

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Наименование кулинарного изделия (блюда): **ГОЛУБЦЫ С СОУСОМ**

Номер рецептуры **525**

Наименование сборника рецептов: **Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций /под редакцией Г.Г. Онищенко и В.А. Тутельяна. – 2022, 698с**

Наименование сырья и продуктов	Расход сырья и продуктов на 1 порцию, г		Расход сырья и продуктов на 100 порций, кг	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Говядина (мясо бескостное) охлажденная	72,75	71,75	7,275	7,175
Капуста белокочанная свежая	141,5	113,25	14,15	11,325
<i>Масса отварной капусты:</i>		<i>105</i>		<i>10,5</i>
Крупа рисовая	7,5	7,5	0,75	0,75
<i>Масса отварного риса:</i>		<i>22,25</i>		<i>2,225</i>
Лук репчатый свежий	19,75	16,5	1,975	1,65
Масло сливочное	5,5	5,5	0,55	0,55
<i>Масса пассерованного лука:</i>		<i>11</i>		<i>1,1</i>
Мука пшеничная	12,5	12,5	1,25	1,25
<i>Масса полуфабриката:</i>		<i>210</i>		<i>21,0</i>
Масло растительное	12,5	12,5	1,25	1,25
<i>Масса готовых голубцов</i>		<i>190</i>		<i>19,0</i>
<i>Для соуса сметанного с томатом (№331)</i>		<i>80</i>		<i>8,0</i>
Вода или бульон	60	60	6,0	6,0
Сметана	20	20	2,0	2,0
Мука пшеничная в/с	6	6	0,6	0,6
Томатное пюре	8	8	0,8	0,8
ВЫХОД БЛЮДА:		250		25,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на одну порцию (в соответствии с МР 2.4.0260-21)

Наименование сырья и продуктов	Масса нетто	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	Ca (мг)	Mg (мг)	Fe (мг)	C (мг)
Говядина	71,75	12,56	10,12	1,58	141,13	5,68	13,73	1,69	0
Капуста белокочанная	113,25	1,93	0,11	4,87	27,97	47,84	15,76	0,59	20,39
Крупа рисовая	7,5	0,5	0,07	5,05	22,77	0,53	3,26	0,07	0
Лук репчатый свежий	16,5	0,21	0,03	1,24	6,06	4,5	2,01	0,12	0,66
Масло сливочное	5,5	0,04	3,51	0,07	31,97	1,16	0	0,01	0
Мука пшеничная	18,5	1,89	2,04	11,77	56,48	2,93	2,57	0,19	0
Масло растительное	12,5	0	10,99	0	98,9	0	0	0	0
Сметана	20	0,48	2,64	0,66	28,34	15,48	1,56	0,03	0,03
Томатное пюре	8	0,27	0	0,85	4,48	0,98	1,39	0,06	0,8
Итого:		17,88	29,51	26,09	418,1	79,1	40,28	2,76	21,88

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
17,88	29,51	26,09	418,1

Ca (мг)	Mg (мг)	Fe (мг)	C (мг)
79,1	40,28	2,76	21,88

Технология приготовления (с указанием процессов приготовления и технологических режимов).

Подготовленный рис засыпают в кипящую воду (из расчета 6 л воды на 1 кг риса) и отваривают при слабом кипении. Когда зерна набухнут и станут мягкими, воду сливают. Подготовленный лук репчатый нарезают мелким кубиком, пассеруют с маслом сливочным. Белокочанную капусту шинкуют и припускают или варят на пару до полуготовности, охлаждают. Подготовленное мясо нарезают, пропускают через мясорубку, добавляют капусту, охлажденный пассерованный лук репчатый, рис отварной, соль (часть от рецептурной нормы), хорошо перемешивают и выбивают. Из готовой котлетной массы формируют голубцы по две штуки на порцию, панируют в муке, выкладывают в смазанную маслом растительным маслом емкость, запекают в жарочном шкафу при температуре 250-280 °С в течение 15-20 минут, за 5-7 минут до готовности голубцы заливают соусом. При приготовлении в пароконвектомате голубцы запекают в режиме «жар-пар» при температуре 180 °С в течение 10-12 минут, за 3-5 минут до готовности заливают соусом.

Приготовление соуса:

Просеянную муку подсушивают в жарочном шкафу до слегка кремового цвета, не допуская пригорания, периодически помешивая и удаляя комочки. Муку охлаждают до 60-70 °С, используют четвертую часть горячей жидкости и вымешивают до образования однородной массы. В горячий белый соус кладут прокипяченную сметану, соль, кипятят 3-5 минут, соединят с уваренным до половины объема томатным пюре, проваривают, процеживают и доводят до кипения.

Температура подачи: не ниже +65°С

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству:

Внешний вид: голубцы овальной формы, одинакового размера, сохранили форму, покрыты соусом, сверху легкая коричневатая корочка.

Консистенция: голубцов - сочная, мягкая; однородная, соуса - вязкая, полужидкая, эластичная, нежная.

Цвет: розово - коричневатый, голубцов на разрезе - серый.

Вкус: тушеного рубленого мяса с овощами, сметаной и томатом, умеренно-соленый.

Запах: мясо - овощной.