

наименование организации и предприятия

Источник рецептуры: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Под редакцией Онищенко Г.Г., Тутельяна В.А., 2022 г.

507

Технико-технологическая карта № 102,18

Наименование блюда (изделия): Печень по-строгановски

Наименование сырья, пищевых продуктов	Масса брутто	Масса нетто или полуфабри ката	Масса готового продукта	Масса на — порций
Масло подсолнечное	3,4 (г)	3,4	0,0034	
Соль йодированная	0,5 (г)	0,5	0,0005	
Сметана с массовой долей жира 15 %	16,666 (г)	16,666	0,016666	
Мука пшеничная в/с	3,4 (г)	3,4	0,0034	
Томат-паста	2 (г)	2	0,002	
*Вода	32,5	32,5	0,0325	
Печень говяжья 1 категории замороженная	60,825 (г)	59	0,059	
Выход готового блюда	-	90		

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

Подготовленную печень нарезают брусочками, заливают кипятком и припускают в небольшом количестве воды 5 минут, воду сливают. Для сметанного соуса муку пассеруют при непрерывном помешивании до светло-желтого цвета. В охлажденную муку вливают горячую воду и перемешивают до однородной массы, доводят до кипения. В соус добавляют масло, предварительно прокипяченную сметану, соль, варят в течение 3-5 минут. Печень припущенную заливают соусом сметанным, добавляют припущенную с маслом томатную пасту и тушат в течение 20-25 минут при слабом кипении до готовности. Отпускают блюдо вместе с соусом, в котором тушилась печень. Температура при подаче должна быть не ниже 65 °С. Срок реализации - 2 часа с момента приготовления.

Требования к оформлению и подаче блюд:

Внешний вид – печень, нарезанная брусочками с соусом.
Цвет – печени – светло-коричневый, соуса – белый.
Консистенция – печени – мягкая, нежная, соуса – однородная.
Вкус и запах – свойственный продуктам, входящим в блюдо, в меру соленый.

Информация о пищевой ценности

Калорийность (Ккал)	145,89	Витамин D (мкг)	0,72	Цинк (мг)	
Белки (г)	11,46	Витамин К (мкг)		Омега 6 (г)	
Жиры (г)	8,12	Витамин Е (мг)		Омега 3 (г)	
Углеводы (г)	6,48	Витамин В2 (мг)		Йод (мкг)	5
Витамин С (мг)	20,44	Кальций (мг)	22,83	Пищевые волокна (г)	
РЭ (мкг)		Фосфор (мг)	199,78	Витамин А (мкг)	4 960,36
Магний (мг)		Са (мг)		Фенилаланин (г)	0,55
Витамин В1 (мг)	0,19	Магний (мг)	13,77	Йод (мкг)	
Витамин В2 (мг)	1,31	Калий (мг)	204	Холестерин (мг)	
Фосфор (мг)		Калий (мг)		Селен (мкг)	23,8
Витамин С (мг)		Натрий (мг)		цинк (мг)	
Витамин В6 (мг)		Хлориды (мг)		Фтор (мкг)	139
Витамин Е (мг)	2,15	Витамин А (мкг)		Белки жив.происхожд (г)	
Витамин В1 (мг)		Селен (мкг)		Витамин Д (мкг)	
Fe (мг)		Железо (мг)	4,21	В-каротин (мкг)	

Утверждаю:



Нигматзянова Э. Р.

Исламова Н. А.