

Наименование блюда

Суп с крупой, с мясом

Рецептура № 149

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		
Говядина 1 категории	22	16		
или Говядина полуфабрикат	19	16		
или Гуляш полуфабрикат	16	16		
Масса отварного мяса		10		
Крупа перловая	17	17		
или Овсяная, ячневая, пшеничная, пшено	20	20		
Морковь	10	8		
Лук репчатый	10	8		
Масло растительное	3	3		
Бульон	200	200		
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 и подвергают кипячению в бульоне в течение 5-7 минут (до подачи хранят в бульоне не более 1 часа при температуре +75°C). Крупу перебирают, промывают несколько раз, меняя воду. Нарезанные соломкой морковь, лук припускают в небольшом количестве бульона с добавлением масла растительного в течение 10-15 минут. В кипящий бульон кладут подготовленную крупу, затем припущенные овощи и варят до готовности. За 5-10 мин до окончания варки кладут соль и зелень сушеную. Отпускают суп с мясом. Температура подачи 65°C.

Органолептические показатели

Внешний вид: Овощи сохранили форму нарезки. На поверхности блески жира

Цвет: Бульон прозрачный; овощей и крупы - натуральный

Вкус: Умеренно соленый, мясного бульона в сочетании с крупой

Запах: Овощей, мясного бульона и вареной крупы (слегка мучнистый)

Консистенция: Мяса, овощей - мягкая; крупа хорошо разварившаяся

Пищевая и энергетическая ценность блюда (изделия)

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	С, мг
3,6	4,8	12,6	108	0,38