



КОТЛЕТА МЯСНАЯ С СЫРОМ

Пищевая и энергетическая ценность 100г продукта:

белки:

18,05г

жиры:

22,57г

углеводы:

6,37г

ккал:

303



ЗАВТРАК/
ОБЕД

СЫРЬЕ И
ПРОДУКТЫ:

согласно технико-
технологической
карте 57



1. Свинину и мякоть куриную размораживают, нарезают на крупные куски.
2. Лук сортируют и замачивают, после мойки лук репчатый очищают от кожуры.
3. Сыр натирают на терке.
4. Нарезанное мясо измельчают на мясорубке вместе с луком, добавляют тертый сыр, крахмал, сметану, обработанные яйца, соль, все хорошо перемешивают.

КОТЛЕТА МЯСНАЯ С СЫРОМ





5. Из готовой котлетной массы формируют изделия овально-приплюснутой формы толщиной 2-2,5 см, панируют в смеси панировочных сухарей и муки.

6. Котлеты выкладывают в противень или гастроемкость, предварительно смазанные подсолнечным маслом. Сверху изделия также смазывают подсолнечным маслом.

7. Первый способ приготовления: Запекают в пароконвектоме в режиме "Конвекция" при темп-ре 180 С в течение 12-15 минут. Второй способ приготовления: Запекают в жарочном шкафу при темп-ре 180С в течение 15-20 мин.

КОТЛЕТА МЯСНАЯ С СЫРОМ

