

Секреты приготовления вкусных и здоровых блюд

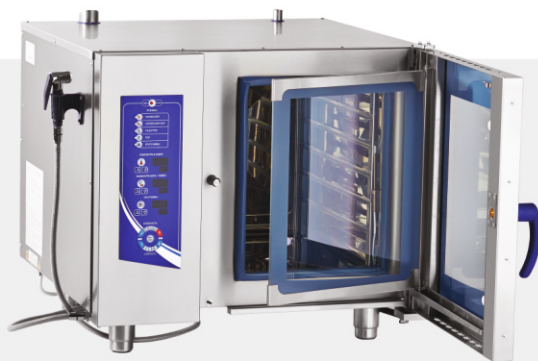


Пароконвектоматы и пищеварочные котлы

Школьное питание



Пароконвектоматы
ПКА-6-1/1ПМ2
ПКА-10-1/1ПМ2



При тепловой обработке продуктов для школьного питания предпочтение отдадут таким способам обработки, как припускание, варка, запекание, тушение. Пароконвектомат идеально сочетает в себе все эти способы приготовления. Правильная кулинарная обработка продуктов должна максимально сохранить их биологическую ценность (витамины, микроэлементы и полезные вещества), структуру, аромат, вкус. Рекомендации даны на 1 стандартную гостроемкость GN 1/1, в соответствии с объемом имеющегося у Вас пароконвектомата (6 и 10) сделайте перерасчет на полную загрузку камеры. При полной загрузке время приготовления необходимо увеличить на 3-5 минут прогреть камеру на 30-50°С выше необходимой.



Ингредиенты:

- 70 гр трески
- пшеничный хлеб
- 20 гр молока
- 15 гр лука
- мука пшеничная
- соль пищевая йодированная
- масло сливочное



Тефтели из рыбы

Параметры:

Режим: выбрать базовые программы или установить режимы вручную

1 этап–конвекция, t–180°C, время–5 мин.

2 этап–конвекция+пар, t–160°C, время–15 мин., влажность–60%

Инвентарь: гадстроемкости из нержавеющей стали GN 1/1-40, эмалированные гадстроемкости для жарки GN 1/1-40

Процесс приготовления:

Подготовленное филе рыбное без кожи и костей промывают, нарезают на куски, пропускают два раза через мясорубку вместе с очищенным луком репчатый и размоченным в молоке хлебом пшеничным. В полученную массу добавляют соль поваренную йодированную (3/4 от рецептурной нормы), хорошо вымешивают и формируют шарики массой 25-35 г, панируют в муке пшеничной и слегка обжаривают на гадстроемкости в нагретом сливочном масле. Из подсушенной муки пшеничной (1/4 часть от рецептурной нормы) готовят соус молочный густой. Обжаренные тефтели, заливают приготовленным соусом молочным, добавляют воду (10% от массы соуса) и тушат при слабом кипении в течение 15 мин. При отпуске тефтели рыбные поливают соусом, в котором они тушились.

Печень тушеная в сметане

Параметры:

Режим: выбрать базовые программы или установить режимы вручную

1 этап–конвекция+пар, t–180°C, время–10 мин., влажность–100%

2 этап–конвекция, t–165°C, время–10-15 мин.

Инвентарь: нержавеющие гадстроемкости GN 1/1-40 или 65

Процесс приготовления:

Печень очистить от пленок и желчных протоков, промыть, нарезать тонкими ломтиками. Потушить в небольшом количестве воды с добавлением масла 3-5 минут. На втором этапе залить соусом, приготовленным из подсушенной муки, сметаны, соли, тушить до готовности (10-15 мин).

Ингредиенты:

- 114 гр печени говяжьей
- 10 гр сметаны
- 3 гр муки пшеничной
- 40 гр воды питьевой
- масло растительное
- соль пищевая йодированная



Ингредиенты:

- 10 гр пшена
- 75 гр молока
- 3 гр масла сливочного
- 10 гр сахара
- 0,25 гр соль пищевой йодирован.



Каша пшенная молочная жидкая

Параметры:

Режим: выбрать базовые программы или установить режимы вручную пар, время–25-30 мин.

Инвентарь: гадстроемкости GN 1/1-65 и GN 1/2-150

Процесс приготовления:

Крупу перебирают, промывают сначала теплой, затем горячей водой. Подготовленную крупу варят до полуготовности в режиме «Пар» 15 мин. Затем добавляют соль, сахар, горячее молоко, перемешивают и доводят до готовности. В готовую кашу добавляют прокипяченное сливочное масло, и подают на раздачу.

Ингредиенты:

- 64 гр филе трески
- бульон рыбный или вода
- соль поваренная пищевая
- 22 гр моркови красной
- 5 гр петрушки (корень)
- 5 гр сельдерея (корень)
- 5 гр лука репчатого
- 5 гр томатного пюре
- 3 гр лимонной кислоты 2%-ная (раствор)
- 5 гр сахара-песка
- масло подсолнечное



Рыба, тушенная в томате с овощами

Параметры:

Режим: выбрать базовые программы или установить режимы вручную
1 этап–конвекция+пар, t–165°C, время–45 мин., влажность–80%

Инвентарь: габаритности GN 1/1-65

Процесс приготовления:

Подготовленное филе рыбное без костей с кожей промывают, нарезают на порционные куски. Укладывают в габаритности в два слоя, чередуя со слоями нашинкованных моркови, лука репчатого, корня петрушки, корня сельдерея, заливают водой или бульоном, добавляют масло растительное, томат-пюре, кислоту лимонную 2%-ную (в 100 мл раствора содержится 98 мл воды, 2 г кислоты лимонной), сахар-песок, соль поваренную йодированную, и тушат до готовности в течение 45-60 мин. За 5-7 мин. до окончания тушения добавляют лавровый лист и гвоздику в количестве 0,01 г каждого вида специй на 100 г блюда. Допускается рыбу готовить без кислоты лимонной. При отпуске рыбу поливают соусом с овощами, в котором она тушилась.

Жаркое по-домашнему

Параметры:

Режим: выбрать базовые программы или установить режимы вручную
1 этап–конвекция+пар, t–180°C, время–45-60 мин., влажн.–80%

2 этап–конвекция+пар, t–165°C, время–20 мин., влажность–40%

Инвентарь: нержавеющие габаритности GN 1/1-65 и GN 1/2-150

Процесс приготовления:

Подготовленные порционные куски мяса (1-2 шт. на порцию) складывают в габаритности, добавляют воду, томат-пасту и тушат в режиме «Конвекция+Пар» 45-60 минут. Картофель, морковь и репчатый лук нарезают кубиками, лук и морковь (замороженные овощи не размораживают) добавляют масло и соединяют с мясом. Картофель укладывают сверху мяса (быстрозамороженный картофель не размораживают), добавляют соль, наливают воду, так, чтобы она закрыла картофель. Жаркое тушат 20 мин. в этом же режиме. Отпускают мясо с соусом и тушеным картофелем.

Ингредиенты:

- 24 гр говядины (I категории)
- 10 гр томат-пасты
- 111 гр картофеля
- 10 гр моркови
- 10 гр лука
- 2 гр масла сливочного
- масло растительное
- соль пищевая йодированная



Ингредиенты:

- 100 гр свеклы
- 2,5 гр масла сливочного
- 1,5 сахара
- 0,1 гр лимонной кислоты
- соль
- соус белый

Свекла тушенная

Параметры:

Режим: 1 этап–пар, время–15 мин.

2 этап–конвекция+пар, t–165°C, время–10 мин., влажность–40%

Инвентарь: нержавеющие габаритности GN 1\1-40, 65

Процесс приготовления:

Промытую, очищенную и нарезанную кубиками свеклу отвариваем на пару. Добавляем масло сливочное, заправляем лимонной кислотой (разведенной кипяченой водой), сахаром, соусом белым и тушим до готовности 10-15 мин.

Ингредиенты:

- 60 гр котлетного мяса
- 5 гр риса
- 10 гр лука
- 3,12 гр яйца
- 3,6 сливочного масла



Голубцы ленивые

Параметры:

Режим: 1 этап–пар, время–25 мин.

2 этап–конвекция, t–180°C, время–10 мин.

3 этап–конвекция+пар, t–165°C, время–10-15 мин., влажн.–40%

Инвентарь: нержавеющие перфорированные и сплошные gastronormы GN 1\1-40, 65

Процесс приготовления:

Мелко нашинкованную капусту отваривают в режиме «Пар» 10 мин. Рис отваривают в режиме «Пар» 25 мин. Котлетное мясо дважды пропускают через мясорубку. При повторном измельчении добавляют припущенную капусту. В подготовленный мясо-капустный фарш вводят мелко рубленный припущенный лук, рассыпчатый рис, яйца, соль и перемешивают. Из полученной массы формируют голубцы, придавая изделиям цилиндрическую форму. Голубцы кладут на смазанную маслом gastronorm, ставят в разогретую камеру пароконвектомата и обжаривают 10 мин. в режиме конвекция. На 3 этапе заливают соусом с добавлением воды (10-20 г на порцию), запекают еще 10 - 15 минут до готовности. Отпускают с соусом сметанным, сметанным с томатом или сметанным с томатом и луком.

Сырники творожные, запеченные

Параметры:

Режим: выбрать базовую программу или установить режимы ручную конвекция, t–185°C, время–25-30 мин.

Инвентарь: эмалированные gastronormы GN 1/1-20

Процесс приготовления:

Творог протирают, добавляют яйцо, сахар, муку, тщательно перемешивают. Формируют круглые сырники толщиной 1,5 см, панируют их в муке, выкладывают на смазанную маслом gastronorm и запекают в разогретом пароконвектомате до готовности. Сырники из полуфабрикатов промышленного производства, разрешенных для использования в питании детей и подростков, не размораживая, выкладывают на смазанную маслом gastronorm и запекают при t–190-200°C 7-10 мин. до образования румяной корочки.

Ингредиенты:

- 100 гр творога
- мука пшеничная
- 1 яйцо
- 5 г сахара
- 5 гр масла сливочного
- 5 гр масла растительного



Ингредиенты:

- 4,0 кг п/фабриката котлетной массы
- 720 гр риса
- 120 гр масла растительного
- 60 гр лука репчатого
- 3 яйца



Тефтели мясо-крупяные

Параметры:

Режим: выбрать базовые программы или установить режимы ручную

1 этап–пар, время–20-25 мин.

2 этап–конвекция+пар, t–165°C, время–15-20 мин., влажн.–100%

Инвентарь: нержавеющие gastronormы GN 1/1-40

Процесс приготовления:

Рис отваривают в режиме «Пар» 20-25 мин. Мясной фарш соединяют с отварным рисом, мелко нарезанным луком, сырым яйцом, перемешивают и формируют тефтели в виде шариков по 2 – 3 шт. на порцию, выкладывают на смазанную маслом gastronorm и тушат 15 – 20 мин. до готовности.



Среди новых разработок ОАО «Чувашторгтехника» – пищеварочные котлы с функциями перемешивания и ручного опрокидывания КПЭМ-60-ОМР, КПЭМ-100-ОМР, КПЭМ-160-ОМР, предназначенные для приготовления бульонов, первых, вторых и третьих блюд на предприятиях общественного питания самостоятельно или в составе технологических линий.

Принцип работы всех пищеварочных котлов торговой марки Abat основан на обогреве содержимого в варочном сосуде паром, который образуется при нагреве теплоносителя в паровой рубашке котла. В добавок к этому наличие функции перемешивания в котлах с миксером полностью исключает пригорание продукта к стенкам сосуда.

Нижний привод миксера делает работу пищеварочных котлов более надежной, сводит к минимуму вероятность поломки. Благодаря регулируемой скорости вращения и реверсу в котлах линии ОМР можно производить перемешивание и взбивание практически любых продуктов, в том числе и картофельного пюре, творожных и омлетных масс. При необходимости миксер легко снимается и продукты могут приготавливаться без перемешивания, что делает пищеварочные котлы ОМР универсальными. Рабочая температура приготовления до +100°С.

С помощью котлов серии ОМР Вы можете приготовить любые супы, соусы, компоты, каши и многое другое.

Яичница-скрэмбл

Яйца, молоко, сливочное масло перемешиваются с помощью миксера, одновременно происходит нагрев массы, яичная масса, перемешиваясь, заваривается, превращается в скрэмбл. Довести до готовности.



Овощное рагу

Морковь и лук обжарить на масле при работающем миксере, добавить кабачки, баклажаны, перец сладкий, томаты, тушить под закрытой крышкой, периодически перемешивая с помощью миксера, довести до готовности.

Гуляш

Обжарить морковь и лук, добавить мясо, продолжать обжаривать, добавить воду и тушить под крышкой до готовности.



Курица тушеная

Кусочки курицы обжарить на масле при непрерывном перемешивании, добавить воду, специи, томатную пасту, довести до готовности.



Пюре картофельное

Картофель отварить в котле, слить воду, добавить масло, взбить, добавить молоко, взбить до однородной консистенции.

Каша манная

Воду довести до кипения, добавить масло сливочное и молоко, кипятить, в кипящую смесь добавить манную крупу, перемешать с помощью миксера, варить кашу 5 минут, затем отключить нагрев и дать крупе набухнуть, миксер при этом продолжает работать.



Капуста тушеная

Лук, морковь спассеровать при работающем миксере, добавить фарш, добавить капусту, воду по необходимости, перемешать; тушить до готовности либо до полуготовности, если капуста будет использоваться как начинка для пирога.

Гарниры из круп

Промытую крупу залить водой, варить до готовности, в зависимости от того, вязкая это каша или рассыпчатая, добавить воду.



Суп-пюре из бобовых

Зеленый горошек либо чечевицу отварить в котле на воде, довести до готовности, слить воду, взбить овощи с помощью миксера, добавить специи по вкусу.



Жаркое

Овощи обжарить (лук, морковь) на растительном масле при непрерывном перемешивании, не прекращая мешать, добавить мясо, поджарить, добавить воду и тушить мясо, добавить томатную пасту, потушить, поместить в смесь картофель, довести до готовности.

Соус болонез

Обжарить лук с морковью на растительном масле при работающем миксере, добавить фарш, не прекращая мешать, добавить воду или бульон, томатную пасту, специи и довести соус до готовности.



Плов

Морковь и лук обжарить в котле на растительном масле при непрерывном перемешивании миксером, добавить кусочки мяса, обжарить вместе с овощами, залить водой, тушить под крышкой, добавить рис, довести до готовности.



428020, Россия, Чувашская Республика
Чебоксары, Базовый проезд, 28
телефон / факс: (8352) 56 06 26
тел.: (отдел маркетинга) 56 06 85
<http://www.abat.ru>
e-mail: market@abat.ru