

Технологическая карта № **РТ183**

Номер рецептуры: РТ183

Наименование блюда : **Суфле из кур с морковью**

Наименование сырья	Норма закладки на одну порцию, в гр.							
	Ясли		Детсад		ГКП		*Сотруд	
	брутто	нетто	брутто	нетто	брутто	нетто	брутто	нетто
Грудка куриная	65	50.7	79	61.62	65	50.7	79	61.62
Морковь	10	6	12	8	10	6	12	8
Яйцо куриное	7/10 шт.	28	9/10 шт.	36	7/10 шт.	28	9/10 шт.	36
Молоко 2,5 %	8	8	10	10	8	8	10	10
Мука	2	2	3	3	2	2	3	3
Масло растительное	1	1	1	1	1	1	1	1
Соль	0.5	0.5	0.5	0.5	0.5	0.5	0.5	0.5
<b>В ы х о д</b>	60		80		60		80	

**Технология приготовления:**

Мякоть вареных кур без кожи дважды пропускают через мясорубку с частой решеткой, нагревают при помешивании до температуры 100 °С в течение 5 мин в пароконвектомате на режиме «Конвекция + пар» с задаваемой «Температурой шупа» (внутренней температурой продукта) 100 °С, охлаждают до температуры 50 °С. В массу вводят соус молочный средней густоты, хорошо взбивают деревянной веселкой, затем желтки и взбитые в густую пену белки. Слегка вымешивают снизу вверх и выкладывают на противень или в форму, смазанный маслом, слоем 3 см. Запекают до готовности в пароконвектомате в течение 20-25 мин при температуре 220-250 °С на режиме «Конвекция + пар». Готовность определяют по уплотнению массы: она отделяется от стенок формы или противня.

Для приготовления соуса молочного: горячим молоком разводят подсушенную без изменения муку. Варят при слабом кипении 7-10 мин, процеживают, заправляют солью и еще раз доводят до кипения. Температура подачи — 65 °С.

**Показатели качества и безопасности**

**Органолептические показатели:**

**Внешний вид:** суфле пышное, с негрубой корочкой (запеченное).

**Консистенция:** нежная, пористая.

**Цвет:** беловато-серый.

**Вкус:** в меру соленый, свойственный отварной курице с привкусом молока.

**Запах:** отварной курицы, без посторонних запахов.

**Пищевая и энергетическая ценность блюда:**

Категория	Выход	Пищевые вещества				Минеральные вещества, мг		Витамины, мг		
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B1	B2	C
Ясли	60	14.01	6.53	2.55	124.97	28.82	0.79	0.03	0.14	0.4
Детсад	80	17.35	7.96	3.58	155.33	36.34	1.02	0.04	0.18	0.53
ГКП	60	14.01	6.53	2.55	124.97	28.82	0.79	0.03	0.14	0.4
*Сотруд	80	17.35	7.96	3.58	155.33	36.34	1.02	0.04	0.18	0.53

Источники, используемые при составлении:

Российской Академии Медицинских Наук Научно-Исследовательский Институт питания РАМН В.А Тютельян  
составитель Федоренко О.В