

*Министерство просвещения, науки и по делам молодежи Кабардино-  
Балкарской республики*

*Государственно бюджетное Профессиональное образовательное учреждение  
«Кабардино-Балкарский Торгово-Технологический колледж»*

***Открытое мероприятие  
на тему:  
«Блюда из рыбы»***

*«Принесу тебе форели,  
Тот час их варить вели.  
Как увидишь посинели...»*

А.С. Пушкин

*Подготовили и провели мастер п/о Кужева Г.Г.*

*Кл. рук Ортанова Л.Б.*

## Открытое мероприятие на тему: «Блюда из рыбы»

*«Принесу тебе форели,  
Тот час их варить вели.  
Как увидишь посинели...  
Влей в уху стакан шабли»*

А.С. Пушкин

Это отрывок из письма к Соболевскому. Шабли-самое северное вино Бургундии.

**Цель:** 1) выявить знание об истории появления блюд из рыбы и о пользе рыбы;

2) Развить творческие способности; эстетический вкус, наблюдательность, самостоятельность.

**Задачи:** 1) Развивать умения вкусно и разнообразно готовить блюда из рыбы.

2) Повысить интерес к выбранной профессии

3) Воспитать чувство ответственности, коллективизма, уважение к друг другу

4) Развить активность и творческие способности обучающихся, предоставить возможность самовыражения, расширить профессиональный кругозор



«Если человеку подарить рыбу,

Он будет сыт один день,

Если подарить две рыбы,

Он будет сыт два дня,

Но если человека научить ловить рыбу, он будет сыт всю жизнь» - так гласит восточная мудрость.

Академик Зеикевич говорил: «нет сомнения, что постепенно многое из того, что произрастает, тaitся и живет в морях и океанах, будет использовано в пищу человека, внедриться в наш рацион, заслужит признание популярности и, конечно, своим вкусом».

Сегодня мы с вами собрались на открытое мероприятие: «Блюда из рыбы», чтобы повеселиться, отдохнуть, узнать что-то новенькое.

Известный философ Гиппократ сказал: «Наша пища должна быть лечебным средством. А наше лечебное средство должно быть нашей пищей». Это мудрые слова. В наше время совершенно очевидно, что пища – это самый сильный антибиотик, потому, что она защищает организм от микробов. Если бы население всего мира правильно питалось – то нам почти не нужны были лекарства. Правильное питание – это залог нашего здоровья, красоты и это – настоящие искусства.



Не случайно рыболовство- одно из древнейших промыслов, которое освоил человек. В 12 веке своими рыбными богатствами славились многие поселения в верховьях Волги. Рыбой платили феодальные повинности.

Особо ценились в те древние времена различные виды рыб; сегодня мы найдем в «шутливой Повести о Ерше Ермовиче», относящийся ко второй половине 16 столетия.

В большом озере в Ростовском съезжались судьи всех городов: это Белуга Ярославская, Семга Переславская, боярин и воевода Осётр с Волынского

моря , окольничий был Сам, судные мужики Судак да Щука , упомянутый в повести так же Лодуга, сиг , сельдь, язь , нельма , сазан , лещ и другие. Самую нижнюю ступеньку этой иерархической лестницы рыбных сословий занимает ёрш.

Зато осетр величается не иначе, как боярин и воевода – большая часть населения познакомилась с осетровыми в эпоху Петра 1. В 1808 году в книге «Источник здоровья» можно прочесть утверждения, что «для употребления в пищу морская рыба почитается питательнейшую и здоровейшую»

Об отличных вкусовых качествах морской рыбы писал Левшин, он даже предложил один из рецептов приготовления трески в своем «Словаре поваренном». Но несмотря, ни на что , морская рыба довольно трудно пробивала себе дорогу на наш стол. И даже спустя 100 лет. после издания книги Левшина , Кашин сетовал на своих соотечественников, доказывая им, что «Свежая треска не заслуживает быть в таком пренебрежении, в каком её держит предрассудок».

Пожалуй, в 19 веке считалось навага-основной рыбой. Её развозили в замороженном виде по всей России. Рыбу морозили особым способом закаливали, обмакивали в ледяную воду и обваливали в снегу до тех пор, пока не обледенеет полностью.

Основная масса рыбы, которой торговали в России, была солёная, вяленая, сушеная.

В России рыбный стол всегда был обильным и разнообразным. Среди блюд первой подачи на пирах в Древней Руси обычно шла кислая капуста с сельдями. Рядом в качестве закусок ставилась икра, которую подавали с перцем и рубленным луком, уксусом и прованским маслом. Икру дополняли балыки, лососина, белорыбица, осетрина. От этого изобилия закусок переходили к ухе. Обязательными были пироги с начинкой из рубленной рыбы. После ухи принято было лакомиться свежей и солёной рыбой в рассоле с соусами с хреном, чесноком, горчицей. Откушав все эти блюда, баловались варёными раками.

И позже рыба не сходилась на столе русского народа. Многие русские кушанья из рыбы не имеют аналогов у других народов.



Рыба и морепродукты являются важной составляющей рациона человека.

По вкусовым и гастрономическим качествам рыба не уступает мясу, а по содержанию витаминов, минералов, а так же в легкости усвоения даже превосходит его.

В рыбе содержится большое количество белка (от 13% до 23%), и от 0,01% до 33% жиров. Это основные показатели пищевой ценности рыбы. Принято считать, что чем рыба жирнее, тем лучше её вкусовые качества. Представители наиболее жирных рыб – это осетровые, лососевые, угри, миноги считаются деликатесом. Блюда из рыбы полностью отвечает всем требованиям здорового образа жизни. В этом продукте содержится множество витаминов, микроэлементов, в том числе фосфор, так необходимый для человеческого организма.

Блюда из рыбы входят в состав лечебного питания при сердечно-сосудистых заболеваниях. Мясо почти всех видов рыб богаты минеральными элементами- калием, магнием, фосфором. Рыба-важнейший источник витаминов группы D. Традиционно можно выделить из разновидностей двух рыбных блюд: отварная, паровая, жаренная, запеченная, томлённая, тельная (рыба готовится в бескостном виде и покрывается какой-нибудь оболочкой- мучной, яичной). Очень давно

человек использует жидкое горячее блюдо- уху. В русской кухне- более 50 рецептов различных видов ухи.



**О пяти секретах вкусной ухи, которую готовят на природе, расскажет нам- Куготова Милана.**

*О пользе рыбы знают все не мало  
Омега 3 – полезные жиры  
Железо, фосфор, кальций помогает  
Иммунитету, нам несут дары.  
Прекрасные, нежнейшие котлетки  
Сейчас хочу из рыбы предложить  
Для клеток ваших- будут крепки  
С белка легко воздвигнуть этажи.  
Возьмем филе из рыбы не костлявой  
Пятьсот грамм хватит что бы закусить  
Его помыть и высушить сначала  
На мясорубке мелкой прокрутить  
К нему соль, перец, две головки лука  
Порезать. Все слегка перемешать.  
Туда вбить яйца*

*Размокшего батона не спеша.  
Добавь, (грамм 200-300 хватит)*

*Ну, вот и все.*

*Теперь сковороду  
На печке раскалить.*

*Котлетки кстати!*

*Румяные, и запах на версту.*

*Котлетки вышли мягкие, как нежность,*

*Во рту растают..*

*Слюнки потекли...*

*Пока делилась с вами, захотелось*

*К котлеткам приготовить пироги!*

***И подаёт Дарья пирог из рыбы собственного приготовления.***

*Милые гости , на нас посмотрите,*

*Какой день недели сегодня, скажите.*

*Вы правы конечно, сегодня четверг.*

*Вы люд православный скажите, аль нет?*

*А коль православный, то дайте ответ,*

*Как называют в православии четверг?*

*О да, «рыбным» днем его называют*

*И рыбными блюдами всех угощают.*

*И мы в этот день – не исключенье,*

*Предложим из рыбы вам угощенья.*

*Все блюда из рыбы родной, забайкальской.*

*Чебак, Хариузок – ну , просто сказка.*

*«Хариуз под шубой» салат предлагаем*

*Вам он понравится, мы это знаем.*

*Вкусом он нежен и необычен.*

*Не то что «Селедка под шубой» - привычен.*

*Что может вкуснее быть на природе,*

*Зимой и летом, при всякой погоде,  
Конечно уха, уха с чебаком,  
Отведайте блюдо за нашим столом.*

*Все котлеты хороши.*

*Предлагаем от души*

*Вам котлеты с чебачков,*

*Эксклюзив от рыбаков.*

*К чаю хворост не простой,*

*В форме рыбки золотой.*

*Вы желанье загадайте,*

*К угощенью приступайте.*

*Мы долго думали, долго гадали,  
Что приготовить из списка, что  
дали.*

*Нет приготовить конечно же  
можно,*

*Но главное чтоб на других  
непохоже.*



*И предлагаем на суд ваш-жюри,  
Несколько блюд, не два и не три.  
Что же так много вдруг спросите вы,  
А чтоб на свой вкус вы выбрать смогли.*

*Если не голоден кто – то из вас.*

*Вам бутерброд предлагаем сейчас.*

*Вы не смотрите, что с виду он прост.*

*Съев ощутите вы силы прирост.*



*Уху дня вам предлагаем.  
Очень вкусную, точно знаем.  
Там калорий больших нет,  
Что сэкономит ваш силуэт.*

*Блюдо из рыбы вкуснее всего,  
А если добавить подливы в него,  
То мягче, сытнее становится блюдо,  
Это ведь лакомство всякого люда.*

*Хорошо уметь  
готовить  
Суп-харчо и рыбу фиш,  
Делать соусы из сои,  
Знать, где мышь,  
А где кишмиш.  
Из баранины биточки –  
Класть в них перчик,  
чесночок,*

*А в рассольник, только почки!*

*И зелёный лучок.*

*Аппетит – такое чувство, -*

*Близко телу и душе.*

*То, что пища не искусство –*

*Это глупое клише!*

*Вот рапсодия из крема,*

*Вот соната – антрекот,*

*Трюфеля, что ест богема,*



*Бронза благородных шпрот.*

*Или ода свежих фруктов*

*В тонком звоне хрусталя.*

*Эх, эстетика продуктов,*

*Ты достойна короля!*

*Тот, кто любит жить красиво,*

*Тот и кушает под стать, -*

*В меру, тонко и игриво,*

*Чтобы телу помогать.*



### *Пословицы о рыбе*

1. Где щуки нет там карась хозяин
2. Снимай ерша с крючка не спеша
3. На широкой речке рыба в узких листьях, а на узкой- в широких
4. У глубокой речки лови на мели , в мелкой- в омуте
5. Какой рекой плыть, ту и воду пить
6. Ищи леща у хвоща, а ершей- у камня
7. Знать бы ершу, когда щука зубы меняет
8. Рыба ищет, где глубже, а человек- где лучше
9. Щука хвостом лёд разбивает
10. Щука умерла, да зубы целы
11. И карасей из пруда не выловить без труда
12. Хоть щука и востра, да не съест ерша с хвоста

*Разве я не молодец?*

*Кулинарный блюдец!*

*Приготовил всё с любовью,*

*С овощами и морковью,*

*И красиво разложил*

*Чтоб обед счастливым был!*

*Я раскрою Вам секрет-*

*В чистоте вкусней обед!*

*И светлее будет день,*

*Ели мы , забыв про лень,*

*Всё на кухне приберём*

*И порядок наведем,*

*С мылом вымоем посуду,*

*Не накапливая груды,*

*И с заботой о здоровье,*

*Будем делать всё с любовью*

## **Игра «Продолжи пословицу»**

На вырезанных из картона рыбках напишите не законченные пословицы на рыбацкую тему. Игроки «вылавливают» из мешка рыбку, читают начало и завершают её.

1. Не всяк рыбак, кто рыбку... (поймал)
2. Рыба рыбака... (не ждёт)
3. На безрыбье и рак... (рыба)
4. Крупная рыба прячется, мелочь всегда... (на виду)
5. Рыба портится с ... (головы)
6. Не пойманная рыба всегда кажется... (большой)
7. Без труда не вытянешь и рыбку... (из пруда)
8. Была бы рыба, а рыбак... (найдется)
9. Поймал карася, поймаешь и... (щуку)
10. Рыба мелка, да уха... (сладка)
11. Для хорошей ухи всегда котелок... (мал)
12. Что бы рыбку съесть надо в воду... (лезть)
13. Хорош клёв, да мал... (улов)

## **Рыбные загадки**

1. Какую рыбу нес кум куме в русской народной песни: «Вдоль по Питерской»? (То не лёд трещит, то комар пищи, то кум до кумы судака тащит)
2. Что такое уха? Какое блюдо на Руси называлось ухой? (суп из свежей рыбы. На Руси ухой назывались все супы на бульоне)
3. Какой рыбой угощал Демьян соседа Фоку в басне И. Крылова «Демьянова уха»? ( Поешь же миленький дружок, вот лещик потроха, вот стерляди кусочек)
4. Как называлась харчевня в сказке А. Толстого «Золотой ключик или приключения Буратино»? (Лабарданом-свежепросоленной треской)
5. Каких рыб называют красными, хотя мясо у них белое, а икра черная? (Осетровых)
6. Какая рыба нерестится в самые лютые морозы? Кто из русских писателей написал рассказ о её необычной ловли? (Налим. А.П. Чехов рассказ «Налим»)
7. Название какого итальянского города превратится в рыбу, если его прочесть наоборот? (Милан-Налим)
8. Почему одного из персонажей романа М. Шолохова «Поднятая целина» прозвали щукарем? (Пытаясь под водой откусить фабричный крючок у удилица деда Купыря, 9 летний мальчишка вместо щуки случайно был пойман за верхнюю губу, крючок отец отрезал, но с тех пор за мальчишкой до старости лет укрепилась кличка щукарь)
9. Чем слышит рыба? (Восприятие звука связано с плавательным пузырем. Ухом является боковая линия)
10. Где у рыбы нос (орган обоняния)? (находится в голове у рыбы. Он представляет собой 2 мешочка, которые помещаются в специальных углублениях черепа и позволяют рыбе чувствовать запах.)
11. В какой стране является деликатесом рыба с «музыкальным названием»? Что это за название? (страна- Япония, рыба- фуга)
12. Какими нотами мореходы измеряют свой путь?(ми, ля, ми, то есть милями)

## Стих «Рыба в кляре»

Рецепт предлагаю я вам замечательный.

Жду же от вас я вердикт окончательный.

Может, вы сами готовите это

А блюдо все любят взрослые, дети

На ломтики рыбу (филе) нарезаем,

Солим, перчим и лучку добавляем.

Яйца, муку, соль и соду смешаем,

Ложечку воды туда добавляем,

Кляром мы тесто не назовем,

Рыбу (филе) мы в него и кладем.

В масле кипящим обжарим филе,

И вкусное блюдо у нас на столе!

## **Конкурс «Рыбное застолье»**

Ведущий обходит команды и предлагает взять любую рыбку, одна из которых «золотая» и выудившему золотую рыбку вправе озвучить 3 своих желания

1. Я хочу, чтобы «Шинтукова Камилла» прочитал стих про рыбака и рыбу
2. Я хочу, чтобы вручили приз
3. Я хочу, чтобы спела песню Хагажеева Инна



## Викторина на День рыбака

1. Вильнет хвостом туда-сюда – и нет ее, и нет следа (рыба)
2. Каких камней нет ни в одном море (сухих)
3. В воде родится, а воды боится (соль)
4. На каком континенте нет ни одной реки? (Антарктида)
5. Нить, связывающая рыбака и рыбу (леска)
6. Дом для комнатных рыбок (аквариум)
7. Как называется «стадо» рыб (косяк)
8. Какой болезнью не болеют на земле? (морской)
9. Кто дважды рождается, а один раз умирает (рыба)
10. Какая рыба называется человеческим именем (каarp)
11. Этим рыб назвали в честь русских рек (амур и осетр)
12. Чем привыкла дышать рыба (жабрами)
13. Блестящая одежда рыбы (чешуя)
14. Он в самом омуте живет- хозяин глубин. Имеет он огромный рост, а глазки чуть видны (сом)
15. Сколько лет может прожить щука (300)
16. А как определить, сколько лет рыбе (по чешуе, она растет всю жизнь, покрываясь колечками)
17. Живет в воде, кости на спине, и щука не проглотит (ерш)

# Заключение

И так ребята, наше мероприятие подходит к концу.

Вы ребята, выбрали профессию техника-технолога и по моему глубокому убеждению, технологами можете стать вы все.

Иногда природа щедро одаривает человека талантом приготовить и оформить какое-нибудь оригинальное блюдо также создать музыкальную или поэтическую строку.

История знает не мало подобных примеров.

Достаточно вспомнить Дюма, Гоголя. Эти всемирно известные писатели, композиторы, наследие которых вошло в лучшие кулинарные книги. И пока сохраняется серебряная ниточка, связывающая прошлое и будущее- есть надежда на продолжение кулинарного искусства.

**Благодарю за участие в мероприятии.**