

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

Рецептура

| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | |
|--|-------------------------------|---------------|--|
| | 1 порция | | |
| | брутто, г | нетто, г | |
| Говядина 1 категории | 22 | 16 | |
| или Говядина полуфабрикат | 19 | 16 | |
| или Гуляш полуфабрикат | 16 | 16 | |
| Масса отварного мяса | | 10 | |
| Картофель | 80 | 60 | |
| Крупа перловая, или пшеничная, или рисовая | 4 | 4 | |
| Морковь | 10 | 8 | |
| Лук репчатый | 5 | 4 | |
| Огурцы солёные | 22 | 12 | |
| Масло растительное | 3 | 3 | |
| Вода питьевая | 152 | 152 | |
| Зелень сушеная | 0,1 | 0,1 | |
| Выход готового блюда | | 200/10 | |

Технология приготовления

В холодную воду закладывают промытые куски мяса, массой не более 1,5 кг и толщиной не более 8 см, доводят до кипения, удаляют пену и жир, варят при слабом кипении до готовности в течение 2-2,5 часа. За 30-40 минут до окончания варки в бульон кладут соль. Готовый бульон используют для варки супа, отварное мясо нарезают кубиками, заливают бульоном, доводят до кипения (до подачи хранят в бульоне не более 1 часа). Морковь, лук репчатый шинкуют и припускают в масле растительном с добавлением небольшого количества воды в течение 10 минут. Крупу перебирают, промывают несколько раз, меняя воду, закладывают в кипящую воду и варят, помешивая, до полуготовности, отвар сливают. Картофель очищенный нарезают брусочками или дольками. Солёные огурцы нарезают соломкой. Подготовленные огурцы припускают в небольшом количестве воды 10-15 мин. В кипящий бульон кладут подготовленную крупу, варят 10 мин, добавляют картофель, через 15-20 минут после закипания добавляют припущенные морковь, лук и припущенные огурцы и варят до готовности. За 5-7 минут до окончания варки рассольника добавляют соль и сушеную зелень. Отпускают рассольник с отварным мясом. Температура подачи 65°C.

Органолептические показатели

Внешний вид: Овощи сохранили форму нарезки, на поверхности кусочки мяса и блески жира

Цвет: Бульона - с кремоватым оттенком; жира - жёлтый

Вкус: Овощей, в меру солёный, с умеренной кислотностью

Запах: Овощей, в сочетании с зеленью

Консистенция: Овощей, мяса - мягкая, соблюдается соотношение жидкой и плотной частей

Пищевая и энергетическая ценность блюда (изделия)

| Пищевые вещества | | | | С, мг |
|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------|
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал | |
| 4,6 | 4,3 | 13,0 | 109 | 2,56 |