



наименование предприятия

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №

86

Наименование блюда Плов из птицы по - узбекски

Рецептура № 492 колонка

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

Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов		
	1 порция		
	брутто, г	нетто, г	
Грудка куриная на кости	81	55	
или Грудка куриная филе	58	55	
Масса отварной птицы мякоти без кожи		40	
Крупа рисовая	30	30	
Лук репчатый	15	13	
Морковь	56	45	
Масло растительное	5	5	
Масса гарнира		130	
Выход готового блюда		170	

Технология приготовления

Грудку куриную отваривают, охлаждают, отделяют **мякоть от костей и кожи**, нарезают кубиками, добавляют припущенные, мелко нарезанные морковь и лук. Куриный бульон используют для приготовления супа. Птицу и овощи заливают горячей водой, дают закипеть и всыпают перебранный промытый рис и варят до полуготовности. После того как рис впитает всю жидкость, посуду закрывают крышкой, и ставят в жарочный шкаф на 25-40 мин. Или в случае приготовления на электрической сковороде, после того как рис впитает всю жидкость, закрывают крышкой, доводят до готовности 20-40 мин. Отпускают, равномерно распределяя мясо птицы вместе с рисом и овощами. Температура подачи 65°C.

Органолептические показатели

Внешний вид: Птица нарезана кусочками, рис хорошо набухший, рассыпчатый

Цвет: Птицы и риса - белый

Вкус: Плов имеет вкус птицы, овощей и риса

Запах: Тушёной птицы с ароматом лука

Консистенция: Мягкая, сочная

Пищевая и энергетическая ценность блюда (изделия)

Пищевые вещества				С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	
10,1	10,9	21,0	223	0,90