

Суп рисовый с мясом

Рецептура № 151

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 | | |
| Говядина 1 категории | 22 | 16 | | |
| или Говядина полуфабрикат | 19 | 16 | | |
| или Гуляш полуфабрикат | 16 | 16 | | |
| Масса отварного мяса | | 10 | | |
| Крупа рисовая | 12 | 12 | | |
| Лук репчатый | 20 | 17 | | |
| Томатное пюре | 2 | 2 | | |
| Чеснок | 0,14 | 0,1 | | |
| Масло растительное | 3 | 3 | | |
| Зелень сушеная | 0,1 | 0,1 | | |
| Бульон | 200 | 200 | | |
| 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 и подвергают кипячению в бульоне в течение 5-7 минут (до подачи хранят в бульоне не более 1 часа при температуре +75°C). Подготовленный репчатый лук мелко нарезают, припускают в небольшом количестве воды с маслом растительным в течение 10-15 минут, затем добавляют томатное пюре и продолжают припускание 5 минут. В кипящий бульон кладут промытый рис, варят 20-30 минут, добавляют припущенный лук с томатным пюре, продолжают варить до готовности. В конце варки добавляют чеснок, растертый с солью и сушеную зелень. Отпускают суп с мясом. Температура подачи 65°C.

Органолептические показатели

Внешний вид: Рис хорошо сварен, лук мелко нашинкован

Цвет: Бульона - полупрозрачный; жира - оранжевый; овощей - натуральный

Вкус: Крупы в сочетании с входящими в состав овощами, умеренно солёный

Запах: Припущенного лука, крупы, мясного бульона

Консистенция: Мясо, коренья - мягкие; рис - целый, мягкий

Пищевая и энергетическая ценность блюда (изделия)

| Пищевые вещества | | | | С, мг |
|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------|
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал | |
| 3,7 | 4,1 | 10,4 | 93 | 0,34 |