

Технологическая карта № **РТ359**

Номер рецептуры: РТ359

Наименование блюда : **Суфле из рыбы "Золотая рыбка"**

Наименование сырья	Норма закладки на одну порцию, в гр.							
	Ясли		Детсад		ГКП		*Сотруд	
	брутто	нетто	брутто	нетто	брутто	нетто	брутто	нетто
Минтай	110	77	120	84	110	77		
Яйцо куриное	4/12 шт.	13.32	1/3 шт.	13.2	4/12 шт.	13.32		
Молоко 2,5 %	45	45	55	55	45	45		
Масло растительное	1	1	1	1	1	1		
Рис круглозерный	18	18	21	21	18	18		
Лук репчатый	33	28	37	31	33	28		
Масло сливочное	6	6	6	6	6	6		
В Ы Х О Д	160		180					

Технология приготовления:

Минтай, разделанный на филе с кожей без реберных костей, припускают. Мякоть припущенного минтая 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 вводят желтки и взбитые в густую пену белки. Слегка вымешивают снизу вверх и выкладывают на противень, 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, полито маслом.

Консистенция: нежная, пористая.

Цвет: свойственный набору продуктов.

Вкус: в меру соленый, свойственный припущенной рыбе с привкусом молока.

Запах: припущенной рыбы, 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	160	15.68	8.75	4.58	159.84	102.25	1.23	0.13	0.22	3.77
Детсад	180	17.11	9.06	5.3	171.17	117.91	1.32	0.14	0.25	4.24

Источники, используемые при составлении:

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