Технологическая карта

Наименование кулинарного изделия (блюда):     **КАПУСТА ТУШЕНАЯ**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | | | | |
| 1 порция | | | | | |
| Брутто, г | Нетто, г | Брутто, г | Нетто, г | Брутто, г | Нетто, г |
| Капуста | 120 | 100 | 140 | 120 | 170 | 150 |
| Масло растительное | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 2 |
| Масло сливочное | - | - | 1 | 1 | 2 | 2 |
| Морковь | 8 | 6 | 10 | 8 | 10 | 8 |
| Лук репчатый | 5 | 4 | 8 | 8 | 10 | 8 |
| Томатное пюре (25%-30%) | 2 | 2 | 3 | 3 | 5 | 5 |
| ВЫХОД: | 100 | | 120 | | 150 | |

Химический состав данного блюда

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Выход, г | Пищевые вещества | | | | Минер. вещества, мг | | Витамины, мг | | |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энерг. ценность, ккал | Са | Fe | В1 | В2 | С |
| 100 | 2,00 | 3,30 | 9,20 | 75,00 | 58,00 | 0,80 | 0,03 | 0,03 | 17,00 |
| 120 | 2,40 | 3,96 | 11,04 | 90,00 | 69,60 | 0,96 | 0,04 | 0,04 | 20,40 |
| 150 | 3,00 | 4,95 | 13,80 | 112,50 | 87,00 | 1,20 | 0,05 | 0,05 | 25,50 |

*Технология приготовления:*

Нарезанную тонкими ломтиками капусту укладывают в котел слоем до 30 см, добавляют бульон или воду (20-30% к массе сырой капусты), уксус, жир, пассированное томатное пюре и тушат до полуготовности при периодическом помешивании.

Затем добавляют пассированные, нарезанные соломкой, морковь и лук, лавровый лист, перец и тушат до готовности.

За 5 минут до конца тушения капусту заправляют мучной пассировкой, сахаром, солью и вновь доводят до кипения.

*Требования к качеству:*       Вкус и запах тушеных овощей. Блюдо в меру соленое.