

УТВЕРЖДАЮ
Директор

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Наименование кулинарного изделия (блюда): ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ

Наименование сборника рецептур: (сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий под редакцией А.Я. Перевалова № 345

№ п/п	Наименование продуктов	5-11 класс	
		Брутто, г	Нетто, г
1	Минтай	63	45
2	Хлеб пшеничный	10,8	10,8
3	Вода	14	14
4	Лук репчатый	11	9,3
5	Яйца	2	2
6	Мука пшеничная	2	2
7	Масса полуфабриката	-	83
8	Масло растительное	5	5
9	Соус томатный	-	50
10	Вода или отвар овощной	25	25
11	Мука	2,8	2,8
12	Масло сливочное	1,8	1,8
13	Томат пюре	7,2	7,2
14	Сахар	0,6	0,6
15	Масса тушеных тефтелей с соусом	-	100
Выход		100	

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки(г)	10,44
Жиры(г)	6,36
Углеводы(г)	11,52
Ккал	145,2

Технология приготовления: Филе без кожи и костей нарезают на куски, измельчают на мясорубке, второй раз пропускают через мясорубку вместе с бланшированным репчатым луком и замоченным в воде пшеничным хлебом, добавляют яйца. Массу хорошо вымешивают, выбивают и формируют шарики по 3-4 штуки на порцию, панируют в муке, слегка обжаривают на масле, заливают соусом, добавляя воду (10% от массы соуса) и тушат 10-15 минут. Для приготовления «ежиков» вместо хлеба в массу можно добавлять рис припущенный охлажденный (5 г на 100 г выхода).

При отпуске тефтели поливают соусом, в котором они тушились.

Гарниры: овощные пюре, овощи отварные или припущенные, отварные макароны.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Изделия хорошо сохранили форму, без трещин. Цвет на разрезе белый с сероватым оттенком. Консистенция-изделия рыхлые, мягкие, сочные. Не допускается излишнее количество муки, посторонние запахи и привкусы.