

ПУДИНГ ТВОРОЖНО-МАННЫЙ "Лакомка"

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Молоко пастер. 2,5 % жирности	30	30	3	3
Крупа манная	10	10	1	1
Творог 5,0% жирности	90	90	9	9
Млоко пастер. 2,5 % жирности	50	50	5	5
Сахар песок	10	10	1	1
Яйца куриные (шт)	1/5 шт	8,05	20шт	0,81
Масло сладко-сливочное несоленое	3	3	0,3	0,3
Масло подсолнечное рафинированное	1	1	0,1	0,1
Сметана 15% жирности	10	10	1	1
Мука пшеничная высш.сорт	3	3	0,3	0,3
Сахар песок	4	4	0,4	0,4
Выход: 170/50				

ХИМИЧЕСКИЙ СОСТАВ, ВИТАМИНЫ И МИКРОЭЛЕМЕНТЫ НА 1 БЛЮДО:

Белки, г	20,7
Жиры, г	15,9
Углеводы, г	29,3
Энергетическая ценность, ккал	347,8

В1, мг	0
С, мг	0,7
А, мг	0,1
Е, мг	1,0

Са, мг	221,3
Mg, мг	29,2
Р, мг	245,3
Fe, мг	0,7

Технология приготовления :

Творог протирают, муку просеивают, яйца обрабатывают в соответствии с санитарно-эпидемиологическими правилами и нормами. В горячей воде (10-20 мл на порцию) растворяют ванилин, затем всыпают манную крупу и, помешивая, заваривают. В протертый творог добавляют яичные желтки, растертые с сахаром, охлажденную заваренную манную крупу, размягченное сливочное масло, соль, подготовленный и обсушенный изюм. Массу тщательно перемешивают. Яичные белки взбивают до густой пены и вводят в подготовленную массу перед запеканием. Полученную массу выкладывают на смазанном маслом растительным и посыпанный сухарями противень (или формы) смазывают сметаной и запекают в жарочном шкафу при температуре 250-280°C в течении 25-55 мин. Готовый пудинг выдерживают 5-10 мин и вынимают из форм. Пудинг, запеченный на противне, не выкладывая, нарезают на порционные куски.

Оформление и подача блюда :



Порционный кусок подают на тарелке. Оптимальная температура подачи 65°C