

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 30.

Овощи тушеные

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углевод	
Картофель	80	49				
Морковь	60	48				
Лук репчатый	10	8				
Капуста	60	42				
цв./белокоч.	5	2,5				
Зелень укропа	5	5				
Масло сливочное	20	18				
Зеленый горошек						
Всего			4,0	4,22	26,6	124,1

Технология приготовления:

Очищенный картофель, капусту и морковь нарезают кубиками и варят по отдельности в кипящей подсоленной воде 05-10 мин., отвар сливают, зеленый горошек прогревают. В овощи добавляют сливочное масло и тушат до готовности.

Требования к качеству:

Консистенция овощей мягкая. Цвет желтовато - белый. Вкус и запах, свойственные тушеным овощам с ароматом сливочного масла.