



ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 103

Наименование блюда Жаркое по-домашнему
 Рецепт № 436 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	64	47	
или Говядина полуфабрикат	55	47	
Картофель	152	114	
Морковь	25	20	
Лук репчатый	12	10	
Масло растительное	3	3	
Масса тушёного мяса	30		
Масса готовых овощей	110		
Выход готового блюда	140		

Технология приготовления

Подготовленное мясо нарезают кусочками по 2-3 шт. на порцию складывают в посуду, добавляют воду и тушат 45-60 минут. Лук репчатый и морковь нарезают дольками или кубиками и припускают в небольшом количестве воды с добавлением масла растительного. Припущенные овощи соединяют с мясом. Картофель, нарезанный дольками или кубиками, укладывают сверху мяса, добавляют соль и воду (продукты должны быть только покрыты жидкостью), закрывают крышкой и тушат до готовности. Отпускают жаркое вместе с бульоном и гарниром. Температура подачи 65°C.

Органолептические показатели

Внешний вид: Мясо нарезано кусочками; картофель, морковь и лук нарезаны дольками или кубиками, все вместе тушено. Кусочки мяса одинаковые по форме и размеру. Мясо и овощи сохранили форму нарезки

Цвет: Мяса - коричневый

Вкус: Специфический для тушёного мяса и овощей

Запах: Тушёного мяса с ароматом овощей

Консистенция: Мяса - мягкая, нежная, овощей - сочная

Пищевая и энергетическая ценность блюда (изделия)

Пищевые вещества				С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	
9,0	11,6	17,6	211	5,25