

Наименование блюда Кабачки тушеные

Рецептура № 544 колонка \_\_\_\_\_

По сборнику рецептов для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004г.

**Рецептура**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	брутто, г	нетто, г		
Кабачки свежие	82	55		
Масло растительное	1,7	1,7		
<b>Соус белый (р.582-2004)</b>		<b>7</b>		
Вода питьевая	8	8		
Лук репчатый	1,7	1,4		
Мука пшеничная	0,3	0,3		
Масло растительное	0,3	0,3		
<b>Выход готового блюда</b>		<b>50</b>		

**Технология приготовления**

Кабачки очищают от кожицы и семян, нарезают брусочками или кубиками, кладут в посуду слоем не более 5 см и припускают до полуготовности в небольшом количестве воды с добавлением масла. Кабачки заливают соусом и тушат до готовности. При отпуске можно добавить мелко нарезанную зелень (1-2г). Температура подачи 65°C. **Приготовление соуса:** В растительное масло всыпают просеянную муку и подсушивают при непрерывном помешивании. В подсушенную муку охлажденную до 60°C вливают горячую воду и вымешивают до однородной массы. После этого в соус кладут нарезанный лук и варят 25-30 мин. В конце варки добавляют соль. Затем соус процеживают, протирая при этом разварившийся лук и доводят до кипения.

**Органолептические показатели**

**Внешний вид:** Кабачки нарезаны дольками или кубиками, тушены с белым соусом

**Цвет:** Светло - кремовый

**Вкус:** Умеренно соленый

**Запах:** Кабачков тушеных

**Консистенция:** Мягкая, сочная

**Пищевая и энергетическая ценность блюда (изделия)**

Пищевые вещества				С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	
0,4	1,9	3,3	32	2,90