



ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 239

Наименование изделия: **ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ**

Номер рецептуры: **239**

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2011.-544с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
РЫБА МИНТАЙ НЕРАЗДЕЛАННЫЙ	94	67,65	9,4	6,77
КРУПА РИСОВАЯ	7,1	7,1	0,71	0,71
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	17,9	17,9	1,79	1,79
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14,9	12,6	1,49	1,26
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	7,1	7,1	0,71	0,71
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	9	9	0,9	0,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,05	0,05
Выход: 100				

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:

Белки, г	3,80	В1, мг	0,10	Са, мг	51,80
Жиры, г	10,00	С, мг	0,70	Mg, мг	66,90
Углеводы, г	31,00	Е, мг	4,10	Р, мг	287,80
Энергетическая ценность, ккал	200,00	В2, мг	0,10	Fe, мг	1,20
		А, мг	0,00	К, мг	554,20
		Д, мкг	0,00	l, мкг	185,00
				F, мг	0,80
				Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Филе без кожи и костей нарезают на куски, пропускают два раза через мясорубку вместе с луком и замоченным в воде хлебом. Рис перебирают, промывают и отваривают до готовности. В массу добавляют отваренный рис, соль, хорошо вымешивают, формируют шарики по 1-2 шт. на порцию, панируют в муке и выкладывают на листы, смазанные маслом. Тефтели запекают в жарочном шкафу или пароконвектомате при температуре 160-180 С в течение 20 -30 мин
При отпуске тефтели поливают соусом,

Правила оформления, подачи блюд:

Температура подачи блюда не ниже 65 С

Характеристика изделия по органолептическим показателям:

Внешний вид: тефтели в виде шариков с равномерной (без трещин) мягкой корочкой
Консистенция: тефтелей - в меру плотная, сочная, однородная.
Цвет: корочки - светло-коричневый, на разрезе — светло-серый.
Вкус: тушеной рыбы в соусе, умеренно соленый.
Запах: тушеной рыбы