

Технологическая карта № **ТК160**

Номер рецептуры: ТК160

Наименование блюда : **Суфле картофельно-морковное**

| Наименование сырья | Норма закладки на одну порцию, в гр. | | | | | | | |
|--------------------|--------------------------------------|-------|--------|-------|--------|-------|--------|-------|
| | Детсад | | | | | | | |
| | брутто | нетто | брутто | нетто | брутто | нетто | брутто | нетто |
| Картофель | 120 | 80 | | | | | | |
| Морковь | 62 | 47 | | | | | | |
| Молоко 3,2% | 30 | 30 | | | | | | |
| Яйцо куриное | 1/8 шт. | 5 | | | | | | |
| Масло сливочное | 3 | 3 | | | | | | |
| Мука | 1.5 | 1.5 | | | | | | |
| Соль | 0.5 | 0.5 | | | | | | |
| Масло растительное | 1.3 | 1.3 | | | | | | |
| В ы х о д | | 120 | | | | | | |

Технология приготовления:

Очищенный картофель заливают горячей водой, добавляют йодированную соль, закрывают крышкой, быстро доводят до кипения, затем варят при слабом кипении до готовности. Отвар сливают, готовый картофель обсушивают и протирают в горячем виде (не ниже 80*С). Очищенную морковь шинкуют соломкой, кладут в кастрюлю, дно которой смазано маслом, добавляют кипящее молоко и припускают до готовности при закрытой крышки, затем протирают. Горячую картофельную и морковную массу, молочный соус средней густоты соединяют, перемешивают, затем охлаждают до 60*С и вводят яичные желтки, взбитые в пышную пену белки. Полученную массу быстро выкладывают на противень, смазанный маслом, слоем 3-4 см, и запекают в жарочном шкафу при температуре 220-280*С в течении 20-30 минут или варят на пару 30-35 минут. Готовое суфле охлаждают и нарезают на порции. Отпускают суфле, подливая сметанный соус. Температура подачи 65 *С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Вкус слегка сладковатый, без посторонних запахов и привкусов. Цвет на разрезе розоватый. Консистенция однородная, пышная. Соус белого цвета, не допускаются хлопья свернувшейся сметаны.

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 |
| Детсад | 120 | 3.89 | 5.39 | 18.83 | 139.41 | 62.27 | 1.24 | 0.14 | 0.66 | 18.74 |

Источники, используемые при составлении:

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