

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.

488

Технико-технологическая карта № 110,72

Наименование блюда (изделия): Суфле из печени с молочным соусом

Наименование сырья, пищевых продуктов	Масса брутто	Масса нетто или полуфабри ката	Масса готового продукта	Масса на — порций
Печень говяжья 1 категории замороженная	46,392 (г)	45	0,045	
Морковь	0 (г)	10	0,01	
- с 01.01 (25%)	13,333	-	0,01	
Масло подсолнечное	4 (г)	4	0,004	
Яйцо куриное пищевое столовое 1 категории	0,083 (шт54)	4,499982	0,083333	
Соль йодированная	0,8 (г)	0,8	0,0008	
Масло подсолнечное	2 (г)	2	0,002	
Лук репчатый	0 (г)	20	0,02	
- с 01.01 (16%)	24	-	0,02	
Мука пшеничная в/с	3,85 (г)	3,85	0,00385	
Молоко питьевое пастеризованное 3,2 % жирности, фасованное	17,5 (г)	17,5	0,0175	
Соль йодированная	0,4 (г)	0,4	0,0004	
Выход готового блюда	-	85		

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

Печень размораживают, промывают, очищают от желчных протоков, удаляют пленку, пропускают через мясорубку с отварной морковью и пассерованным луком. В массу кладут соль, яйцо, затем вымешивают снизу вверх и выкладывают на смазанный маслом растительным противень, помещают в разогретый жарочный шкаф и готовят в течение 20 - 25 минут при температуре 150 - 180 °С.

При подаче суфле полить соусом молочным (просеянную муку подсушить на сковороде без жира до коричневого цвета, остудить, развести кипяченым молоком, добавить соль и, непрерывно помешивая, варить при слабом кипении 7-10 минут, процедить и довести до кипения).

Температура при подаче должна быть не ниже 65 °С. Срок реализации - 2 часа с момента приготовления.

Требования к оформлению и подаче блюд:

Внешний вид – суфле воздушное, пышное.

Цвет поверхности - от беловатого до светло-желтого с коричневатым оттенком

Консистенция – однородная, рыхлая, нежная.

Вкус и запах- свойственные вареному виду продукта, вкус в меру соленый, без постороннего запаха и привкуса

Информация о пищевой ценности

Калорийность (Ккал)	112,8	Витамин D (мкг)	0,65	Цинк (мг)	
Белки (г)	9,3	Витамин К (мкг)		Омега 6 (г)	
Жиры (г)	5,84	Витамин Е (мг)		Омега 3 (г)	
Углеводы (г)	6,26	Витамин В2 (мг)		Йод (мкг)	5
Витамин С (мг)	17,58	Кальций (мг)	41,53	Пищевые волокна (г)	
РЭ (мкг)		Фосфор (мг)	186,22	Витамин А (мкг)	3 980,7
Магний (мг)		Са (мг)		Фенилаланин (г)	0,46
Витамин В1 (мг)	0,17	Магний (мг)	18,57	Йод (мкг)	
Витамин В2 (мг)	1,04	Калий (мг)	216	Холестерин (мг)	
Фосфор (мг)		Калий (мг)		Селен (мкг)	19,76
Витамин С (мг)		Натрий (мг)		цинк (мг)	
Витамин В6 (мг)		Хлориды (мг)		Фтор (мкг)	122
Витамин Е (мг)	3,21	Витамин А (мкг)		Белки жив.происхожд (г)	
Витамин В1 (мг)		Селен (мкг)		Витамин Д (мкг)	
Fe (мг)		Железо (мг)	3,55	В-каротин (мкг)	

Утверждаю:



Нигматзянова Э. Р.

Исламова Н. А.