики** легко сделать из вареной моркови, свеклы, соленых или свежих огурцов. Отрезать верхушку овоща так, чтобы получился остроконечный конус, и, не нарушая этой формы срезать тонкий слой шириной 1,5-2 см: один круг — один конусный колпачок, потом следующий. Перевернуть колпачок острием вниз, вложить в середину продолговатый кусочек другого по цвету овоща — колокольчик готов. Уложить на блюдо по 2-3 вместе или распределить между ломтиками закуски по одному.

**Магнолию** можно сделать из помидора, моркови, свеклы или яблока. Разрезать поперек по середине, но не ровной линией, а зубчатой, нож при этом должен обязательно доставать до середины (сердцевины). Когда линия сомкнется, разнять половинки, получится два цветка.

**Корзиночки из свежих или зеленых маринованных помидоров.** С помидоров срезать верхушку, треть мякоти удалить ложкой, по краям корзиночки вырезать зубцы. Корзиночки наполнить овощами, нарезанными мелкими кубиками и заправленными майонезом или салатной заправкой.

**Гарниры из помидоров.** Некрупный помидор нарезать вдоль на кружочки, не до конца. Затем эти кружочки раздвинуть руками, придавая форму цветка. В центр цветка положите маслину или зеленый горошек. Выложить с салатами, мясными или рыбными блюдами.

На помидоре сделать неглубокие надрезы и закрепить в них кружочки свежих огурцов, можно использовать зеленые помидоры и кружочки моркови.

**Ромашка из яйца.** Острый конец яйца, сваренного вкрутую, срезать, положить срезом вниз, нарезать белок тонкими ломтиками. Раздвинуть ломтики руками, придав вид ромашки, желток удалить. В середину лепестков положить кружочек моркови или желтка, вокруг — зелень петрушки, сельдерея.

**Бантики из огурца.** Разрезать огурец вдоль на тонкие полоски, каждую сложить пополам. Поместить две полоски друг против друга, чтобы получился бантик. Сверху можно положить морковь, редис, лук.

**Лилия из репчатого лука.** Очистить и вымыть холодной водой крупную луковицу. Острым ножом от центра луковицы вырезать небольшие треугольники и разъединить луковицу на две части. Чтобы легче было

отделить чешуйки луковицы одну от другой, надо сделать сбоку надрез. Затем вложить чешуйки друг в друга так, чтобы острые концы лепестков одной чешуйки попадали в пространство между лепестками предыдущего ряда. Лепестки получившейся лилии можно слегка закруглить (делать это лучше ножницами). Вокруг цветка красиво уложить листья салата, зеленый лук.

Такие лилии из лука можно подавать как самостоятельную закуску, а можно украсить ими салат, селедку, рыбу, отварной картофель.

**Цветок из зеленого лука.** Перья обрезают в виде метелочки, опускают в стакан с холодной водой (предварительно разрезав вдоль) перьями вниз. При этом перья закручиваются и образуют красивый цветок.

Чтобы сделать «веточку» из лукового пера, нужно разрезать зеленое перо на 2/3 его ширины от основания до самого верха, затем тонким ножом разрезать перо от основания со стороны надрезов и развернуть — получится ажурная зеленая «веточка».

**Красивые украшения для блюд можно приготовить из огурца.** На огурец фигурным ножом наносят полоски, нарезают ломтиками, вырезают их до половины и получают различные украшения. Огурцы можно разрезать вдоль на тонкие ломтики и сделать из них ленты, скатать рулетиками. Из концов огурца можно вырезать «колокольчики» и т. д. Огурец можно разрезать вдоль пополам и каждую половину нарезать тонкими ломтиками, уложив их веерочком на блюде. Маленькие огурцы острым ножом делят на два «цветка». Из толстых огурцов можно вырезать корзиночки и наполнить их мелкой круглой редиской. Из твердых консервированных огурцов можно сделать те же украшения, что и из свежих.

**Из моркови, отваренной в солёной воде с добавлением уксуса,** можно вырезать ленты, шарики, спирали, звёздочки, шестерёнки и т. д. Можно нарезать морковь кубиками, брусочками. Отварной свёклой можно украсить блюда из сельди.