

QAYNATILGAN BALIQDAN TAYYORLANGAN TAOMLAR

*Rahmatova Malohat Murotovna**Farg'ona Shahar 1-sonli Politexnikum ta'lim ustalari*

ANNOTATSIYA

Ushbu maqolada baliqdan turli xildagi taomlar tayyorlash haqida to'liq ma'lumotlar keltirilgan..

Kalit so'zlar: kaboblar, baliq filesi, trezka, kambala, paltus, sardak, garnirga.

Baliqlar butun holda, katta va porsiyali bo'laklar, file ko'rinishida qaynatiladi. Butun va bir qancha baliqlar mahsus uzunchoq shakldagi setkalardan iborat qozonlarda qaynatiladi. Tayyorlangan baliqlar panjaralarga terilib ip bilan bog'lanadi. Baliqli panjara qozonga o'rnatiladi va ustidan 3 santimetr balandlikda sovuq suv qo'yiladi va piyoz, kashnich, lavr bargi, achchiq qalampir, tuz solinadi. Osetr, losos va boshqa oilaga mansub toza tutilgan baliqlarni qaynatish uchun xushbo'y ildizlar qo'shilmaydi, chunki bunday baliqlarning o'zining mazali ta'mi, hidi bor va ular qo'shimcha xush ta'mlarga muhtoj emas. Boshqa hollarda asosan dengiz baliqlarini qaynatishda xushbo'y ildizlar, piyoz va boshqa dorivorlar ko'p miqdorda qo'shiladi. Baliqlarni qaynatish ikki etapdan iborat: oldin qozon masalligi bilan qaynash holigacha keltiriladi, so'ngra olov pasaytiriladi va baliq kattaligi va ko'rinishiga qarab 85-90 OS haroratda 45 minutdan 1,5 soatgacha qaynatiladi. Baliqning tayyorligini aniqlash uchun oshpazlik sanchqisi. Qaynatilgan baliq panjara bilan birga qozondan olinadi, bog'langan ipidan bo'shatiladi, likopchaga teriladi. Tayyor taom qaynatilgan kartoshka, qo'ziqorin, qaynatilgan rangli karam, krablar bilan garnirlanadi, ko'katlar va limon bilan bezatib uzatiladi. Baliq filesi mahsus pichoqlar yordamida porsiyalarga bo'linadi; sardak alohida beriladi yoki porsiyalarga bo'lingandan so'ng baliqning ustidan qo'yiladi. Baliqdan taomlar tayyorlaydigan restoranlarda har xil turdagi qaynatilgan baliqlar issiq holda saqlash uchun salfetskalar yordamida uzatiladi. Yaxna va gazakli taomlar uchun mo'ljallangan katta bo'lakli baliqlar qaynatilgandan so'ng qozondan panjarasi bilan birga olinadi, to'dalangan oqsillar 69 yuviladi va uy haroratigacha sovutiladi. So'ngra ular sovutgichga qo'yiladi. Sovutilgan baliqlar suyaklaridan ajratiladi va porsiyalarga bo'linadi. Porsiyalangan baliqlarni qaynatish uchun baland bo'lmagan kastrul yoki idishlarga yuqori qilib bir qatorda teriladi. Ustiga ikki marta ko'p bo'lgan miqdorda issiq suv qo'yiladi, tuz, piyoz, dorivor, ko'katlar qo'shiladi va qaynagandan so'ng 15-20 minut past olovda qaynatiladi. Tayyor bo'lgan baliq yuqorida ko'rsatilgandek dasturxonga tortiladi. Qaynatilgan vaqtda baliqning og'irligi 20 % ga kamayadi. Osetr baliqlari, kambala, paltus, trezka turidagi baliqlar bundan mustasno bo'lib, osetr baliqlari 15 %, trezka, kambala, paltus turidagi baliqlar

18 %gacha kamayadi. Qaynatilgan baliqlarga qaynatilgan kartoshka va tomatli, oq ekstragonli, gollandcha va boshqa sardaklar qo'shib uzatiladi:. Baliq bo'laklari ustiga sardak, garnirga esa sarigyog' qo'yiladi. Dasturxonga tortilganda ukrop, ko'katlar sepiladi. Qo'shimcha qayla tarzda tuzlangan, sirkalangan sabzavotlar, sirkalangan mevalar, baliqli knellar qo'llaniladi. Qaynatilgan baliqlarni suyuq taomlarda 30 minutgacha saqlash mumkin. Baliqli knel tayyorlash uchun ikki usuldan biri qo'llaniladi: maydalangan baliq qoliplarda bug'da qaynatiladi. Birinchi holda ikkita qoshiq yoki konditer xaltachasidan foydalaniladi: birinchi qoshiqda knel massasi olinadi, ikkinchi suvda qo'llangan qoshiq bilan oval-aylana qolipda knel ajratiladi. Xaltachalardan chiqarilgan knel massasi suvda ho'llangan pichoq bilan sharcha holda kesiladi. Knelni bo'laklash jarayonida ular idishga shunday teriladiki, bir-biriga tegmasin. Idish oldindan sariyog' bilan moylanadi. Knellarga issiq baliqli sho'rva qo'yiladi va qaynatiladi. Sho'rva ustiga suzib chiqqandan so'ng ular terib olinadi va sardak bilan uzatiladi. Knellarni qo'shimcha garnir sifatida qaynatilgan baliq bilan uzatish mumkin. Ikkinchi usulda knellar tayyorlash uchun maxsus metall formalaridan foydalaniladi. Ularning ich qismiga sariyog' surtiladi, devor va ostki qismlarida qaynatilgan sabzi to'g'rab, qattiq pishirilgan tuxum, qisqichbaqa bo'yinlari qo'yiladi. So'ngra shakllar knel massalari bilan to'ldiriladi, issiq suvli kastrulda 70 qo'yiladi va og'zi yopiq holda qaynatiladi. Uzatishdan oldin knellar idishlarga solinib qaynatilgan qo'ziqorin va qisqichbaqa bilan garnirlanadi va ustiga ko'kat sepiladi. Tomat yoki oq vino sardagi alohida beriladi. 71 11.1 - Dimlangan baliqli taomlar Dimlash uchun o'rta yog'li va yog'li baliqlar ishlatiladi: karp, lesh, sazan, som va boshqalar. Mayda baliqlar bosh qismi bilan butunligicha, o'rtacha va katta baliqlar butun holda aylana shaklida yoki suyak va po'stidan ajratib porsiyalarga bo'lingan holda dimlanadi. Baliqlar tomat va sabzavotlar bilan dimlanadi. Sabzi ko'kat, selderey uzunchoq yoki mayin aylana shaklida, piyoz esa halqa yoki yarim halqa shaklida kesiladi. Kastrul yoki idishga o'simlik moyi, tomat pyuresi solinadi, so'ngra bir qavatda to'g'ralgan sabzavot solinib unga 2-3 qatordan baliq teriladi. Navbat bilan to'g'ralgan sabzavotlar, tuz, shakar, qalampir, lavr bargi va boshqa dorivorlar baliqlar qatlamiga sepiladi. Baliq ustki qatlami sabzavotlar bilan qoplanib unga sirka qo'shiladi va 3 soat davomida dimlanadi. Baliqning tayyor bo'lishi, uning suyaklarining yumshoq bo'lishidan bilinadi. Baliqni qaynatilgan kartoshka va 72 dimlash jarayonida paydo bo'lgan sabzavot sardagi qo'yib uzatiladi. Dimlangan baliqni sovutilgan gazak sifatida garnirsiz ham uzatish mumkin. Dimlash davrida tuzli suvga solingan baliqlarga tuz qo'shilmaydi. Dimlash jarayonida baliq massasi 17-20 % kamayadi. Baliqli teftellar kotlet massasidan bir porsiyasiga 3-5 tadan ajratiladi, unga belab qovuriladi, so'ng chuqur bo'lmagan idishga 2 qavat qilib teriladi. Unga tomat sardagi qo'shib tayyor bo'lganga qadar, dimlanadi. Shu sardak bilan yoki qaynatilgan kartoshka, gurunch bilan uzatiladi. O'simlik moyida tayyorlangan tefteli garnirsiz sovutilgan gazak sifatida uzatish mumkin. Qovurilgan

baliqli taomlar Baliqlar yog‘i ko‘p bo‘lmagan qozonlarda, setkalarda butunligicha, porsiyalarga bo‘lib, kotlet massasi ko‘rinishida qovuriladi. Qovurilgan baliq sariyog‘ qo‘yib yoki undan bir bo‘lak kesib, ustiga qo‘yib uzatiladi. Sardak alohida beriladi. Garnir sifatida odatda qovurilgan kartoshka bilan boshqa qovurilgan sabzavotlar (pomidor, kabachki) limon bo‘lagi ko‘katlar ishlatiladi. Yog‘i kam miqdordagi baliqlar tovalarda qovuriladi. Buning uchun baliq bo‘laklariga qovurish oldidan tuz, qalampir sepiladi, unga bulanib terisini pastga qilib 160 OS haroratgacha qizigan yog‘li tovada qovuriladi. Ikkala tomoni qovurilgan baliq bo‘laklari 250 OS gacha qizigan qovurish shkafiga 5 minut qo‘yiladi. Tuzlangan, unga va tuxumga bulangan baliqlarni bo‘laklarga, porsiyalarga bo‘lib, po‘st va suyaklaridan ajratib 5 minut davomida 180 OS haroratgacha qizigan yog‘li frityuralarda qizargunga qadar qovuriladi, so‘ng frityuradan olib 5-7 minut qovurish shkafiga qo‘yiladi.

Baliqlar murakkab kartoshka, qo‘ziqorin, pomidor garnirlari bilan uzatiladi. Qushimcha limon, ko‘kat baliqqa esa sariyog‘ bo‘lakchasi qo‘yiladi. Tomat sardagi yoki mayonez alohida beriladi. Xamirda qovurilgan baliqlar osetr, sevryuga, som baliqlaridan tayyorlanadi. Suyak va terisiz bo‘laklar uzunchoq (5x1x1) shaklida maydalanib, o‘simlik moyi, limon sharbati qo‘shiladi, ko‘katlar sepib, 15-20 minut sirkalanadi. So‘ngra pazandalik sanchqisi bilan har bir baliq bo‘lagi xamirga botirib olinadi va ko‘p yog‘da 5 minut qovuriladi. So‘ng quruq tovaga 1 qavat terib qovurish shkafiga 5 minut qo‘yiladi. Xamir oliy navli un, sut, tuxum, o‘simlik moyi va tuz aralashtirib tayyorlanadi. Un va sut bir-biriga teng: 1:1 miqdorda, 40 gramm unga 1 ta tuxum olinadi. Sutga o‘simlik moyi, tuxum sarig‘i, tuz qo‘shib aralashtiriladi. Tuxum oqi aralashtirilib, xamir tayyorlanadi. Xamirga botirib olib qovurilgan baliq garnirsiz uzatiladi. Baliq bo‘laklari piramida shaklida likopchalarga teriladi va salfetka bilan qo‘yiladi. Tomat sardagi 73 va limon alohida beriladi. Ko‘p miqdorda tayyorlash oshxonalarida bu taom salfetkalarsiz uzatiladi. Gril baliqlar losos, siga, seld, osyotr, som va boshqa baliq turlaridan tayyorlanadi. Setkada suyak va terisiz porsiyalarga bo‘lingan va katta bo‘lmagan butun baliqlar qovuriladi. Elektrogrillarda setkalar elektroenergiya yordamida, olovli grillarda yog‘och yordamida isitiladi. Issiqlik baliqlarga issiqlik uzatish radiatsiyalar orqali uzatiladi. Qovurish oldidan setkalar quritiladi, isitiladi va yog‘lanadi. Tayyorlangan baliq salfetka yordamida quritiladi, tuzlanib sariyog‘ga bulanib qizigan setkalarga qo‘yiladi. Losos, siga, seld kabi baliqlar quritmasdan limon sharbati, o‘simlik moyi, tuz, qora murch, ko‘katlar sepiladi va 10 min tuzlashga qo‘yiladi. So‘ngra isitilgan setkaga qo‘yiladi. Tayyor bo‘lgan baliq yuzi qizarib, setka rasmi hosil bo‘ladi. Setkada qovurilgan baliq 5 minut qovurish shkafiga qo‘yiladi. Qovurilgan kartoshka bilan uzatiladi. Limon, tomat sardagi, mayonez alohida beriladi. Kotletlar, bitochki va baliqdan tayyorlangan kotlet massasidan tayyorlanadi, odatdagidek ikki tomoni qovuriladi va 5-7 minut davomida qovurish shkafiga qovuriladi. Uzatishda yog‘ yoki tomatli sardak qo‘yiladi. Qaylasiga

qovurilgan yoki qaynatilgan kartoshka, kartoshka pyuresi, bundan tashqari tarkibiga sut sardakli kartoshka, sabzi, yashil no‘xat, yashil loviya, qaynatilgan rangli karam kiruvchi murakkab qaylalar beriladi.

Foydalaniladigan adabiyotlar ro‘yxati:

1. N.A. Anfimova, T.I. Zaxarova, L.A. Tatarskaya Pazandachilik. T. «O‘qituvchi» 1993.
2. K. Maxmudov O‘zbek taomlari, T. «Mehnat» 1980
3. K. Maxmudov, O‘zbek taomlari, T. «Uzbekiston» nashriyoti 1977.
4. X. Maxmudov, Choynoma, T. «kamalak» 1993.
5. Uy ro‘zg‘or ensiklopediyasi.
6. Oziq – ovqat tovarshunosligi va ovqat tayyorlash jarayoni. N. Raxmatillaeva Bux. Du Rizograf, 2008. Lab .ish. uslubiy qo‘llanma.
7. Servis xizmati. O‘quv qo‘llanma. M.N. Karimova. Fan va Ta‘lim nashriyoti. 2022. y Qo‘shimcha adabiyotlar ro‘yxati.
7. N.A. Anfimova, T.I. Zaxarova, L.A. Tatarskaya Pazandachilik. T. «O‘qituvchi» 1993.
8. K. Maxmudov O‘zbek taomlari, T. «Mehnat» 1980
9. K. Maxmudov, O‘zbek taomlari, T. «O‘zbekiston» nashriyoti 1977.
10. X. Maxmudov, Choynoma, T. «kamalak» 1993.
11. Uy ro‘zg‘or ensiklopediyasi.
12. Oziq – ovqat tovarshunosligi va ovqat tayyorlash jarayoni. N. Raxmatillaeva Bux. Du Rizograf, 2008. Lab .ish. uslubiy qo‘llanma. .

Elektron ta‘lim resurslari:

1. www.tdpu.uz
2. www.pedagog.uz
3. www.Ziyonet.uz
4. www.edu.uz
5. [tdpu-INTRANET Ped](http://tdpu-INTRANET.Ped)
6. www.legprominfo.ru