



ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 311

Наименование изделия: **ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ**

Номер рецептуры: **311**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,05	0,05
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	104,29	73	10,43	7,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	8	8	0,8	0,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9	8	0,9	0,8
МОРКОВЬ				
с 01.01 по 31.08	10,67	8	1,07	0,8
с 01.09 по 31.12	10	8	1	0,8
КРУПА РИСОВАЯ	35	35	3,5	3,5
Выход: 150				

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:

Углеводы, г	37,70	А, мг	0,22	Fe, мг	12,00
Белки, г	11,90	В1, мг	0,08	Mg, мг	37,00
Жиры, г	10,00	С, мг	11,00	Ca, мг	37,00
Энергетическая ценность, ккал	486,60	Е, мг	4,40	P, мг	188,00
		Д, мкг	0,00	К, мг	0,00
		В2, мг	0,00	І, мкг	0,00
				F, мг	0,00
				Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Подготовленные овощи (морковь, лук репчатый) нарезают соломкой, пассеруют. Крупу рисовую просеивают, перебирают, промывают сначала теплой (40° С), а затем горячей водой (60-70° С). Птицу рубят на порции (по 1-2 шт на порцию), посыпав солью, добавляют к пассерованным овощам и тушат до полуготовности птицы. Заливают горячей водой и дают закипеть (2,1 л воды на 1 кг крупы рисовой), затем кладут промытую рисовую крупу и варят до загустения.

Правила оформления, подачи блюд:

Порцию плова кладут горкой на тарелку. Оптимальная температура подачи 65° С.

Характеристика изделия по органолептическим показателям:

- Внешний вид — плов уложен горкой, зерна рисовой крупы полностью набухшие, сохранившие форму, легко отделяющиеся друг от друга;
- цвет птицы — светло-кремовый, с золотистым оттенком; риса — светло-оранжевый;
- вкус, запах — характерный для тушеной птицы с рисом и специями;
- консистенция птицы — мягкая, сочная, риса — рассыпчатая.