**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)**

# Наименование кулинарного изделия (блюда): Рыба припущенная

Номер рецептуры: 296

Наименование сборника рецептур: Единый сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий/сост. А.Я. Перевалов, Н.В. Тапешкина.-Изд-е 4-е доп. и испр.-Пермь, 2021.-410 с.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
| 1 порция | |
| Брутто, г | Нетто, г |
| Рыба минтай | 120 | 91 |
| Лимон | 10 | 9 |
| Петрушка корень | 4 | 3 |
| Лук репка | 4 | 3,3 |
| Соль йодированная | 0,75 | 0,75 |
| Масса полуфабриката | - | 95 |
| Выход блюда | 75 | |

Химический состав данного блюда

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Выход, г | Пищевые вещества | | | |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энерг. ценность, ккал |
|  | 13 | 0,5 | 0,8 | 59,7 |

***Технология приготовления:***

*Рыбу нарезают на порционные куски под углом 30 градусов, укладывают в смазанный маслом сотейник кожей вниз на бланшированный репчатый лук, сверху кладут кружочек лимона, заливают горячую воду так, чтобы жидкость покрыла рыбу на 1/3 часть высоты, добаляют соль йодированную, закрывают крышкой и припускают при слабом кипении 20-25 минут. Отпускают с гарниром. Кусок рыбы укладывают сбоку на гарнир.*

*Температура подачи 65 градусов.*

***Срок реализации:*** *не более двух часов с момента приготовления.*

***Требования к качеству:*** *рыба подана одним куском, проварена, сохранила форму. Цвет, вкус и запах соответствуют виду рыбы, лука. Гарнир уложен аккуратно.*