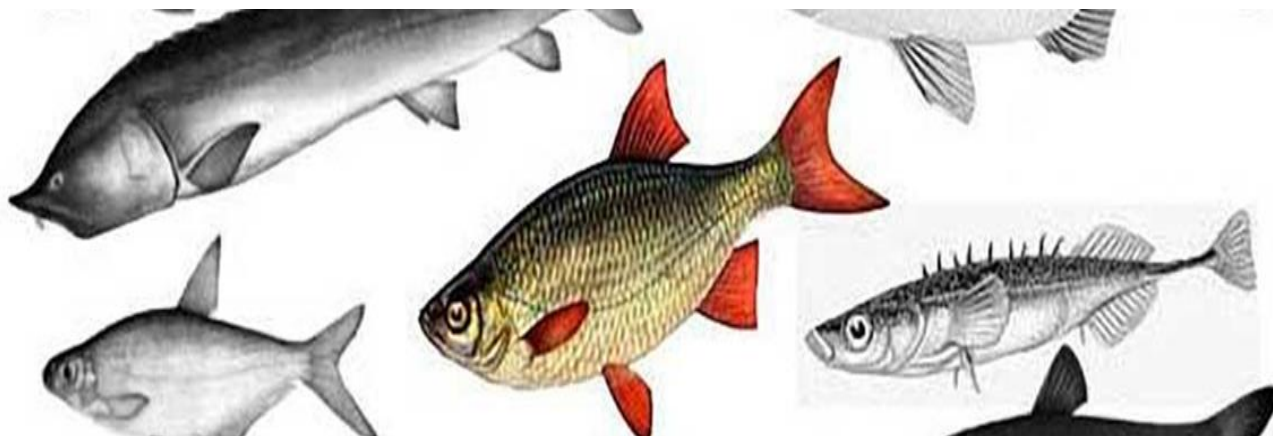


Методические рекомендации по выполнению практических работ

Предмет: Кулинария

**Раздел: Механическая кулинарная обработка рыбы, нерыбных
морепродуктов**

Профессия: 16675 «Повар» для лиц с ОВЗ



Мухтарулина А.К. Методические рекомендации по выполнению практических работ по дисциплине «Кулинария» для профессии 16675 «Повар» - Каменск: ГАПОУ РБ «Политехнический техникум», 2022.

Методические рекомендации для выполнения практических работ являются частью программы подготовки рабочих по профессии 16675 Повар.

Методические рекомендации предназначены для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья по профессии «Повар

Методические рекомендации включают в себя учебную цель, перечень образовательных результатов в соответствии с адаптированной программой подготовки, задачи, обеспеченность занятия, краткие теоретические и учебно-методические материалы по теме, вопросы для закрепления теоретического материала, задания для практической работы обучающихся и инструкцию по ее выполнению, порядок оформления отчета о проделанной работе

© А.К. Мухтарулина, 2022

© ГАПОУ РБ Политехнический техникум, 2022

Содержание

Предисловие	4
Введение.....	5
1. Методические рекомендации по выполнению практической работы № 1-2.....	6
2. Методические рекомендации по выполнению практической работы № 3-4.....	9
3. Методические рекомендации по выполнению практической работы № 5-6.....	12
4. Методические рекомендации по выполнению практической работы № 7-8.....	17

Предисловие

Методические рекомендации разработаны на основании Положения по организации и проведению лабораторных работ и практических занятий ГАПОУ РБ «Политехнический техникум»

Практические занятия и их объемы по дисциплине «Кулинария», определяются рабочим учебным планом специальности 16675 «Повар».

Практические занятия составляют важную часть теоретической и профессиональной подготовки обучающихся.

Выполнение обучающимися практических занятий направлено на обобщение, систематизацию, углубление, закрепление полученных теоретических знаний по конкретным темам учебных дисциплин, формирование общих и профессиональных компетенций. Умений применять полученные знания на практике, реализацию единства интеллектуальной и практической деятельности, выработку при решении поставленных задач таких профессионально значимых качеств, как самостоятельность, ответственность, точность, творческая инициатива.

Введение

УВАЖАЕМЫЙ ОБУЧАЮЩИЙСЯ!

Методические рекомендации для выполнения практических работ по предмету Кулинария созданы Вам в помощь для работы на занятиях, подготовки к практическим работам, правильного составления отчетов.

Приступая к выполнению практической работы, Вы должны внимательно прочитать цель и задачи занятия, ознакомиться с требованиями к уровню Вашей подготовки в соответствии с программой подготовки, краткими теоретическими и учебно-методическими материалами по теме практической работы, ответить на вопросы для закрепления теоретического материала.

Все задания к практической работе Вы должны выполнять в соответствии с инструкцией, анализировать полученные в ходе занятия результаты по приведенной методике.

Внимание! Если в процессе подготовки к практическим работам у Вас возникают вопросы, разрешить которые самостоятельно не удастся, необходимо обратиться к преподавателю для получения разъяснений или указаний в дни проведения консультаций.

Желаем Вам успехов!!!

Раздел 3. Механическая кулинарная обработка рыбы и морепродуктов

Практическая работа 1-2 «Оттаивание различных видов рыб и нерыбных морепродуктов»

Образовательные цели:

1. Формирование знаний по механической кулинарной обработке различных видов рыб. Изучение способов оттаивания различных видов рыб и нерыбных морепродуктов

Задачи практической работы:

1. Изучить теоретический материал по теме практической работы.
2. Выполнить задания
3. Ответить на вопросы для закрепления теоретического материала.

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен уметь:

1. Определять качество поступающего сырья и полуфабрикатов, обрабатывать рыбу и некоторые продукты моря. Приготавливать несложные блюда

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен знать:

1. Технологический процесс механической, тепловой кулинарной обработки рыбы и некоторых продуктов моря, приготовление полуфабрикатов

Материально-техническое обеспечение занятия:

№п/п	Наименование	Автор	Издательство, год издания
ОИ1	Кулинария	Н.А. Анфимова	М: Изд. центр «Академия», 2008г
ОИ2	Кулинария, учебное пособие для нач. проф. образования	Качурина Т.А.	издательский центр «Академия», 2011. – 272 с.
ОИ3	Пособие для повара, учебное пособие для нач. проф	Сопина, Л.Н.	издательский центр «Академия», 2011. – 240 с.
ОИ4	Кулинарная характеристика блюд, учебное пособие для нач. проф. образования	Козлова, С.Н.	издательский центр «Академия», 2012. – 192 с.
ОИ5	Лабораторно-практические работы для поваров и кондитеров, учебное пособие	Татарская, Л.Л.	издательский центр «Академия», 2010. – 112 с.

Методические рекомендации по выполнению практической работы

Краткие теоретические и учебно-методические материалы по теме практической работы

Оттаивание мороженой рыбы

Кожные покровы и чешуя предохраняют рыбу от значительных потерь питательных веществ во время оттаивания (дефростации). В процессе замораживания и последующего хранения в рыбе происходят сложные изменения, причем некоторые из них необратимы: вода, содержащаяся в рыбе, переходит в кристаллическое состояние; кристаллы льда образуются в первую очередь между мышечными волокнами, при этом происходит перераспределение влаги (часть ее из мышечных волокон переходит в пространство между ними). При замораживании объем воды увеличивается на 10%, что может привести к разрушению структуры мышечных волокон. Кристаллы мелких размеров, получаемые при быстром замораживании, в меньшей степени изменяют структуру мышечных волокон. Быстрое замораживание снижает потери воды мышечными волокнами, и ткани рыбы сохраняют сочность и упругость после дефростации.

Клеточный сок представляет собой коллоидный раствор белков, которые при замораживании и хранении частично денатурируют и не восстанавливают полностью первоначальных свойств после оттаивания. Происходят и изменения жиров, поэтому при дефростации не могут быть полностью восстановлены свойства рыбы. Эти изменения происходят особенно интенсивно в интервале температур от -1° до -5° . Поэтому дефростацию следует проводить быстро. Оттаивают рыбу в воде при температуре не выше 20° , при соотношении массы рыбы и жидкости 1:2. При этом рыба набухает и масса ее увеличивается на 5—10%. Оттаивание в воде приводит к потере части растворимых питательных веществ. Для уменьшения потерь воду подсаливают (7—10 г соли на 1 л воды). Концентрация солей в воде и мышечных соках уравнивается, и диффузия их уменьшается. Размораживания рыбы необходимо перемешивать во избежание смерзания тушек. Оттаивание считается законченным, если в толще рыбы температура поднимается до -1° .

Этапы выполнения работы:

Задание 1. Заполните таблицу недостающими сведениями.

Способ размораживания	Рыба	Продолжительность размораживания и особенность обработки, потери массы
На воздухе	Все виды филе, крупная рыба, осетровые, сомовые	Не разворачивая бумагу. Крупные блоки — 24 ч. Рыбу — 4...10 ч. Потери массы 2 %
В воде	Чешуйчатая бесчешуйчатая мелкая крупная	
Комбинированный	Сквама Скумбрия Ставрида Баттерфиш	
Можно не размораживать	Навага, _____ _____ _____	Легче обрабатывать, меньше отходов, не деформируются, сохраняют пищевые вещества

Задание 2. Ответьте на вопросы:

1. Какой способ размораживания рыбы считается лучшим?
2. Что происходит с рыбой при размораживании на воздухе, в воде?
3. Какие виды рыб размораживают на воздухе?
4. Как избежать потери минеральных веществ при размораживании рыбы?

Задание 3. Закончите предложения, выполните задание и ответьте на вопросы:

1. Размораживают на воздухе при температуре 18... 20°C всю крупную рыбу
2. В воде размораживают.....ирыбу.
3. На 1 кг рыбы берут холодной воды ($t = 10...15^{\circ}\text{C}$)л.
4. Продолжительность размораживания в воде рыбы: мелкой, крупной.....
5. На сколько увеличивается (%) масса рыбы за счет набухания тканей в воде?
6. В чем заключается комбинированный способ размораживания рыбы?

Раздел 3. Механическая кулинарная обработка рыбы и морепродуктов

Практическая работа 3-4 «Вымачивание различных видов рыб и нерыбных морепродуктов»

Образовательные цели:

Формирование знаний по механической кулинарной обработке различных видов рыб. Рассмотреть способы вымачивания различных видов рыб и нерыбных морепродуктов

Задачи практической работы:

1. Изучить теоретический материал по теме практической работы.
2. Выполнить задания
3. Ответить на вопросы для закрепления теоретического материала.

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен уметь:

1. Определять качество поступающего сырья и полуфабрикатов, обрабатывать рыбу и некоторые продукты моря. Приготавливать несложные блюда

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен знать:

1. Технологический процесс механической, тепловой кулинарной обработки рыбы и некоторых продуктов моря, приготовление полуфабрикатов

Материально-техническое обеспечение занятия:

№п/п	Наименование	Автор	Издательство, год издания
ОИ1	Кулинария	Н.А. Анфимова	М: Изд. центр «Академия», 2008г
ОИ2	Кулинария, учебное пособие для нач. проф. образования	Качурина Т.А.	издательский центр «Академия», 2011. – 272 с.
ОИ3	Пособие для повара, учебное пособие для нач. проф	Сопина, Л.Н.	издательский центр «Академия», 2011. – 240 с.
ОИ4	Кулинарная характеристика блюд, учебное пособие для нач. проф. образования	Козлова, С.Н.	издательский центр «Академия», 2012. – 192 с.
ОИ5	Лабораторно-практические работы для поваров и кондитеров, учебное пособие	Татарская, Л.Л.	издательский центр «Академия», 2010. – 112 с.

Методические рекомендации по выполнению практической работы

Краткие теоретические и учебно-методические материалы по теме практической работы

Вымачивание соленой рыбы

Поступающая на предприятия соленая рыба содержит от 1 до 22% соли. Рыба, предназначенная для жаренья, должна быть не более 1,5—2%, а для варки — не более 5% соли. Излишек соли удаляется вымачиванием. Для этого рыбу кладут в холодную воду, чтобы она набухла, очищают, отрубают голову, плавники и пластуют. При вымачивании рыбы в воде переходит часть минеральных солей, растворимых белков, вкусовых веществ, что снижает питательную ценность блюд из соленой рыбы. Вымачивать рыбу можно в сменной и проточной воде. В первом случае рыбу заливают холодной водой в соотношении 1:2. Воду меняют через 1, 2, 3 и 6 ч. Через 12 ч обычно концентрация соли снижается до 5%. Затем производят пробную варку, и если требуется, то вымачивание продолжают, меняя воду через 3 ч. Недостаток этого способа заключается в том, что по мере накопления в воде соли между отдельными сменами воды процесс вымачивания замедляется. Кроме того, в конце вымачивания вследствие снижения концентрации соли в мякоти рыбы может начаться ее порча.

При вымачивании в проточной воде рыбу кладут в ванну с решетчатым настилом, под которым находятся трубы, подающие воду. Удаляют воду через водоотводную трубу в верхней части ванны. Вымачивание длится 8—12 ч, после чего производят пробную варку.

Сельди вымачивают после разделки. Для этого снимают кожу, начиная с головы, потрошат, отрезают голову и хвост, вынимают позвоночник и реберные кости. Разделанные тушки вымачивают в воде, настое чая, молоке или молоке с водой. Пастой чая содержит дубильные вещества, препятствующие размягчению мякоти при вымачивании. Молоко придает сельди особую нежность и аромат. Можно вымачивать и неразделенную сельдь (в воде).

Этапы выполнения работы:

Задание 1. Заполните таблицу

	В соленой рыбе	В рыбе для жаренья	В рыбе для варки
Количество содержания соли			

Задание 2. Охарактеризуйте способы вымачивания рыбы

1
способ _____

2
способ _____

Задание 3. Какой способ используют для вымачивания сельди после разделки

Раздел 3. Механическая кулинарная обработка рыбы и морепродуктов

Практическая работа 5-6 «Обработка различных видов рыб»

Образовательные цели:

Формирование знаний по механической кулинарной обработке различных видов рыб. Рассмотреть механическую кулинарную обработку рыб

Задачи практической работы:

1. Изучить теоретический материал по теме практической работы.
2. Выполнить задания
3. Ответить на вопросы для закрепления теоретического материала.

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен уметь:

1. Определять качество поступающего сырья и полуфабрикатов, обрабатывать рыбу и некоторые продукты моря. Приготавливать несложные блюда

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен знать:

1. Технологический процесс механической, тепловой кулинарной обработки рыбы и некоторых продуктов моря, приготовление полуфабрикатов

Материально-техническое обеспечение занятия:

№п/п	Наименование	Автор	Издательство, год издания
ОИ1	Кулинария	Н.А. Анфимова	М: Изд. центр «Академия», 2008г
ОИ2	Кулинария, учебное пособие для нач. проф. образования	Качурина Т.А.	издательский центр «Академия», 2011. – 272 с.
ОИ3	Пособие для повара, учебное пособие для нач. проф	Сопина, Л.Н.	издательский центр «Академия», 2011. – 240 с.
ОИ4	Кулинарная характеристика блюд, учебное пособие для нач. проф. образования	Козлова, С.Н.	издательский центр «Академия», 2012. – 192 с.
ОИ5	Лабораторно-практические работы для поваров и кондитеров, учебное пособие	Татарская, Л.Л.	издательский центр «Академия», 2010. – 112 с.

Методические рекомендации по выполнению практической работы

Краткие теоретические и учебно-методические материалы по теме практической работы

Обработка осетровых рыб.

Осетровая рыба поступает на предприятия общественного питания обычно мороженой и потрошенной, кроме отдельных экземпляров стерляди и обского осетра подледного лова. Иногда при промышленной разделке у осетровых рыб оставляют молоки и жировые отложения в брюшной полости. Эти рыбы имеют хрящевой скелет. По сравнению с рыбами с костным скелетом они дают меньше отходов: осетр и севрюга до 36%, а стерлядь до 42%.

В связи с тем что осетровые рыбы поступают потрошенными, рекомендуется для их обработки использовать отдельные разделочные доски, чтобы не загрязнить их отходами, получаемыми при потрошении чешуйчатой рыбы.

Осетр, белуга, севрюга. У рыбы отрубают голову, грудные плавники, срезают нижние и спинные плавники, а также спинные жучки вместе с полоской кожи, вынимают визигу (если она имеется). Существует два способа удаления визиги.

Первый способ. Визигу поддевают изнутри рыбы с помощью поварской иглы, захватывают рукой и вытягивают.

Второй способ. После удаления головы мякоть надрезают кольцом у хвоста, не перерезая визиги, и, держа одной рукой за хвостовой плавник, вытягивают. Визигу можно удалить и после пластования рыбы, но она при этом может быть повреждена. После удаления визиги рыбу разрезают точно посередине жировой прослойки на спине в продольном направлении на две равные части, которые называются звеньями.

Крупные звенья осетровой рыбы разрезают на 2—4 части в поперечном направлении. Масса кусков должна быть не более 4 кг, а длина — 50—60 см. Звенья ошпаривают, погружая на 2—3 мин в горячую воду (95°), и немедленно счищают боковые, брюшные и мелкие жучки. Ошпаривание не только облегчает удаление жучков, но и уменьшает образование сгустков белка на поверхности рыбы при ее тепловой обработке. Кроме того, в рыбе паренных порционных кусках легче держится панировка, а оставшаяся после ошпаривания рыбы, не используется.

При ошпаривании масса звеньев уменьшается на 5—10%, а порционных кусков — на 10—15%. Звенья, предназначенные для варки и припускания целиком, можно от хрящей не зачищать. У них подворачивают брюшную часть (тушу), перевядывают их тесьмой. Звенья, предназначенные для нарезания порционных кусков, зачищают от спинных и реберных хрящей.

Стерлядь.

Рыбу, предназначенную для приготовления целиком, обрабатывают так: счищают боковые, брюшные и мелкие жучки, не ошпаривая рыбу. Затем потрошат (если она непотрошенная), промывают, вынимают визигу и удаляют жабры. Спинные жучки удаляют после варки или пропускания, иначе рыба сильно деформируется при тепловой обработке.

Особенности разделывание рыб.


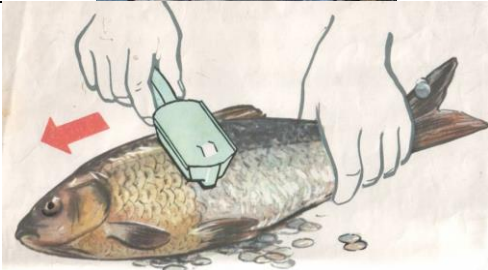



Налим, угорь. Вокруг головы надрезают кожу и снимают ее «чулком». Затем разрезают брюшко и после потрошения и промывания отрубают голову, хвост и вырезают плавники.


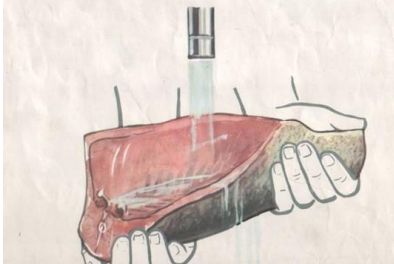
Сом.

Мелкие экземпляры сома потрошат и ножом зачищают кожу, крупные лучше использовать без кожи, которую снимают так же, как у налима. Рыбу потрошат, промывают, а затем пластуют.

Этапы выполнения работы:

Задание 1. Заполнить в технологической карте «Механическая кулинарная обработка крупной чешуйчатой рыбы с костным скелетом» столбцы: виды операции, оборудование и инвентарь

Виды операции	Рисунок обработки	Оборудование, инвентарь, инструменты, посуда, принадлежности
		Производственный стол, посуда для рыбы, ванна, вода, поваренная соль,
		
		
		
		

Задание 2. Продолжите технологическую последовательность обработки осетровой рыбы: отделяют голову

Задание 3. В чем особенности технологии обработки налима и угря

Задание 4. Какие отходы получают при механической кулинарной обработке рыбы, где используют рыбные отходы?

Задание 5. Составить схему обработки рыбы на порционные куски (кругляши).

Задание 6. Подписать виды полуфабрикатов рыбы



Раздел 3. Механическая кулинарная обработка рыбы и морепродуктов

Практическая работа 7-8 «Обработка различных видов нерыбных морепродуктов»

Образовательные цели:

Формирование знаний по механической кулинарной обработке различных видов рыб. Рассмотреть механическую кулинарную обработку различных видов нерыбных морепродуктов

Задачи практической работы:

1. Изучить теоретический материал по теме практической работы.
2. Выполнить задания
3. Ответить на вопросы для закрепления теоретического материала.

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен уметь:

1. Определять качество поступающего сырья и полуфабрикатов, обрабатывать рыбу и некоторые продукты моря.

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен знать:

1. Технологический процесс механической, тепловой кулинарной обработки рыбы и некоторых продуктов моря, приготовление полуфабрикатов

Материально-техническое обеспечение занятия:

№п/п	Наименование	Автор	Издательство, год издания
ОИ1	Кулинария	Н.А. Анфимова	М: Изд. центр «Академия», 2008г
ОИ2	Кулинария, учебное пособие для нач. проф. образования	Качурина Т.А.	издательский центр «Академия», 2011. – 272 с.
ОИ3	Пособие для повара, учебное пособие для нач. проф	Сопина, Л.Н.	издательский центр «Академия», 2011. – 240 с.
ОИ4	Кулинарная характеристика блюд, учебное пособие для нач. проф. образования	Козлова, С.Н.	издательский центр «Академия», 2012. – 192 с.
ОИ5	Лабораторно-практические работы для поваров и кондитеров, учебное пособие	Татарская, Л.Л.	издательский центр «Академия», 2010. – 112 с.

Методические рекомендации по выполнению практической работы

Краткие теоретические и учебно-методические материалы по теме практической работы

К данной группе продуктов относятся нерыбные морепродукты (беспозвоночные и морские водоросли) и речные раки. Среди промысловых морских беспозвоночных наибольшее пищевое значение имеют моллюски (двустворчатые и головоногие), ракообразные и иглокожие, а среди морских водорослей - морская капуста.

Мясо морских беспозвоночных отличается высокими пищевой ценностью, профилактическими и лечебными свойствами. По пищевой ценности они приближаются к яйцам, творогу и значительно превосходят мясо теплокровных животных и рыб. Мясо их отличается высоким содержанием белка (до 20 %), в составе которого преобладают биологически ценные незаменимые аминокислоты. Беспозвоночные богаты минеральными веществами (особенно микроэлементами), ненасыщенными жирными кислотами, витаминами группы В, а также провитамином D. Использование беспозвоночных в питании способствует снижению холестерина в крови, положительно действует на общий обмен веществ, некоторые из них выделяют антимикробные вещества, способные убивать вирусы.

Морские беспозвоночные подразделяются на:

двустворчатые моллюски (мидии, устрицы и морской гребешок);

головоногие моллюски (кальмары, осьминоги); морские ракообразные (креветки, крабы, омары, лангусты); иглокожие (трепанги, морские ежи, кукумария).

К съедобной части в мидии относится все тело, заключенное между раковинами (10-15% общей массы). Тело мидии внутри раковины покрыто мясистой пленкой - мантией. При хранении масса живых мидий уменьшается в результате потери жидкости. Свежих мидий следует употреблять сразу же. На предприятия общественного питания мидии поступают в виде консервов, варено-морожеными в брикетах (без створок) массой до 1 кг и живыми (в ракушках). Вареномороженое мясо готовят из живых мидий: их обрабатывают паром в течение 15-20 мин, при этом раковина раскрывается, мясо извлекают, промывают, укладывают в брикеты и замораживают. В брикетах мясо мидий должно быть целое, серого или бледно-оранжевого цвета с коричневым оттенком. Для приготовления блюд (закусок, супов, вторых блюд) брикеты оттаивают на воздухе, затем их тщательно просматривают, удаляют биссус (образование, с помощью которого мидии прикрепляются ко дну или другим предметам), после чего мидии промывают несколько раз в сменяемой воде, чтобы полностью удалить песок, и в зависимости от использования варят или припускают.

Этапы выполнения работы:

Задание 2. Перечислите виды следующих морепродуктов, используемых на предприятиях питания:

Ракообразные-

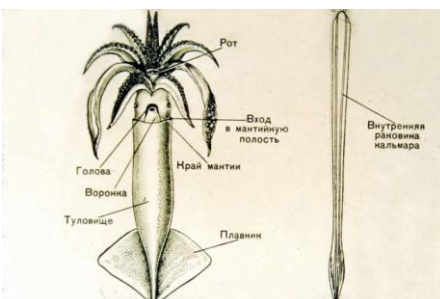
Моллюски-

Водоросли-

Задание 3. Продолжите технологическую последовательность обработки ламинарии:

сушеной

мороженой



Задание 4. Продолжите технологическую последовательность обработки кальмаров:
размораживают

Задание 5. Для разделки креветки поступают варено и сыроморожеными. Их слегка размораживают и подвергают варке. Как повлияет на качество готовых креветок использование полностью размороженных полуфабрикатов?

Задание 6. При каком виде кулинарной обработки питательные вещества морепродуктов сохраняются в большем количестве?

Морепродукт	Кулинарная обработка
Крабы	
Креветки	
Омары и лангусты	
Кальмары	
Морской гребешок	
Мидии	
Трепанги	
Морские водоросли	
Раки речные	