**Технологическая карта №**

**РЫБА ЖАРЕНАЯ**

наименование кулинарного изделия

по СТБ (ГОСТ, ТУ) 1210-2010

 номер ТНПА на данную кулинарную продукцию

**1.Рецептура**

|  |  |
| --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья на 1 порцию готовой продукции,г,мл |
| Брутто | Нетто |
| Минтай неразделанный | 171,0 | 79,0 |
| или треска потрошеная обезглавленная крупная | 114,0 | 83,3 |
| или окунь морской потрошеный обезглавленный | 126,0 |
| или хек тихоокеанский потрошеный обезглавленный | 117,3 |
| Мука пшеничная | 5,0 | 5,0 |
| Масло подсолнечное рафинированное | 5,0 | 5,0 |
| **Выход готовой продукции** | **70,0** |
| **с соусом сметанным** | **70/50** |

**2.Описание технологии приготовления кулинарной продукции:**

Рыбу размораживают в проточной воде при температуре не выше 120С (на 1 кг рыбы 2 л воды) с добавлением соли (7-10 г на 1 л) или на воздухе при комнатной температуре, чистят, разделывают на филе без кожи и костей, промывают в проточной воде, порционируют. Промышленное филе размораживают на воздухе при комнатной температуре, моют в проточной воде, порционируют.

Порционные куски рыбы солят, панируют в муке. Противень смазывают маслом и ставят в пароконвектомат для разогрева масла, затем рыбу кладут на противень и готовят в пароконвектомате «Абат» на режиме «конвекция», при температуре 170 С 20 минут. Через 10 минут после обжаривания рыбу переворачивают и продолжают жарить при тех же параметрах.

Предварительно пароконвектомат прогревают при температуре 200 С в течение 10 минут.

Подают с соусом сметанным. Оптимальная температура подачи блюда +500С.

На диету «П» не рекомендуется.

3.**Характеристика изделия по органолептическим показателям:**

***внешний вид*** – порционные куски жареного рыбного филе (без кожи и костей), равномерно обжаренные;

***цвет –*** корочки – светло-коричневый с золотистым оттенком, на разрезе – светло-серый или серовато-кремовый.

***Вкус, запах –*** характерный для жареной рыбы;

***консистенция –*** мягкая, плотная.

**4. Срок годности и условия хранения:**

На мармите или горячей плите не более 2 часов.

## 5.Сведения о пищевой ценности блюда:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Белки, г | Жиры, г | Угле-воды, г | Энергетическая ценность |
| всего | жив. | раст. | всего | жив. | раст. | кДж | ккал |
| минтай | 11,64 | 11,18 | 0,46 | 5,07 | 0,63 | 4,44 | 3,10 | 444,49 | 106,68 |
| с соусом сметанным | 12,29 | 11,49 | 0,80 | 7,31 | 2,83 | 4,48 | 5,79 | 588,02 | 141,12 |
| треска | 12,32 | 11,86 | 0,46 | 4,88 | 0,44 | 4,44 | 3,10 | 446,73 | 107,21 |
| с соусом сметанным | 12,98 | 12,17 | 0,80 | 7,12 | 2,64 | 4,48 | 5,79 | 590,26 | 141,66 |
| окунь морской | 13,95 | 13,49 | 0,46 | 6,86 | 2,42 | 4,44 | 3,10 | 552,93 | 132,70 |
| с соусом сметанным | 14,61 | 13,80 | 0,80 | 9,10 | 4,62 | 4,48 | 5,79 | 696,47 | 167,15 |
| хек | 12,77 | 12,31 | 0,46 | 6,06 | 1,61 | 4,44 | 3,10 | 499,83 | 119,96 |
| с соусом сметанным | 13,42 | 12,62 | 0,80 | 8,29 | 3,81 | 4,48 | 5,79 | 643,36 | 154,41 |
|  |
|  | Минеральные вещества, мг | Витамины, мг |
| К | Са | Mg | P | Fe | A | Каротин | B1 | B2 | PP | C |
| минтай | 293,97 | 28,60 | 38,50 | 168,69 | 0,60 | 0,00 | 0,00 | 0,07 | 0,07 | 0,68 | 0,57 |
| с соусом сметанным | 309,90 | 40,14 | 40,22 | 178,02 | 0,66 | 0,02 | 0,01 | 0,08 | 0,08 | 0,73 | 0,58 |
| треска | 251,71 | 19,12 | 22,44 | 155,93 | 0,52 | 0,00 | 0,00 | 0,06 | 0,11 | 1,58 | 0,33 |
| с соусом сметанным | 267,64 | 30,66 | 24,16 | 165,26 | 0,58 | 0,02 | 0,01 | 0,07 | 0,12 | 1,63 | 0,35 |
| окунь морской | 222,72 | 22,78 | 22,44 | 155,93 | 0,92 | 0,00 | 0,00 | 0,07 | 0,08 | 1,11 | 0,47 |
| с соусом сметанным | 238,65 | 34,32 | 24,16 | 165,26 | 0,98 | 0,02 | 0,01 | 0,08 | 0,09 | 1,16 | 0,48 |
| хек | 248,08 | 22,78 | 26,06 | 177,67 | 0,56 | 0,00 | 0,00 | 0,08 | 0,07 | 0,91 | 1,07 |
| с соусом сметанным | 264,02 | 34,32 | 27,78 | 187,00 | 0,62 | 0,02 | 0,01 | 0,09 | 0,08 | 0,96 | 1,08 |

Инженер-технолог А.Н.Иванова