

Наименование блюда **Зразы рубленые из говядины**

Рецептура № 457 колонка

По сборнику рецептур для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004г.

Рецептура

Сырье	Масса		Расход сырья нетто, г на	
	брутто, г	нетто, г		
Говядина 1 категории	69	51		
или Говядина полуфабрикат	60	51		
или Фарш промышленного производства	51	51		
Вода питьевая	16	16		
Хлеб пшеничный	11	11		
Масса котлетной массы		75		
Фарш:				
Яйцо куриное отварное	27	27		
Масса полуфабриката		100		
Масло растительное для смазки листа		1		
Выход готового блюда		80		

Технология приготовления

Зачищенное мясо измельчают на мясорубке, соединяют с пшеничным хлебом, замоченным в воде, пропускают через мясорубку вторично, добавляют соль и хорошо вымешивают. Из котлетной массы формируют лепешки толщиной в 1 см, на середину которых кладут фарш (мелко рубленые вареные яйца). После этого края лепешек соединяют, придавая им овально-приплюснутую форму, выкладывают в емкость и припускают с добавлением масла растительного при закрытой крышке 20-25 минут. Температура подачи 65°C.

Органолептические показатели

Внешний вид: Зразы овально-приплюснутой формы с тупыми концами, без трещин

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

Вкус: Отварного мяса с привкусом фарша из вареных яиц

Запах: Отварного мяса

Консистенция: Сочная, мягкая, однородная

Пищевая и энергетическая ценность блюда (изделия)

Пищевые вещества				С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	
10,0	8,1	4,0	129	0,06