Тефтели из печени с рисом

Наименование сборника рецептур

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях, М., Дели принт, 2010

Наименование сырья	Расход сырья на 1 порцию, г			
	1,5-3 года		3-7 лет	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Печень говяжья	36	30	48	40
Крупа рисовая	9	25 [1]	12	34 [1]
Лук репчатый	13	11	18	15
Масло сливочное	1	1	2	2
Масса припущенного лука	-	8	-	11
Яйца	1/8 шт.	5	1/6 шт.	7
Масса полуфабриката	-	69	-	92
Вода	12	12	16	16
Масло сливочное	5	5	7	7
Масса готовых тефтелей	-	60	-	80
Соус № 354	-	60	-	80
Масса тефтелей с соусом	-	120	-	160

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки, г	7,3/9,78	B_1, мг	0,11/0,14	Ca, мг	28,0/37,9
Жиры, г	8,23/11,66	B_2, мг	0,65/0,87	Fe, мг	2,44/3,27
Углеводы, г	12,28/16,41	C, мг	5,51/7,37		
Эн. ценность, ккал	152/210				

Технология приготовления:

Печень промывают в холодной воде и снимают пленку, вырезают внутренние кровеносные сосуды. Подготовленную печень пропускают через мясорубку со средней решеткой, соединяют с отварным рисом, мелко нарезанным припущенным луком, добавляют сырые яйца, соль, тщательно перемешивают. Массу разделывают в виде шариков по 3-4 шт. на порцию, кладут на противень, смазанный маслом, и запекают 6-8 мин до полуготовности, заливают соусом с добавлением воды (12-16 г на порцию) и тушат 8-10 мин до готовности.

Отпускают с соусом, в котором тушились тефтели.

Гарниры – картофель отварной, овощи отварные с маслом, картофельное пюре.

Требования к качеству:

Внешний вид: тефтели в виде шариков, пропитанных соусом.

Консистенция: в меру плотная, сочная.

Цвет: тефтелей – коричневый, соуса светло-коричневый.

Вкус: тушеной печени и соуса.

Запах: тушеной печени и продуктов, входящих в блюдо.