INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

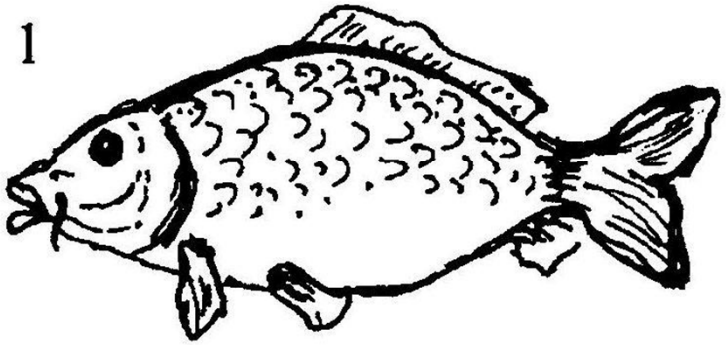
DIGITÁLNÍ UČEBNÍ MATERIÁL	
Číslo projektu	CZ.1.07/1.5.00/34.0763
Název školy	SOUpotravinářské, Jílové u Prahy, Šenflukova 220
Název materiálu	VY_32_INOVACE_Technologie 2,3 /04/01/06
Autor	Ing. Ludmila Marková
Obor; předmět, ročník	ŠVP kuchař, kuchař - číšník; Technologie; 2. ročník
Tematická oblast	Příprava pokrmů z masa
Tematický okruh	Příprava pokrmů z ryb
Datum tvorby	02.02. 2013
Anotace	Výklad nové látky a opakování.
Metodický pokyn	Prezentace je určena jako výklad do hodiny, k opakování a samostudiu žáků.
Zdroje	Články z učebnice ŠEBEK, Luboš. *Technologie kuchařských prací*. Praha: Septima, 2000, ISBN 80-7216-120-2. Fotografie :Archiv SOU potravinářské, Šenflukova 220, Jílové u Prahy

PŘÍPRAVA POKRMŮ Z RYB

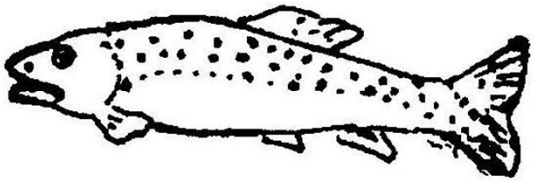
DĚLENÍ RYB

1. sladkovodní – kapr, lín, štika, pstruh, sumec, candát, úhoř, amur
2. mořské – mořský losos, platýz, tuňák, makrela, hejk, treska

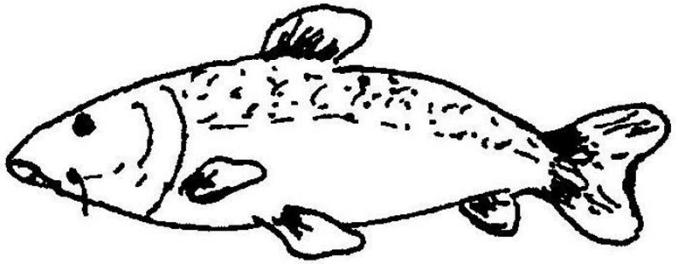
1



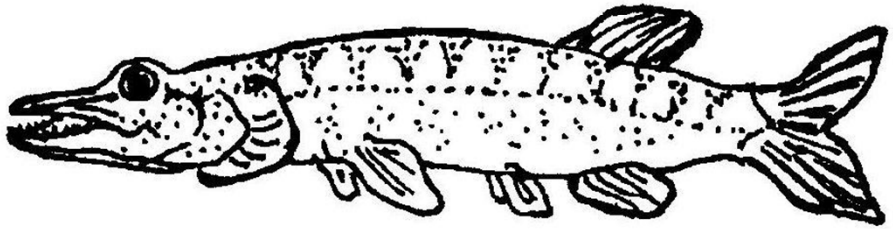
3



2



4



Sladkovodní ryby

1 – kapr, 2 – lín, 3 – pstruh, 4 – štika

CHARAKTERISTIKA RYBÍHO MASA

- biologicky hodnotné maso
- mořské ryby obsahují jód (funkce štítné žlázy)
- lehce stravitelné, jemné, křehké
- krátká tepelná úprava
- rychle se kazí

VLASTNOSTI ČERSTVÉ RYBY

- jasné oko
- pevné šupiny
- jasně červené žábry
- maso tuhé, pružné

POUŽITÍ RYB

- používáme čerstvé, zmrazené, konzervované
- zmrazené ryby udržujeme v dostatečně zmrazeném stavu
- rozmrazené ryby nezmrazujeme, rychle podléhají zkáze
- čerstvé ryby skladujeme na ledu

1. VAŘENÍ RYB

- používáme rybí s děrovanou
- vložkou aby se ryba nerozpadla
- vaříme v celu nebo na porce
- vkládáme do vroucí osolené nebo okyselené vody s divokým kořením a zeleninou

VAŘENÉ POKRMY Z RYB

- vaříme táhnutím 15 – 20 min. dle velikosti

- Kapr na černo
- Kapr na modro
- Vařený kapr se smetanovým křenem

2. DUŠENÍ RYB

- používáme větší ryby které porcujeme
- dusíme na másle s různými přísadami (zelenina, houby, koření cibule, víno …)
- šťávu zjemňujeme smetanou a zvýrazňujeme citrónovou šťávou

DUŠENÉ POKRMY Z RYB

- Dušený kapr na víně
- Dušený kapr po cikánsku
- Dušený kapr na žampionech

3. PEČENÍ RYB

- vcelku pečeme lína, pstruha
- naporcované – kapr, štika, candát, losos
- pečeme v troubě na pánvi na roštu na rožni
- obalujeme v hladké mouce
- doplňujeme citrónem nebo
- pochoutkovým máslem

PEČENÉ POKRMY Z RYB

- Candát pečený na kmíně
- Pstruh po pekařsku
- Pstruh pečený po mlynářsku

PSTRUH PEČENÝ NA KMÍNĚ

PSTRUH PO MLYNÁŘSKU

PEČENÝ ÚHOŘ NA HOUBÁCH

POUŽITÉ ZDROJE :

- ŠEBEK, Luboš. Technologie kuchařských prací. Praha: Septima, 2000, ISBN 80-7216-120-2.
- Fotografie : Archiv SOU potravinářské, Šenflukova 220, Jílové u Prahy