

Технологическая карта № 445,3

Наименование блюда (изделия) Котлеты, тефтели пф с томатным соусом

| Наименование сырья, пищевых продуктов | Масса брутто | Масса нетто или полуфабриката |
|---------------------------------------|--------------|-------------------------------|
| Полуфабрикат мясной | 93,8(г) | 80(г) |
| Масса полуфабриката | - | 80 |
| Масло подсолнечное | 4,75 | 4,75 |
| Мука пшеничная в/с | 1,4 | 1,4 |
| Томат-паста | 4 (Г) | 4 |
| Лук репчатый | 4 (г) | 3,2 |
| Морковь | 0 (г) | 1,8 |
| -с 01.01 (25%) | 2,4 | - |
| -с 01.02 (25%) | 2,4 | - |
| -с01.03 (25%) | 2,4 | - |
| -С 01.04 (25%) | 2,4 | - |
| -с 01.05 (25%) | 2,4 | - |
| - с 01.05 (25%) | 2,3 | - |
| - с 01.10 (20 %) | 2,3 | - |
| - с 01,11 (20%) | 2,3 | - |
| - с 01.12 (20%) | 2,3 | - |
| Соль йодированная | 0,7 | 0,7 |
| Масло подсолнечное | 0,7 | 0,7 |
| Масса соуса томатного | - | 40,0 |
| Выход готового блюда | - | 80/40 |

Технологический процесс изготовления, оформления и подачи блюда (изделия), условия и сроки реализации

. Подготовленные полуфабрикаты кладут на разогретый противень, смазанный маслом растительным и запекают до готовности с добавлением соуса в аэроном шкафу при температуре 230-250 °С в течение 20-25 мин. до готовности. Для приготовления соуса просеянную муку пассеруют при непрерывном помешивании до образования светло-кремового цвета, не допуская пригорания в пассированную муку, охлажденную до 60-70: С вливают четвертую часть горячей воды и вымешивают до образования однородной массы, затем постепенно добавляют оставшуюся воду. Мелко нарезанные морковь, лук репчатый пассеруют на растительном масле, добавляют томат-пасту, продолжают пассирование еще 15-20 мин, затем соединяют с пассированной мукой и варят 25-30 мин. В конце варки добавляют соль. Готовый соус процеживают, протирая при этом разварившиеся овощи, и доводят до кипения. Температура при подаче должна быть не ниже 65 °С.

Требования к оформлению и подаче блюд:

Внешний вид - котлеты - овально-приплюснутой формы с заостренным концом, соус - однородный, без комочков муки. Цвет - корочки - коричневый, на разрезе - светло-серый, соуса - от оранжевого до красного.

Консистенция - мяса - сочная, пышная, соуса - однородная, вязкая.

Вкус и запах - свойственный продуктам, входящим в блюдо, в меру соленый.

Информация о пищевой ценности

| | | | | | |
|---------------------|------|----------------|--------|-----------------|-------|
| Белки (г) | 12 | Витамин Е (мг) | 2,9 | ХЛОРИДЫ (мг) | |
| Жиры (г) | 12 | Витамин D (мг) | 0,02 | Железо (мг) | 1,74 |
| Калорийность (К-ял) | 219 | Витамин К (мг) | | Цинк (мг) | |
| Углеводы (г) | 11,1 | Кальций (мг) | 29,33 | Йод (мг) | 4 |
| Витамин С (мг) | 1,90 | Фосфор (мг) | 108,12 | Витамин А (мкг) | 48,32 |
| Витамин В1 (мг) | 0,1 | Магний (мг) | 16,14 | Фенилаланин (г) | 0,38 |
| Витамин В2 (мг) | 0,14 | Калий (мг) | 215 | Селен (мкг) | 0,51 |
| Витамин В6 (мг) | | Натрий (мг) | | Фтор (мкг) | 35 |

Т.А. Асманова Л.Ф.