



ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 102

Наименование блюда Запеканка из печени с рисом

Рецептура № 482 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 | | |
| Печень говяжья | 45 | 38 | | |
| Крупа рисовая | 6 | 6 | | |
| Вода питьевая | 13 | 13 | | |
| Масса рассыпчатой каши | | 17 | | |
| Лук репчатый | 15 | 13 | | |
| Масло растительное | 5 | 5 | | |
| Масса припущенного с маслом лука | | 6 | | |
| Яйцо | 2,5 | 2,5 | | |
| Яйцо на смазку изделия | 1,3 | 1,3 | | |
| Масло растительное | 1,3 | 1,3 | | |
| Выход готового блюда | | 50 | | |

Технология приготовления

Подготовленную печень нарезают и пропускают через мясорубку. Из крупы рисовой варят рассыпчатую кашу на воде и охлаждают ее до 60-70°C. Очищенный и промытый лук репчатый мелко нарезают и припускают в небольшом количестве воды с добавлением масла растительного. Измельченную печень соединяют с кашей рисовой, добавляют припущенный лук, яйца, соль и перемешивают. На смазанный маслом противень кладут приготовленную массу, разравнивают поверхность, смазывают яйцами запекают в жарочном шкафу. Температура подачи 65°C.

Органолептические показатели

Внешний вид: Нарезана аккуратными квадратами

Цвет: Корочки- коричневый, в разрезе - от светло-серого до серого

Вкус: Запеченной печени, умеренно солёный

Запах: Запеченной печени

Консистенция: Сочная, однородная

Пищевая и энергетическая ценность блюда (изделия)

| Пищевые вещества | | | | С, мг |
|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------|
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал | |
| 6,5 | 4,7 | 5,3 | 90 | 2,16 |