



ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 239

Наименование изделия: **КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ**

Номер рецептуры: **239**

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
РЫБА МИНТАЙ НЕРАЗДЕЛАННЫЙ	102,1	73,6	10,21	7,36
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	18	18	1,8	1,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	26	26	2,6	2,6
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	10	10	1	1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	8	8	0,8	0,8
Выход: 100				

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:

Углеводы, г	45,00	А, мг	0,04	Fe, мг	0,80
Энергетическая ценность, ккал	146,00	Е, мг	2,20	Ca, мг	25,00
Жиры, г	5,07	С, мг	0,00	Mg, мг	16,00
Белки, г	4,95	В1, мг	0,08	P, мг	88,00
		Д, мкг	0,00	K, мг	0,00
		В2, мг	0,00	I, мкг	0,00
				F, мг	0,00
				Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Филе рыбы нарезают на куски, пропускают через мясорубку вместе с замоченным в воде черствым хлебом, кладут соль, тщательно перемешивают и выбивают. Из рыбной котлетной массы формируют котлеты, панируют в сухарях, выкладывают на противень, смазанный маслом и запекают в жарочном шкафу или пароконвектомате при температуре 180-200 С в течение 20-30 мин

Правила оформления, подачи блюд:

При отпуске котлеты гарнируют, подливают сбоку соус или поливают прокипяченным маслом сливочным. Оптимальная температура подачи 65° С

Характеристика изделия по органолептическим показателям:

- Внешний вид — котлеты — овально-приплюснутой, аккуратно уложены, рядом — гарнир, соус;
- цвет корочки — золотистый, в разрезе изделие характерны для данного вида рыбы;
- вкус — приятный, запеченной рыбной котлетной массы, характерный для определенного вида рыбы, специй, умеренно соленый;
- запах — характерный для определенного вида рыбы, приятный с ароматом специй;
- консистенция — сочная, рыхлая, однородная.