е

**Готовьте вместе с нами**

**Котлеты или биточки рыбные (щекур)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и п/фабрикатов | |
| **1 порция** | |
| **брутто, г** | **нетто, г** |
| Чир (щекур), обский | 114,00 | 80,00 |
| Хлеб пшеничный, формовой из муки высшего сорта | 19 | 19 |
| Молоко стерилизованное 3,2% жирности | 14 | 14 |
| или Вода | 14 | 14 |
| лук | 10 | 9 |
| Яйцо | 6 | 6 |
| *Масса полуфабриката* | 0 | 119 |
| Масло сливочное | 2 | 2 |
| *Масса готовых котлет* | 0 | 100 |
| Выход: |  | **100** |

**Технология приготовления**

Филе рыбы без кожи и костей нарезают на куски, измельчают на мясорубке, второй раз пропускают через мясорубку вместе с замоченным в воде и отжатым черствым пшеничным хлебом высшего сорта, добавляют йодированную соль, сливочное масло, сырые яйца, оставшуюся воду, все тщательно перемешивают, выбивают. Из рыбной котлетной массы формуют котлеты. Изделия укладывают в сотейник, смазанный маслом, в один ряд, добавляют процеженный рыбный бульон или воду и припускают до готовности 20-25 минут при закрытой крышке или варят на пару. Для бульона используют пищевые отходы от обработки рыбы.

Гарниры: каши вязкие, овощные пюре, капуста тушеная.

Соусы: сметанный, молочный, томатный.

**Вид обработки: Варка**