# РЫБА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАНЕ

1. **Рецептура**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья на 1 порцию готовой продукции,г,мл | |
| Брутто | Нетто |
| Минтай неразделанный | 133,3 | 61,5 |
| или треска потрошеная обезглавленная крупная | 83,5 | 61,0 |
| или окунь морской потрошеный обезглавленный | 92,5 |
| или хек тихоокеанский потрошеный обезглавленный | 86,0 |
| Лук репчатый | 14,9 | 12,5 |
| Масло подсолнечное рафинированное | 4,0 | 4,0 |
| Сметана | 12,5 | 12,5 |
| Масса тушеной рыбы | - | 50,0 |
| Масса готовой рыбы с луком и соусом | - | 50/10 |
| **Выход готовой продукции** | **60,0** | |

**2. Описание технологии приготовления кулинарной продукции:**

Лук репчатый перебирают, очищают от кожицы, промывают в проточной воде.

Рыбу размораживают в проточной воде при температуре не выше 120С (на 1 кг рыбы   
2 л воды) с добавлением соли (7-10 г на 1 л) или на воздухе при комнатной температуре, чистят, разделывают на филе без кожи и костей, промывают в проточной воде, порционируют. Промышленное филе размораживают на воздухе при комнатной температуре, моют в проточной воде, порционируют.

Порционные куски рыбы укладывают в посуду в два слоя, чередуя с рубленым репчатый луком, заливают небольшим количеством воды со сметаной, добавляют масло растительное, соль, закрывают посуду крышкой, и тушат до готовности.

При отпуске рыбу поливают соусом с луком, в котором она тушилась. Оптимальная температура подачи блюда +500С. Приятного аппетита!