

## РИБЕ

Поред меса домаћих животиња, дивљачи и перади, рибе имају велику важност у људској исхрани. Месо риба је хранљиво, лако је сварљиво, а садржи и витамине, па се у угоститељству тражи у великим количинама.

Према средини у којој живе, рибе се дијеле на: рјечне, морске и рибе селице.

**Рјечне рибе.** Живе у ријекама, језерима, потоцима, барама, каналима и рибњацима. Има их више врста: пастрмка, смуђ, шаран, клен, мрена, караш, лињак, деверика, сом, црвенперка, кечига, укљева и друге.

**Морске рибе.** Живе у морима и океанима, дијеле се на: плаву морску и бијелу морску рибу.

**Бијеле морске рибе:** зубатац, барбун, ципал, пагар, шкрапина, бранцин, орада, ослић, угар, арбун, ковач, морски лист и друге.

**Плаве морске рибе** се дијеле на ситне и крупне плаве рибе.

**Ситне плаве морске рибе:** скуша, сардела, локарда, инђун. Ситне морске плаве рибе су погодне за пржење и припремање на граделама. Доста се користе за конзервирање.

**Крупне плаве морске рибе:** главни представници ове групе морских риба су: туњ, паламида, бакалар, харинга.

**Рибе селице.** Ове врсте риба проводе један дио свог живота у морским водама а други дио у слаководним водама ријека и језера. Најчешћа селидба ових риба догађа се приликом мријешћења из морских у слатке воде, па се зато називају рибе селице, а најпознатије су: моруна, јесетра, кечига, лосос, јегуља.

### Употреба рибљег меса

Месо риба је хранљиво, лако је сварљиво, па се у угоститељству троши у великим количинама. За кулинарску обраду употребљавати искључиво свјежу рибу, јер месо риба које нијесу свјеже опасно је по људско здравље. За разлику од других врста меса, рибе у себи имају доста ситних костију. Од садржаја костију у рибљем месу зависе начини припремања риба. Рибе које имају више костију погодније су за

од меса. Ситније рибе се припремају у цијелом комаду док се крупније расијецају на мање дјелове.

### Оцјена квалитета рибљег меса

Квалитет рибљег меса провјерава се субјективном и објективном или лабораторијском методом. За квалитет рибљем меса најважнија је свјежина рибе. Утврђивање свјежине рибе врши се субјективном методом: посматрањем, пипањем и мирисањем цијеле рибе или појединих дјелова рибљег тијела.