



RIBE: POMOĆNI
KUHAR/SLASTIČAR
1.razred

Olgica Jukić, prof. eduk. reh. savjetnik

RIBE

Meso riba posebno je cijenjeno u ljudskoj prehrani. **Bogato je hranjivim sastojcima** (bjelančevine, minerali, vitamini, masti) i lako probavljivo.



Riblja jela su zdrava i ukusna, tražena na tržištu.

Meso ribe je mekano pa se brzo i jednostavno može pripremiti.

PODJELA RIBE:

Osnovna podjela ribe je u dvije skupine:

- morska riba (živi u moru)
- slatkovodna riba (živi u rijekama i jezerima)

MORSKA RIBA:

1. **plava riba** koja se dijeli na :
 - sitna plava riba: srdela, inćun, papalina, plavica, skuša,...



SRDELA



PAPALINA



PLAVICA

- krupna plava riba: tuna i palamida



TUNA



MESO TUNE



PALAMIDA

2. **bijela riba:** oslić, zubatac, orada, lubin, trilja, kovač, ugor, list,.....



OSLIĆ



ZUBATAC



ORADA

3. landovina (morske ribe koje žive u većim dubinama) morski pas, mačka, raža...



RAŽA



MORSKA MAČKA



MORSKI PAS



MESO MORSKOG PSA

2. slatkovodna riba

Slatkovodna riba bogatija je masnoćama od morske ribe.

Najpoznatija slatkovodna riba: pastrva, losos, jegulja, som, šaran, štika, kečiga, smuđ,.....



PASTRVA



SOM



ŠARAN

PITANJA:

1. Čime se odlikuje riblje meso?
2. Koje su dvije osnovne skupine ribe?
3. Nabroji nekoliko vrste plave i bijele ribe!
4. Nabroji nekoliko slatkovodnih riba!

RIBLJE PRERAĐEVINE

Ribu prerađujemo na mnogo načina. Najpoznatiji je **riblja konzerva**.



riblja konzerva



riblja pašteta



dimljena riba



sušena riba (bakalar)



usoljena riba