

Винегрет овощной

Рецептура № 71

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	брутто, г	нетто, г
Картофель	13	10		
Масса отварного картофеля		9		
Свекла	16	13		
Масса отварной свеклы		12		
Морковь	14	11		
Масса отварной моркови		10		
Огурцы солёные	18	10		
или Морская капуста консервированная	13	10		
или Морская капуста замороженная	*	10		
или Капуста свежая белокочанная**	20	16		
Масса капусты стертой с солью		10		
Масло растительное	2	2		
Выход готового блюда		60		

* масса брутто определяется на основании акта контрольной отработки

** капусту белокочанную старого урожая использовать только до 1 марта

Технология приготовления

Варёные очищенные картофель, свеклу и морковь, солёные огурцы нарезают ломтиками. Обработанную свежую белокочанную капусту шинкуют тонкой соломкой, посыпают солью и перетирают до выделения сока и мягкой консистенции. **или** Банки с морской капустой моют, обдают кипятком, затем вскрывают. **или** Морскую капусту замороженную припускают в небольшом количестве воды до готовности. Подготовленные овощи соединяют и заправляют маслом растительным. Температура подачи 14°С.

Органолептические показатели

Внешний вид: Картофель, свекла, морковь, огурцы нарезаны ломтиками; винегрет заправлен маслом растительным

Цвет: Натуральный, свойственный овощами, входящим в состав винегрета

Вкус: Соответствующих овощей, умеренно солёный

Запах: Отварных овощей с ароматом растительного масла

Консистенция: Огурцов - хрустящая; картофеля, свеклы, моркови - мягкая

Пищевая и энергетическая ценность блюда (изделия)

Пищевые вещества				С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	
0,5	2,0	3,0	32	1,57