

Технологическая карта № **ТК160**

Номер рецептуры: ТК160

Наименование блюда : **Суфле картофельно-морковное**

Наименование сырья	Норма закладки на одну порцию, в гр.							
	Ясли							
	брутто	нетто	брутто	нетто	брутто	нетто	брутто	нетто
Картофель	110	70						
Морковь	50	35						
Молоко 3,2%	25	25						
Яйцо куриное	1/8 шт.	5						
Масло сливочное	2	2						
Мука	1.2	1.2						
Соль	0.3	0.3						
Масло растительное	1.2	1.2						
В ы х о д		110						

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
Ясли	110	3.35	4.35	15.91	116.22	51	1.05	0.12	0.58	16.08

Источники, используемые при составлении:

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