

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ  
СРЕДНЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
ЛУГАНСКОЙ НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКИ  
« КОМИССАРОВСКИЙ КОЛЛЕДЖ-АГРОФИРМА»**

**МЕТОДИЧЕСКАЯ РАЗРАБОТКА  
открытого урока учебной практики по профессии  
« Повар, кондитер»  
ПМ.04. Приготовление блюд из рыбы**

**Тема урока: «Приготовление блюд из запеченной рыбы»,  
«Рыба запеченная по -русски»**



**Разработчик:  
мастер производственного обучения**

**Половинка Татьяна Ивановна**

**пгт. Комиссаровка**

**2021г.**

**План урока учебной практики**

## ПМ.04. Приготовление блюд из рыбы

**Тема урока: «Приготовление блюд из запеченной рыбы»:**

**«Рыба запеченная по -русски»**

**Вид занятия:** урок практической самостоятельной работы.

**Тип урока:** формирование практических умений, навыков по приготовлению блюд из рыбы.

**Цели урока:**

**Обучающая:** 1.Отработать единые требования и приемы по приготовлению блюд из запеченной рыбы

2.Выработать у обучающихся логическое представление об ассортименте блюд из жареной рыбы, о правилах хранения, о качественных признаках, об условиях и сроках реализации.

3.Научить правилам подачи и оформлению.

**Воспитательная:** Выработать у обучающихся навыки работать в коллективе, соблюдать чистоту на рабочем месте, научить опрятности и аккуратности.

**Развивающая:** Развить у обучающихся мышление по рациональному расходованию сырья; формировать и развивать общие компетенции (ОК):

ОК.1 Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.

ОК.2 Организовывать собственную деятельность, исходя из цели и способов её достижения, определенных руководителем.

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

ОК.4 Осуществлять поиск информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач.

ОК.5 Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности.

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

ОК.7 Готовить к работе производственные помещения и поддерживать его санитарное состояние

**Профессиональные компетенции (ПК)**

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

**Воспитывающая цель урока:**

1. Воспитание у учащихся положительного интереса к получаемой профессии, специальности, чувства ответственности за свой труд;

2. Выработать у учащихся навыки работы в коллективе;

3. Воспитывать инициативу и самостоятельность в трудовой деятельности.

**Формы и методы:** объяснение, демонстрация, опрос, тестирование, самостоятельная работа учащихся на рабочих местах.

**Учебно-производственные работы:**

- Подбор производственного инвентаря и оборудования для приготовления блюд из рыбы

- Приготавливать и оформлять блюда из рыбы.

## **Материально-техническое и дидактическое оснащение урока:**

Ноутбук

Технологические карты, сборник рецептур, тесты

-Кастрюля емкостью-1 литр,2 литра,0,5 литра.

-Сковороды для жарения рыбы и картофеля-2

-Ножи поварские

-Дуршлаг

-Лопатка деревянная

-Хлопчатобумажная ткань для обсушивания рыбы и картофеля

-Блюда, мелкие тарелки

-Разделочные доски «ОС», «РС»

Сырьё: рыба свежемороженая, картофель, масло сливочное, сыр твёрдый, молоко, соль, масло подсолнечное.

**Место проведения:** Учебная лаборатория «Повар, кондитер»

### **Меж предметные связи урока учебной практики**

МДК.04.01 Технология подготовки сырья и приготовления блюд из рыбы.

ОП.01 Основы микробиологии, санитарии и гигиены в пищевом производстве

ОП. 02 Физиология питания с основами товароведения продовольственных товаров

ОП.03. Техническое оснащение и организация рабочего места.

### **1. Организационный момент**

1) приветствие;

2) проверка явки обучающихся на уроке, наличие спецодежды, организация рабочего места.

### **2. Вводный инструктаж**

а) Сообщение темы, цели урока.

б) 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.

### **3.Безопасность и охрана труда в рыбном цехе.**

Администрация предприятия обязана обеспечить безопасность работы на всех рабочих участках. Категорически запрещается допускать к работе на машинах лиц, не знающих правил эксплуатации.

Пол в цехе должен быть ровным, не скользким, с уклоном к трапам для стекания воды.

Производственные столы и ванны должны быть без острых углов.

Во время работы необходимо своевременно удалять и перерабатывать отходы, следить за санитарным состоянием цеха и каждого рабочего места.

После окончания работы тщательно промывать и протирать все машины. Ножи должны иметь прочно закрепленные ручки и острые лезвия.

Рыбу можно вынимать из ванн только специальными черпаками.

#### **4. Актуализация знаний.**

Вопросы:

1. Как разделяют рыбу для жарения в жире? (Филе без костей и обычно без кожи).

2. Как нарезают полуфабрикаты? (Под углом 60 гр.).

3. Как панируют эти полуфабрикаты? (Двойная панировка).

4. Какой жир используют для жарения? (Фритюрный).

5. Какой должна быть температура духовки? (Около 180 гр).

6. Каковы правила сохранения качества фритюра? (Он должен быть чистым без примесей).

7. Какие способы оттаивания рыбы вы знаете?

При комнатной температуре в течении 10 часов

В подсоленной воде при температуре 20 С в течении 2-3 часов.

8. Назовите последовательность операций по обработке рыбы с костным скелетом.

Очистка от чешуи, удаление головы, плавников, потрошение, промывание, разделка, нарезка на порционные куски.

9. Как разделять рыбу на филе с кожей?

Пластовать рыбу по позвоночной кости, удалить позвоночную кость, срезать реберные кости.

10. А какое филе мы будем использовать?

Филе с кожей без костей.

11. Как разделяют рыбу для жарения в жире? Филе без костей и обычно без кожи.

12. Как нарезают полуфабрикаты? Под углом 60 гр.

13. Какой должна быть температура жарочного шкафа? Около 180 гр.

14. Каковы правила сохранения фритюра? Он должен быть чистым, без примесей.

Теперь вспомним ассортимент блюд из жареной рыбы.

15. Назовите способы разделки рыбы для жаренья основным способом и во фритюре?

(В целом виде, порционными кусками, осетровую - звеньями или порционным куском

дожаривают в жарочном шкафу; порционными кусками с кожей без костей; чистое филе.)

16. Назовите правила жарения рыбы основным способом и во фритюре?

(Рыба кожей вниз, 5-10 минут до образования поджаристой золотистой корочки (температура - 140-160 гр.С), дожаривают в жарочном шкафу. Общее время жарки - 10-20 минут.)

(Подготовленные порционные куски закладывают во фритюр, нагретый до 180 гр.

С помощью шумовки, жарят 5-10 минут до образования на поверхности золотистой

корочки, вынимают, дают стечь жиру, укладывают на сковороду и дожаривают в жарочном шкафу).

17. Назовите процессы, происходящие при жарении рыбы. (Жареная рыба имеет ярко выраженный вкус за счет образующейся на поверхности поджаристой корочки, содержит большое количество ценных пищевых веществ, т.к. при жарке они почти не теряются. В процессе жарки рыба поглощает определенное количество жира, что повышает ее калорийность.)

18. С каким соусом можно подать рыбу, жаренную в тесте?

Готовить мы будем : Рыбу, жаренную по – ленинградски,  
Рыбу жаренную в тесте.

(Соус майонез с зеленью или корнюшопами; с горячим томатным соусом)

Рыба фри, рыба, жаренная в тесте (орли), судак фигурный (кольбер), рыба жареная с луком по – ленинградски, рыба жареная с зеленым маслом.

### **Объяснение темы урока.**

Сейчас мы приступим к практической части урока. В процессе работы вы можете пользоваться инструкционной и технологической картой.

В работе важно рационально организовывать рабочее место, соблюдать технологию приготовления, технику безопасности, санитарию и личную гигиену.

Посмотрите, правильно ли у нас организованы рабочие места?

Нет ли на столах чего то лишнего?

Доски и ножи с какой маркировкой используют для работы с сырой рыбой, овощами? («РС», «ОС»)

Для приготовления блюда **«Рыба, жаренная по-ленинградски» (№522)** нам потребуются следующие продукты:

1. Рыба треска массой 310/238.

2. Мука пшеничная 12.

3. Масло растительное 12.

4. Жир- 10.

5. Картофель-580.

6. Жир-30.

Выход 100/35/150

### **Технология приготовления**

1. Разделать рыбу на порционные куски с кожей, без костей, сделать надрезы на коже,

посыпать куски солью и перцем, запанировать в муке, обжарить основным способом и довести до готовности в жарочном шкафу;

2. Некрупный картофель нарезать кружочками, обжарить основным способом;

3. Репчатый лук нарезать кольцами, запанировать в муке и обжарить во фритюре, вынуть шумовкой и поместить на сито для стекания жира, после чего посолить мелкой солью и встряхнуть.

4. На горячую порционную сковороду с маслом положить обжаренную рыбу, вокруг нее веером жареный картофель, а сверху горкой – лук «фри».

### **Требования к качеству**

Вкус и запах жареной рыбы. Цвет золотистый. Рыба хорошо прожарена, картофель равномерно за колерован и аккуратно уложен вокруг рыбы. Лук хорошо поджаренный, хрустящий, сохранивший форму колец.

Следующее блюдо: **«Рыба жареная в тесте» (орли)**

Продукты:

1. Рыба массой 280/134.

2. Масло растительное -8.
  3. Лимонная кислота-0,4
  4. Зелень петрушки-6.
  5. Для приготовления кляра-  
-мука-60;  
-яйца-1,5  
-молоко-60:  
-лимонная кислота-0,4;  
-зелень петрушки-6.
  6. Для приготовления соуса  
-майонез готовый-120;  
-зелень петрушки и укропа-20;  
-соус южный-6.
  7. Для подачи  
-лимон-0,5;  
-зелень петрушки.
- Выход-150/75

### **Технология приготовления**

1. Филе без кожи и костей нарезать брусочками толщиной 1 см., длиной – 6-7 см. Сложить в неокисляющую посуду, сбрызнуть лимонным соком, полить растительным маслом, посыпать зеленью петрушки, солью и поставить на холод на 30 минут для маринования.
2. Приготовить тесто кляр  
Отделить белки от желтков, желтки растереть с солью, развести молоком, всыпать просеянную муку, хорошо размешать, влить растительное масло. Белки взбить в пышную пену и ввести в тесто в 2-3 приема.
3. Брусочки рыбы при помощи поварской иглы окунуть в тесто и сразу же перенести в горячий жир (170 гр.). Жарить до образования золотистой равномерной корочки.
4. Обжаренные кусочки вынуть шумовкой на сито, дать стечь жиру.
5. Перед отпуском рыбу поставить на 3-5 минут в жарочный шкаф.
6. Приготовить зелень «фри». Наиболее красивые веточки петрушки вымыть, обсушить, обжарить во фритюре, вынуть на сито, дать стечь жиру.
7. Приготовить майонез с зеленью: зелень петрушки, укропа промыть, обсушить и мелко нашинковать, соус майонез с соусом «Южный» и зеленью размешать.
8. На овальное блюдо положить бумажную салфетку, на нее кусочки рыбы в виде «колодца» или «елочки». С боков поставить дольки лимона, а на рыбу или сбоку от нее поместить зелень «фри». Чтобы дольки лимона были устойчивы, надо подрезать кожу на одном конце и подвернуть ее внутрь.
9. В соуснике подать майонез с зеленью.

### **Требования к качеству**

Вкус рыбы нежный. Кусочки рыбы равномерно обжарены, цвет золотистый. Соус ароматный, окрашенный в бледно-зеленый цвет.  
Зелень «фри» - темно-зеленая с блеском, хрустящая.

Для приготовления блюда «**Рыба, запеченная по –русски**» нам потребуются следующие продукты:

1. Рыба треска – 161/122
2. Картофель -150/100
3. Сыр – 5/5
4. Сливочное масло – 11

## 5. Соус молочный – 125

Выход: 350

### **Технология приготовления:**

Рыбу нарезать на порционные куски из филе с кожей без костей. Картофель сварить в кожице, охладить, очистить, нарезать кружочками. Порционную сковороду смазать маслом, подлить немного соуса, в середину уложить рыбу, вокруг выложить картофель кружочками в виде веера, закрывая сверху полностью рыбу, полить блюдо оставшимся соусом, посыпать тертым сыром, сбрызнуть растопленным сливочным маслом и запечь в жарочном шкафу до образования румяной поджаристой корочки на поверхности. Соус при этом должен слегка загустеть, но не засохнуть. Не выкипеть. Запекать блюдо до 15-20 мин, затем вынуть, поставить на плиту и довести до готовности в течение 3-5 мин. Отпускают блюдо в той же порционной сковороде, в которой и запекали, полив маслом и посыпав зеленью. Сковороду ставят на тарелку.

### **Требования к качеству:**

Внешний вид - слегка поджаренная корочка; соус загустевший, рельефно выделяются кружочки картофеля. Изделие сочное, все продукты мягкие; вкус и запах, свойственные запеченной рыбе; консистенция мягкая.

**Технология приготовления соуса молочного для запекания рыбы:** муку пшеничную просеивают, подсушивают на сковороде ( без масла) до светло- желтого цвета при постоянном помешивании, охлаждают, разводят молоком или молоком с добавлением бульона или воды и, непрерывно помешивая, варят при слабом кипении в течение 7-10 мин. Затем в соус заправляют прокипяченным маслом сливочным, тщательно перемешивают, прогревают до температуры от 80 до 85 С, но не кипятят. Срок реализации: не более двух часов с момента приготовления.

### **III. Самостоятельная работа обучающихся (текущий инструктаж)**

По имеющимся технологическим картам произвести расчёт необходимого количества сырья и п/ф

#### **Задание 1. Соус молочный**

#### **Задание 2. Рыба, запеченная по- русски.**

Целевые обходы рабочих мест обучающихся мастером ПО

- контроль за организацией рабочих мест, оказание помощи;
- контроль за соблюдением правил техники безопасности и санитарии;
- контроль за качеством выполнения работ.

Уборка рабочих мест.

#### 5. Закрепление темы.

Как подготовить рыбу для данного блюда?

Как отваривают картофель?

Как нарезают картофель?

Какой соус используют для данного блюда?

Какой инвентарь, посуда используются при приготовлении данного блюда?

Как приготовить молочный соус?

В каком виде подают рыбу запечённую по-русски, указать на ошибки и недочёты, а также способы их устранения.

### **IV. Заключительный инструктаж 10 мин.**

4.1. Подвести итоги занятия.

4.2. Указать на допущенные ошибки и разобрать причины, их вызвавшие.

4.3. Сообщить и прокомментировать оценку учащемуся за работу

4.4. Выдать домашнее задание на тему: Подготовить сообщение на тему «Рыба-витаминная кладезь» пользуясь Интернет - ресурсами

1. [http:// www.inforvidio.ru/](http://www.inforvidio.ru/)
2. <http://supercook.ru>
3. <http://www.millionmenu.ru/>

**Технологическая карта**  
**Наименование блюда: Рыба, запеченная по-русски**  
 № 319 по сборнику рецептов колонка 11  
**Выход 350 г.**



№ п/п	Наименование продуктов	Брутто	Нетто
1	Треска	161	122
2	Картофель	150	100
3	Сыр	5	5
4	Сливочное масло	11	11
5	Соус молочный	-	125

Рыбу нарезать на порционные куски из филе с кожей без костей. Картофель сварить в кожуре, охладить, очистить, нарезать кружочками. Порционную сковороду смазать маслом, подлить немного соуса, в середину уложить рыбу, вокруг выложить картофель кружочками в виде веера, закрывая сверху полностью рыбу, полить блюдо оставшимся соусом, посыпать тёртым сыром, сбрызнуть растопленным сливочным маслом и запечь в жарочном шкафу до образования румяной корочки на поверхности. Соус при этом должен слегка загустеть, но не засохнуть, не выкипеть. Запекать блюдо 15-20 мин., затем вынуть, поставить на плиту и довести до готовности в течение 3-5 мин.

Отпускают блюдо в той же порционной сковороде, в которой запекали, полив маслом и посыпав зеленью. Сковороду ставят на тарелку.

**Требования к качеству:**

Внешний вид - слегка поджаренная корочка; соус загустевший, рельефно выделяются кружочки картофеля. Изделие сочное, все продукты мягкие; вкус и запах, свойственные запеченной рыбе; консистенция мягкая.

Карточка-задание: Пользуясь учебником, выполнить расчет продуктов, необходимых для этого блюда на 25 порций.

**Технологическая карта**  
**Наименование блюда: Соус молочный**  
 № 859 по сборнику рецептов





№ п/п	Наименование продуктов	Брутто	Нетто
1	Молоко	90	90
2	Масло сливочное	4	4
3	Мука	5	5
4	Соль	0,5	0,5
5	Сахар	0,5	0,5

Цельное молоко или разведенное водой доводят до кипения. В посуде с толстым дном приготавливают белую жировую пассировку. Муку пассеруют особенно аккуратно, чтобы она почти не изменила своего цвета. Горячую пассировку постепенно разводят горячим молоком при непрерывном нагревании и размешивании, проваривают 7-10 мин., добавляя соль и сахар.

Соус размешивают, процеживают, доводят до кипения и зашиповывают кусочками сливочного масла, чтобы при хранении на поверхности не образовывалась пленка.

### Тесты

#### 1. На какие категории по содержанию жира делят рыбу?

- а) тощую – 2 %
- средней жирности – от 2 до 5 %
- жирную – от 5-15 %
- особо жирную - от 15 до 33 %
- б) тощую – до 1 %
- средней жирности – от 1 до 10 %
- жирную – от 10-25%
- особо жирную - от 25 до 40 %
- в) тощую – от 0,5 %
- средней жирности – от 0,5 до 6 %
- жирную – от 6% -15%
- особо жирную - от 15 до 20 %

#### 2. По содержанию каких веществ и степени усвояемости белков рыба превосходит мясо?

- а) минеральные вещества;
- б) жиры
- в) витамины
- г) углеводы

#### 3. Какими способами размораживают рыбу?

- а) на воздухе;
- б) в воде;
- в) на воздухе, комбинированным способом;

г) на воздухе, в воде, комбинированным способом;

**4. Какой температуры должна быть вода для оттаивания рыбы?**

а) 2С

б) 15С

в) 30С

г) 70 С

**5. Время вымачивания соленой рыбы?**

а) 2 часа;

б) 3 час;

в) 6 часов;

г) 12 часов;

### **Вопрос**

1. Что включает в себя механическая кулинарная обработка рыбы?

2. Какими способами размораживают рыбу?

3. Время оттаивания рыбы на воздухе при комнатной температуре?

4.какой температуры должна быть вода для оттаивания рыбы?

5. Время вымачивания соленой рыбы?

### **Варианты ответов**

а) размораживание, вымачивание

б)приготовление полуфабрикатов

в) размораживание, вымачивание, разделка, приготовление полуфабрикатов

а) на воздухе;

б) в воде;

в) на воздухе, комбинированным способом;

а) менее 1 час

б) до 10 часов

в) до 24 часов

г) от 4 до 48 часов

а) 2 С

б) 15 С

в) 30 С

г) 70 С

а) 2 часа

б) 3 часа

в) 6 часов

г) 12 часов

### **Дополните предложения**

1. При первичной обработке рыбы кроме полуфабрикатов получают следующие отходы:.....

2.Наименьшее количество отходов получают при.....

3. Наибольшее количество отходов получают при.....

4. Из рыбных отходов готовят следующие блюда:.....

5. Рыбные полуфабрикаты хранят при температуре..... час.

### **Самоанализ урока**

#### **1. Характеристика группы:**

Открытый урок проходил в лаборатории «Повар-кондитер». Инвентарь и оборудование в хорошем состоянии; санитарно гигиенические условия отвечают требованиям. Обучающиеся обеспечены инструментами, приспособлениями, сырьем, технологическими картами.

Правила техники безопасности для проверки усвоения пройденного материала обучающимися были соблюдены. Учебно-методическая документация находилась в соответствии с требованиями.

Для проверки усвоения пройденного материала обучающимся были выданы тестовые задания, карточки опроса, карточки–задания: обучающиеся обрабатывали овощи, рыбу, делали правильную нарезку, оформляли блюда.

Все учащиеся были задействованы в работе, показали умения пользоваться технологическими картами, а также оборудованием, инструментами, приспособлениями. Обучающиеся могут применять полученные задания на практике.

5 человек получили оценку «хорошо», 10 человек «удовлетворительно».

При проведении урока отступлений не было.

### **КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ КАЧЕСТВА ИЗДЕЛИЙ, приготовленных при выполнении компетентностно-ориентированных заданий.**

**Оценка 5 баллов** соответствует изделиям без недостатков. Органолептические показатели должны строго соответствовать требованиям нормативных и технических документов.

**Оценка 4 балла** соответствует изделиям с незначительными или легкоустраняемыми недостатками. К таким недостаткам относят типичные для данного вида продукции, но слабовыраженные запах и вкус, неравномерную форму нарезки, недостаточно сладкий вкус блюда (изделия) и т.д.

**Оценка 3 балла** соответствует изделиям с более значительными недостатками, но пригодным для реализации без переработки. К таким недостаткам относят подсыхание поверхности изделий, нарушение формы, слабый или чрезмерный запах специй, жесткая текстура (консистенция) и т.д. Если вкусу и запаху изделия присваивают оценку 3 балла, то независимо от значений других характеристик, общий уровень качества оценивают не выше, чем 3 балла.

**Оценка 2 балла** соответствует изделиям со значительными дефектами: наличием посторонних привкусов или запахов, пересоленные изделия, недопеченные, подгорелые, утратившие форму и т.д.