

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА**

Рецептура № 52

**Картофель и овощи, тушеные в соусе**

Наименование продукта	Расход продукта на 1 изд.	
	Вес брутто, г	Вес нетто, г
Картофель		
с 01.09 по 31.10 х/о – 25%	93,3	70,0
с 01.11 по 31.12 х/о – 30%	100,0	70,0
с 01.01 по 28-29.02 х/о – 35%	107,7	70,0
с 01.03 по 31.08 х/о – 40%	116,7	70,0
или		
Картофель быстрозамороженный	70,0	70,0
Морковь красная		
до 01.01 х/о-20%	12,4	10,0
с 01.01 х/о-25%	13,0	10,0
или		
Морковь красная быстрозамороженная	10,0	10,0
Петрушка (корень)	4,4	3,0
Лук репчатый	9,6	8,0
Или		
Лук репчатый быстрозамороженный	8,0	8,0
Соль йодированная с пониженным содержанием натрия	0,2	0,2
Горошек зеленый консервированный натуральный	12,4	8,0
Масло сливочное несоленое	3,0	3,0
Вода питьевая	15,0	15,0
Масло сливочное несоленое	0,5	0,5
Мука пшеничная 1 сорта	0,5	0,5
Морковь красная	1,0	0,8
Лук репчатый	0,96	0,8
Петрушка (корень)	0,8	0,6
Томат-пюре	4,4	4,4
Масло сливочное несоленое	0,5	0,5
Сахар-песок	0,2	0,2
Выход		100

В 100 г данного блюда содержится

Пищевые вещества г.			Минеральные вещества мг.			
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe
2,07	3,53	9,28	18,9	19,71	54,30	0,75

Витамины мг.					Энергетическая ценность(ккал)
A	B1	B2	PP	C	
0,02	0,07	0,05	0,83	5,06	94,31

Способ приготовления:

Подготовленные очищенные овощи (картофель, морковь, корень петрушки) нарезают дольками, лук репчатый шинкуют и слегка припускают по отдельности в небольшом количестве воды или бульона с добавлением масла сливочного. Затем овощи соединяют, добавляют к ним соус красный основной, соль поваренную йодированную и тушат. За 5 мин до готовности добавляют горошек зеленый консервированный, предварительно прогретый в собственном отваре при слабом кипении в течение 5 мин.

Примечание. Допускается взамен овощей свежих использовать соответствующие овощи свежие быстрозамороженные в тех же количествах (нетто), Их используют без предварительного размораживания.

СОУС: морковь, лук репчатый, корень петрушки очищают, мелко шинкуют соломкой и припускают в небольшом количестве воды или бульона мясного с добавлением масла сливочного в течение 10-15 мин, затем добавляют томат-пюре и припускают еще 10-15 мин. Муку пшеничную просеивают, подсушивают на сковороде (без масла) до светло-желтого цвета, периодически помешивая, охлаждают до температуры 60-70 С, добавляют 1/4 часть горячего бульона (воды), вымешивают до образования однородной массы, затем добавляют оставшийся бульон (воду), масло сливочное и варят при слабом кипении, помешивая, в течение 20-30 мин. Готовый белый соус соединяют с припущенными овощами и томатом-пюре и варят в течение 25-30 мин. В конце варки добавляют соль поваренную йодированную, сахар-песок. Готовый соус процеживают, протирая при этом в него разварившееся овощи, и доводят до кипения.

Температура подачи: не ниже 65 С.

Срок реализации: не более двух часов с момента приготовления.