

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №

Наименование кулинарного изделия (блюда): Салат из белокочанной капусты

Номер рецептуры: 45

Наименование сборника рецептов: Сборник технических нормативов – Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛи плюс, 2017, стр. 99



Наименование сырья	Расход сырья и полуфабриката			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Капуста белокочанная	66,7	53,34	6670	5334
Масса прогретой капусты	-	48,01	-	4801
Кислота лимонная	0,18	0,18	18	18
Вода кипячёная	5,82	5,82	582	582
Сахар	3	3	300	300
Соль	0,2	0,2	20	20
Масло растительное	3	3	300	300
Выход:	-	60	-	6000

Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B ₁	B ₂	C
60	0,85	3,05	5,41	52,44	22,42	9,1	16,57	0,31	0,02	0,00	19,47

Технология приготовления

Лимонную кислоту растворяют в кипячёной воде. Капусту мелко шинкуют соломкой, добавляют соль (15 г на 1 кг), раствор лимонной кислоты и нагревают при непрерывном помешивании не менее 2 минут при температуре 95 - 100 градусов. Не следует перегревать капусту, так как она будет мягкой. Прогретую капусту охлаждают, добавляют сахар и растительное масло, перемешивают.

Выход порции определяется возрастной группой.

Требования к оформлению, реализации, хранению

Салат укладывают горкой. Температура подачи блюда 10-14 °С.

Требования к качеству

Внешний вид: овощи сохраняют форму нарезки. Салат уложен горкой, заправлен растительным маслом

Консистенция: овощей - хрустящая, не жёсткая, сочная

Цвет: свойственный входящим в блюдо продуктам

Вкус: приятно-кисловатый со слегка ощутимой сладостью, умеренно солёный, без горечи.

Запах: свежей белокочанной капусты, моркови с ароматом растительного масла