

Для приготування фаршу нарізані зелену цибулю й шпинат злегка пасерують, охолоджують, додають посічені яйця, сіль, перець і перемішують.

Під час подавання січеники поливають маслом вершковим або маргарином. Гарніри: комбінований овочевий, картопля смажена, варена або картопляне пюре.

1.250. ГАЛУШКИ З ХЕКУ	БРУТТО	НЕТТО
Хек сріблястий	934	495
Яйця	8 1/4 шт.	330
Хліб пшеничний	165	165
Молоко	120	120
Цибуля ріпчаста	113	95
Часник	23	18
Маса напівфабрикату	—	1190
Для відвару:		
Буряки	410	328
Петрушка (корінь)	123	82
Морква	205	164
Перець чорний горошком	0,04	0,04
Лавровий лист	0,04	0,04
Вода	4100	4100
Вихід	—	1000

Філе риби зі шкірою, без кісток, двічі подрібнюють на м'ясорубці разом із часником і хлібом, розмоченим у молоці. Потім додають дрібно нарізану цибулю, яйця, сіль, перець і масу добре вимішують.

Овочі нарізують кусочками, відварюють у воді з додаванням солі й спецій.

У проціджений киплячий відвар кладуть галушки з рибної маси, сформовані кульками масою 15—18 г, і варять до готовності.

Подають галушки як гарнір до рибних перших страв та бульйонів.

## СТРАВИ З М'ЯСА Й М'ЯСНИХ ПРОДУКТІВ

Для приготування других страв м'ясні продукти варять, смажать, тушкують і запікають. Подають м'ясні страви із соусом і гарніром, які краще всього пасують за смаком цим продуктам.

Норма гарніру для більшості страв — 150 г. Маса гарніру може бути зменшена до 100 г або збільшена до 200 г. Крім того, понад установлену норму основного гарніру, можна додатково подавати свіжі, солоні або мариновані овочі, квашену капусту, мариновані плоди й ягоди.

Температура других м'ясних страв під час подавання має бути 60—65°C. Перед подаванням страви з м'яса можна посипати дрібно нарізаною зеленню.

Норма витрат солі, спецій, а також зелені для оздоблення страв у рецептурі не вказані. На кожну страву слід передбачити: солі — 4 г, зелені (цибулі, петрушки, кропу) — 4 г нетто, у разі потреби — перцю — 0,05 г і лаврового листу — 0,02 г.

У графі нетто деяких рецептур у чисельнику вказана маса нетто сирого продукту, у знаменнику — маса готового продукту.

## ВАРЕНЕ М'ЯСО, СУБПРОДУКТИ

У вареному вигляді готують яловичину (м'якоть грудної частини, лопаткова й підлопаткова частини, крайка від туш I категорії, можна використовувати боковий і зовнішній куски тазостегнової частини), баранину, козлятину, свинину й телятину (грудна частина й м'якоть лопаткової частини кожного виду м'яса). Крім того, для варіння використовують різні субпродукти (язик, вим'я, мозок тощо).

Варять м'ясо великими кусками масою 1,5—2 кг, більші куски проварюються нерівномірно. М'ясо для других страв кладуть у киплячу воду (1—1,5 л на 1 кг м'яса). Після закипання води варіння продовжують на малому вогні. За такого способу варіння м'ясо буде соковитим і смачнішим.

Для покращання смаку й аромату вареного м'яса в бульйон під час варіння кладуть корені й ріпчасту цибулю. Сіль і спеції кладуть у бульйон за 15—20 хв до готовності м'яса, лавровий лист — за 5 хв.

Тривалість варіння м'яса залежить від виду й віку тварини, від частини туші й розміру кусків. Готовність вареного м'яса визначають проколюванням його кухарською голкою. У зварене м'ясо голка входить легко, і з проколювання витікає безбарвний сік, у той час як у м'ясо, що не зварилося, голка входить важко, а сік, що витікає, має червонуватий колір і зсідается в киплячому бульйоні. Готове, непереварене м'ясо під час нарізання на порції не кришиться й не розділюється на окремі волокнини.

Після варіння з баранячої й телячої грудної частини відразу видаляють реберні кістки. Готове м'ясо нарізують упоперек волокон по 1—2 куски на порцію, заливають невеликою кількістю бульйону, доводять до кипіння й зберігають до подавання в цьому ж бульйоні при температурі 50—60°C в закритій посудині.

Варені м'ясні продукти подають з різними соусами, для приготування яких використовують бульйон, одержаний при їх варінні. Замість соусу м'ясо можна поливати бульйоном (20—25 г на порцію) або жиром.

На гарнір до варених м'ясопродуктів рекомендується подавати варені або припущені овочі, картопляне пюре, тушковану капусту, припущений рис та інші розсипчасті каші. Додатково до вказаних гарнірів можна подавати свіжі мариновані або солоні овочі, квашену капусту.

### 1.251. М'ЯСО, ВАРЕНЕ

ІЗ ЦИБУЛЕЮ ТА СМЕТАНОЮ	БРУТТО	НЕТТО
Яловичина (крайка, лопаткова, грудна частини)	164	121
або свинина (лопаткова, грудна частини)	147	125
Морква	4	3
Цибуля ріпчаста	4	3
Петрушка (корінь)	3	2
Маса вареного м'яса	—	75
Цибуля ріпчаста	24	20/10 <sup>1</sup>
Жир тваринний топлений харчовий	10	10
Сметана	50	50
Маса сметани із цибулею	—	60
Гарнір № 1.324, 1.344—1.363	—	150
Вихід	—	285

Варене м'ясо нарізують по 2—3 кусочки на порцію, кладуть у порційну посудину, додають смажену цибулю, сметану й доводять до кипіння.

Гарніри: комбіновані, варена картопля.

<sup>1</sup> Маса смаженої цибулі.

## ТУШКОВАНЕ М'ЯСО, СУБПРОДУКТИ

У тушкованому виді приготровляють яловичину (верхній, внутрішній, боковий і зовнішній куски тазостегнової частини), баранину, козлятину й свинину (лопаткова і грудна частини кожного виду), а також м'якоть шийної частини свинини і деякі субпродукти. М'ясо тушкують великими (масою до 2 кг), порційними й дрібними кусками. Для деяких страв перед смаженням куски м'яса шпигують кореннями, часником та шпиком. Підготовлене м'ясо посипають сіллю, перцем і обсмажують на плиті або в духовій шафі до утворення кірочки.

Обсмажене м'ясо заливають бульйоном або водою так, щоб порційні й дрібні куски були повністю покриті, а великі наполовину (60—150 г рідини на порцію). Для покращання смаку й аромату м'яса під час тушкування додають перець горошком і лавровий лист, іноді — гвоздику, коріандр, майоран тощо, а також ароматичні корені (петрушку, пастернак, селеру) та ріпчасту цибулю.

Прянощі, зелень петрушки й селери додають за 15—20 хв до закінчення тушкування. Тушкують м'ясо при слабкому кипінні під кришкою. Великі куски м'яса в процесі тушкування декілька разів перевертають.

Гарніри тушкують разом із м'ясом або готують окремо.

Тушковане м'ясо подають із гарніром і соусом, в якому воно тушковалось. Якщо гарнір приготровлений окремо, його кладуть поруч із м'ясом, яке поливають соусом.

1.252. БАРАНИНА З ПШОНОМ	БРУТТО	НЕТТО
Баранина (грудна, тазостегнова, лопаткова частини)	112	80
Пшоно	50	50
Вода	160	160
Цибуля ріпчаста	20	17
Сало шпик	10,4	10
Маса готової баранини	—	50
Маса пшоняної каші	—	200
<b>Вихід</b>	—	<b>250</b>

Баранину нарізують по 2 кусочки на порцію, варять до напівготовності, потім додають сіль, пшоно й доводять до готовності. Наприкінці варіння страву заправляють подрібненою цибулею, підсмаженою на салі.

Під час подавання страву можна посипати подрібненою зеленню.

## СМАЖЕНЕ М'ЯСО, СУБПРОДУКТИ

Для смаження використовують яловичину (вирізка, товстий і тонкий краї, верхній і внутрішній куски тазостегнової частини), баранину, козлятину, свинину, телятину (всі частини туші, крім шийної частини), а також субпродукти.

Смажать м'ясо крупними (масою 1—2 кг), порційними (масою 40—250 г) і дрібними (масою 10—40 г) кусками.

Крупні куски м'яса мають бути приблизно однакової товщини.

Порційним кускам, залежно від виду виробів, надають певної форми й вирівнюють товщину легким відбиванням; порційні куски, нарізані з тазостегнової частини яловичини, відбивають і перерізують сухожилля ножем.

Порційні куски м'яса й субпродуктів смажать у натуральному або панірованому вигляді.

Крупні куски м'яса посипають сіллю й перцем, кладуть на сковороду з добре розігрітим жиром так, щоб куски не доторкувались один до одного, смажать до утворення рум'яної кірочки. Потім ставлять у духову шафу й смажать до готовності, поливаючи соком, який виділився під час смаження. Тривалість смаження м'яса великим куском (1,5—2,5 год) залежить від виду м'яса й розмірів куска. Готовність м'яса визначають проколюванням кухарсь-

кою голкою. Поява червоного соку свідчить, що м'ясо не просмажене, а світлого — про готовність м'яса.

Непаніровані порційні куски м'яса смажать на плиті або в спеціальних апаратах, посипають їх сіллю й перцем, кладуть на сковороду з розігрітим до 150—180°C жиром, смажать до утворення добре підсмаженої кірочки з обох боків.

М'ясний сік, що виділяється під час смаження, використовують для приготування та подавання м'ясних страв.

Для цього на лист або сковороду зразу після закінчення смаження наливають невелику кількість гарячої води або бульйону й дають закипіти. Одержану рідину зливають у посудину й уварюють із додаванням підсмажених коренів і цибулі, знімаючи зайвий жир. М'ясний сік, у кількості 25 г на порцію, використовують для поливання м'яса, смаженого в натуральному вигляді. Крім того, м'ясо можна поливати соусом або жиром.

Паніровані порційні куски м'яса й субпродуктів смажать на плиті (4—5 хв), а потім ставлять у духову шафу на 4—5 хв.

Деякі продукти (мозок, грудну частину) попередньо варять, посипають сіллю, перцем, обкачують у борошні, змочують у льезоні, потім обкачують у сухарях і смажать у фритюрі при температурі 180—190°C. Після утворення кірочки обсмажені вироби виймають і дають стекти жиру.

Смажені вироби (за винятком січених), при обкачуванні яких використовують сухарі, під час подавання поливають тільки жиром або подають окремо соус чи м'ясний сік.

На гарнір до смажених виробів із м'яса подають варену або смажену картоплю, овочі, розсипчасті каші. Додатково до гарніру можна подавати свіжі, мариновані або солоні овочі, квашену капусту.

1.253. М'ЯСО СМАЖЕНЕ, ШПИГОВАНЕ ЧАСНИКОМ І ЦИБУЛЕЮ	БРУТТО	НЕТТО
Свинина (тазостегнова частина)	129	110
або баранина (тазостегнова частина)	166	119
Цибуля ріпчаста	30	25
Часник	3	2
Оцет 9%-й	5	5
М'ята перцева суха	1	1
Жир тваринний топлений харчовий	5	5
Маса готового шпигованого м'яса	—	85
в тому числі маса м'яса без овочів	—	75
Гарнір № 1.324, 1.325, 1.328, 1.344—1.363	—	150
<b>Вихід</b>	—	<b>235</b>

Свинину або баранину (без кісток) шпигують часником і цибулею, кладуть у посудину, яка не окислюється, збризкують оцтом, додають лавровий лист, перець чорний, горошком, суху м'яту перцеву й залишають у холодному місці на 6—8 год для мариновання.

Мариноване м'ясо солять, обсмажують і доводять у духовій шафі до готовності, нарізують по 2—3 кусочки на порцію, поливаючи м'ясним соком.

Гарніри: комбінований, картопля й овочі варені або картопляне пюре.

1.254. ПОЛЯДВИЦЯ		
Яловичина (вирізка, товстий і тонкий краї, внутрішній кусок тазостегнової частини)	156	115
Жир тваринний топлений харчовий	3	3
Кислота лимонна	0,02	0,02
або лимон	5,5	5
Маса смаженої полядвиці	—	75
Гарнір № 1.338, 1.344—1.363	—	150
<b>Вихід</b>	—	<b>225</b>



Підготовлену яловичину збризкують розчином лимонної кислоти або натирають лимоном, солять, підсмажують і доводять до готовності в духовій шафі. Готове м'ясо нарізують тонкими скибочками (1—2 шт. на порцію). Перед подаванням поливають м'ясним соком.

Гарнір: комбінований або смажена картопля.

1.255. БАРАНИНА ІЗ ЦИБУЛЕЮ	БРУТТО	НЕТТО
Баранина (корейка, тазостегнова частина)	166	119
Жир тваринний топлений харчовий	10	10
Цибуля ріпчаста	40	34
Маса смаженого м'яса	—	75
Маса смаженої цибулі	—	25
Гарнір № 1.324, 1.326, 1.338	—	150
<b>Вихід</b>	—	<b>250</b>

Баранину нарізують порційними кусками, солять, смажать до готовності. Наприкінці смаження додають нарізану кільцями цибулю.

Подають баранину зі смаженою цибулею, вареною квасолею, смаженою або вареною картоплею.

#### 1.256. СВИНИНА СМАЖЕНА

Свинина (корейка)	129	110
Яйця	<sup>1</sup> / <sub>2</sub> шт.	20
Молоко	20	20
Борошно пшеничне	10	10
Жир тваринний топлений харчовий	10	10
Маса смаженого м'яса	—	125
Масло вершкове	10	10
Гарнір № 1.324, 1.325, 1.328, 1.344 — 1.363	—	150
<b>Вихід</b>	—	<b>285</b>

Порційні куски корейки відбивають, солять, перчать, змочують у льезоні й обсмажують з обох боків. Обсмажену свинину згортають у вигляді трубочок.

Під час подавання поливають маслом вершковим.

Гарніри: комбінований, картопля й овочі варені або картопляне пюре.

#### 1.257. БИТКИ КИЇВСЬКІ

Свинина (корейка)	94	80
Борошно пшеничне	4	4
Яйця	<sup>1</sup> / <sub>8</sub> шт.	5
Маса напівфабрикату	—	85
Жир тваринний топлений харчовий	10	10
Маса смажених битків	—	75
Гарнір № 1.344—1.363	—	150
Масло вершкове або маргарин	5	5
<b>Вихід</b>	—	<b>230</b>

Корейку нарізують на порційні куски (по 2 шт. на порцію), відбивають, солять, посипають перцем, обкачують у борошні, змочують в яйцях і смажать.

Під час подавання поливають маслом вершковим або маргарином.

Гарнір: комбінований.

#### 1.258. БИТОЧКИ ПО-ВІННИЦЬКИ

	БРУТТО	НЕТТО
Свинина (корейка)	147	125
Для фаршу:		
Цибуля ріпчаста	14	12
Маргарин	4	4
Маса пасерованої цибулі	—	6
Яйця	<sup>1</sup> / <sub>5</sub> шт.	8
Гриби білі сушені	4	4/8 <sup>1</sup>
Маса фаршу	—	22
Яйця (для змочування)	<sup>1</sup> / <sub>7</sub> шт.	6
Маса напівфабрикату	—	150
Жир тваринний топлений харчовий	13	13
Маса смажених биточків	—	105
Масло вершкове або маргарин	8	8
Гарнір № 1.344—1.363	—	150
<b>Вихід</b>	—	<b>263</b>

Корейку нарізують порційними кусками (по 1—2 шт. на порцію), відбивають, солять, перчать, кладуть фарш і загортають у вигляді биточків (круглої форми), змочують в яйцях, смажать основним способом і доводять до готовності в духовій шафі.

Для фаршу пасеровану цибулю з'єднують із посіченими вареними грибами (реп. № 1.21), додають сіль, перець.

Подають биточки з комбінованим гарніром, поливають маслом вершковим або маргарином.

#### 1.259. КОТЛЕТА "МАРІЧКА"

Свинина (тазостегнова частина)	117	100
Чорнослив	35	53/40 <sup>2</sup>
Масло вершкове	5	5
Яйця	<sup>1</sup> / <sub>4</sub> шт.	10
Сухарі панірувальні	10	10
Маса напівфабрикату	—	160
Олія	15	15
Маса смаженої котлети	—	140
Гарнір № 1.328, 1.340, 1.342	—	150
<b>Вихід</b>	—	<b>290</b>

М'ясо нарізують на порційні куски, відбивають, солять, перчать. З набухлого чорносливу видаляють кісточки й разом із маслом вершковим загортають у свинину й надають їм форми котлети, змочують у льезоні й обсмажують у значній кількості жиру.

Для приготування льезону (1000 г) яйця (670 г) змішують із молоком або холодною водою (340 г), збивають, проціджують і додають сіль (10 г).

Гарніри: каші розсипчасті, рис варений, пюре з картоплі.

Запропоновано кухарями Запорізької області.

#### 1.260. М'ЯСО ХРУСТКЕ

Свинина (корейка або тазостегнова частина)	147	125
Яйця	<sup>1</sup> / <sub>6</sub> шт.	7
Сир твердий	16,3	15

<sup>1</sup> Маса варених грибів.

<sup>2</sup> У чисельнику вказана маса набухлого чорносливу з кісточкою, у знаменнику — без кісточки.

	БРУТТО	НЕТТО
Кмин	0,5	0,5
Маса напівфабрикату	—	145
Жир тваринний топлений харчовий	10	10
Маса смаженого м'яса	—	100
Батон	50	50
Яйця	<sup>1</sup> / <sub>2</sub> шт.	20
Сир твердий	16,3	15
Кмин	0,5	0,5
Жир тваринний топлений харчовий	5	5
Маса готових грінок	—	55
Гарнір № 1.344—1.363	—	150
Масло вершкове або маргарин	5	5
<b>Вихід</b>	—	<b>310</b>

М'ясо нарізують на порційні куски (по 2 шт. на порцію), відбивають, солять, перчать, змочують у льезоні, обкачують у тертому сирі з кмином і смажать з обох боків до утворення золотистої кірочки.

Батон нарізують скибочками (по 2 шт. на порцію), змочують у льезоні, обкачують у тертому сирі з кмином і смажать з обох боків.

Перед подаванням обсмажене м'ясо поливають маслом вершковим або маргарином.

Гарнір: комбінований.

#### 1.261. КОТЛЕТИ, ФАРШИРОВАНІ ПЕЧІНКОЮ

Свинина (тазостегнова частина)	94	80
Сало шпик	20,8	20
Для фаршу:		
Печінка яловича	42	35/24 <sup>1</sup>
або бараняча, або свиняча, або теляча	40	35/24 <sup>1</sup>
Цибуля ріпчаста	10	8/4 <sup>2</sup>
Жир тваринний топлений харчовий	2	2
Яйця	<sup>1</sup> / <sub>4</sub> шт.	10
Маса фаршу	—	40
Яйця	<sup>1</sup> / <sub>4</sub> шт.	10
Хліб пшеничний	20	20
Маса напівфабрикату	—	170
Жир тваринний топлений харчовий	15	15
Маса смажених котлет	—	155
Гарнір № 1.344—1.363	—	150
Масло вершкове або маргарин	5	5
<b>Вихід</b>	—	<b>310</b>

М'ясо нарізують по одному куску на порцію й відбивають, шпик тонко відбивають, кладуть на кусок свинини й солять.

На підготовлені куски свинини зі шпиком кладуть фарш, формують котлети у вигляді циліндрів, змочують в яйцях, обкачують у білій паніровці, знову змочують в яйцях і ще раз обкачують у білій паніровці. Смажать у жиру та доводять до готовності в духовій шафі.

Для фаршу смажену печінку подрібнюють на м'ясорубці, додають пасеровану цибулю, посічені яйця й заправляють сіллю та перцем.

Подають котлети з комбінованим гарніром, поливаючи маслом вершковим або маргарином.

<sup>1</sup> Маса смаженої печінки.

<sup>2</sup> Маса пасерованої цибулі.

#### 1.262. ЯЛОВИЧИНА, ШПИГОВАНА ЧАСНИКОМ І САЛОМ

	БРУТТО	НЕТТО
Яловичина (верхній, внутрішній, боковий і зовнішній куски тазостегнової частини)	170	125
Оцет 9% -й	12	12
Часник	3	2
Сало шпик	15,6	15
Жир тваринний топлений харчовий	7	7
Борошно пшеничне	3	3
Сметана	20	20
Жир тваринний топлений харчовий	3	3
Маса готового шпигованого м'яса	—	88
Маса соусу	—	75
Гарнір № 1.344—1.363	—	150
<b>Вихід</b>	—	<b>313</b>

Великі куски м'яса збризкують оцтом і через 1—1,5 год шпигують часником, салом, солять і обсмажують у духовій шафі, періодично поливаючи соком і жиром, який виділяється під час смаження. Потім м'ясо заливають бульйоном або водою й тушкують. Наприкінці тушкування додають пасероване борошно, розведене бульйоном або водою, сметану, перець і лавровий лист.

Готове м'ясо нарізують по 2—3 кусочки на порцію й поливають соусом, в якому воно тушкувалося.

Гарнір: комбінований. Страву можна готувати без сметани.

#### 1.263. БИТКИ УКРАЇНСЬКІ

Свинина (лопаткова, тазостегнова частини)	147	125
Жир тваринний топлений харчовий	5	5
Сало шпик	15,6	15
Цибуля ріпчаста	30	25
Жир тваринний топлений харчовий	4	4
Часник	2	1,5
Маса тушкованого м'яса	—	85
Маса тушкованого сала й цибулі	—	30
Хліб пшеничний	36	30
Жир тваринний топлений харчовий	5	5
Маса готових грінок	—	25
Гарнір № 1.336	—	150
<b>Вихід</b>	—	<b>290</b>

М'ясо нарізують широкими плоскими порційними кусками, надають їм круглої форми, посипають сіллю, перцем і злегка обсмажують. На дно сотейника кладуть кусочки сала, зверху — битки, на них — злегка підсмажену цибулю, заливають бульйоном і тушкують до готовності. Наприкінці тушкування додають розтертий часник.

Пшеничний хліб з обрізаною скоринкою нарізують на скибки, злегка обсмажують.

Перед подаванням битки кладуть разом із цибулею й салом на грінки.

Гарнір: тушкована картопля.

#### 1.264. ЗАВИВАНЕЦЬ З ЯЛОВИЧИНИ АБО ТЕЛЯТИНИ

Яловичина (крайка, грудна частина)	136	100
або телятина (грудна частина)	124	94

	БРУТТО	НЕТТО
Сало шпик	7,3	7
Яйця	<sup>3</sup> / <sub>8</sub> шт.	15
Часник	1,5	1
Борошно пшеничне	3	3
Маса напівфабрикату:		
з яловичини	—	125
з телятини	—	119
Жир тваринний топлений харчовий	7	7
Маса готового завивання		75
Гарнір № 1.324, 1.336, 1.338, 1.339, 1.344—1.363	—	150
Вихід	—	225

М'ясо у вигляді пласта відбивають, солять, посипають перцем, вздовж укладають нарізане смужками сало, варені яйця, розрізані на чотири частини, скручують у вигляді рулету, перев'язують шпагатом, обкачують у борошні, обсмажують і тушкують у бульйоні до готовності. Наприкінці тушкування додають дрібно посічений часник.

Готовий завиванець нарізують на порції й поливають бульйоном, що залишився після тушкування.

Гарніри: комбінований, варена, тушкована або смажена картопля.

#### 1.265. ЗАВИВАНЕЦЬ ІЗ БАРАНИНИ

Баранина (грудна частина)	166	119
Часник	2	1,5
Маса напівфабрикату	—	120
Жир тваринний топлений харчовий	7	7
Маса готового завивання	—	75
Гарнір № 1.328, 1.344—1.363	—	150
Вихід	—	225

Баранячу грудну частину (без кісток) солять, посипають перцем, дрібно посіченим часником, скручують у вигляді рулету, перев'язують шпагатом або ниткою, обсмажують, заливають бульйоном і тушкують до готовності 1,5—2 год, наприкінці тушкування додають лавровий лист.

Перед подаванням знімають шпагат (нитку), нарізують скибочками (по 2 шт. на порцію), гарнірують і поливають бульйоном, що залишився після тушкування.

Гарніри: комбіновані, пюре картопляне.

#### 1.266. ЗАВИВАНЕЦЬ УЖГОРОДСЬКИЙ

Яловичина (боковий і зовнішній куски тазостегнової частини)	170	125
Для фаршу:		
Яйця	<sup>1</sup> / <sub>4</sub> шт.	10
Огірки солоні	20	16
Сало шпик	15,6	15
Картопля	27	20
Маса фаршу	—	60
Маса напівфабрикату	—	185
Жир тваринний топлений харчовий	10	10

	БРУТТО	НЕТТО
Маса готового завивання	—	125
Гарнір № 1.324, 1.338, 1.339, 1.343, 1.344—1.363	—	150
Вихід	—	275

Порційні куски м'яса відбивають, солять, посипають перцем, кладуть на кожний із них 1/4 частину вареного яйця, солоні припущені огірки й сало, нарізані брусочками, а сиру очищену картоплю — часточками.

Вироби скручують, перев'язують ниткою, обсмажують і тушкують у бульйоні до готовності. Наприкінці тушкування додають лавровий лист. Перед подаванням завиванець звільнюють від ниток, поливають бульйоном, що залишився після тушкування.

Гарніри: комбінований, припущений рис, варена або смажена картопля. Завиванець можна також подавати як самостійну страву без гарніру, додаючи свіжі, мариновані або солоні овочі.

#### 1.267. КРУЧЕНИКИ ПРИКАРПАТСЬКІ

Свинина (лопаткова, шийна частини)	147	125
Для фаршу:		
Гриби білі сушені	15	15/30 <sup>1</sup>
Квасоля	5	5/10,5 <sup>1</sup>
Цибуля ріпчаста	8	7/3,5 <sup>2</sup>
Жир тваринний топлений харчовий	5	5
Маса фаршу	—	42
Маса напівфабрикату	—	167
Жир тваринний топлений харчовий	7	7
Маса тушкованих кручеників	—	100
Для соусу:		
Сметана	50	50
Масло вершкове	5	5
Борошно пшеничне	5	5
Гірчиця столова	5	5
Томатне пюре	5	5
Бульйон	50	50
Маса соусу	—	100
Гарнір № 1.344—1.363	—	150
Вихід	—	350

Тонко відбиті куски м'яса посипають сіллю й перцем, кладуть на них фарш, скручують рулетом, перев'язують ниткою й обсмажують до напівготовності, а потім тушкують у гірчишно-сметанному соусі. Подають, звільнивши від ниток, із соусом.

Для фаршу варені гриби (реп. № 1.21) подрібнюють і обсмажують разом із цибулею. Потім додають подрібнену варену квасолю.

Гарнір: комбінований.

Для соусу борошно злегка пасерують, охолоджують і перемішують із маслом вершковим, кладуть у киплячу сметану, заправляють сіллю й перцем. Томатне пюре уварюють до половини початкового об'єму й кладуть у заправлений сметанний соус, потім додають гірчицю й проціджують.

<sup>1</sup> Маса варених грибів та квасолі.  
<sup>2</sup> Маса пасерованої цибулі.



### 1.268. КРУЧЕНИКИ ВОЛИНСЬКІ

Яловичина (боковий і зовнішній куски тазостегнової частини)

Для фаршу:

Капуста білокачанна свіжа

Цибуля ріпчаста

Маргарин

Петрушка (зелень)

Маса фаршу

Борошно пшеничне

Маса напівфабрикату

Жир тваринний топлений харчовий

Сало шпик

Маса готових кручеників

Вихід

БРУТТО

НЕТТО

170

125

63

50

10

8

4

4

0,6

0,4

—

42

5

5

—

170

5

5

26

25

—

140

—

140

Порційні куски м'яса (по 2 шт. на порцію) відбивають, солять, кладуть на них тушковану капусту й скручують у вигляді рулетиків. Вироби перев'язують ниткою, обкачують у борошні й обсмажують. Обсмажені крученики, знявши нитку, кладуть у сотейник, покривають тонкими скибочками сала, додають воду й тушкують до готовності.

Для фаршу свіжу капусту шаткують і обсмажують на маргарині до готовності. Готову капусту охолоджують, солять, додають пасеровану цибулю й дрібно нарізану зелень.

Готові крученики подають як самостійну страву зі скибочками сала й бульйоном, що утворився під час тушкування.

Можна подавати з гарніром комбінованим.

### 1.269. КРУЧЕНИКИ, ФАРШИРОВАНІ ГРЕЧАНОЮ КАШЕЮ Й ГРИБАМИ

Яловичина (боковий і зовнішній куски тазостегнової частини)

Для фаршу:

Крупи гречані

Гриби білі сушені

Яйця

Цибуля ріпчаста

Жир тваринний топлений харчовий

Маса фаршу

Маса напівфабрикату

Жир тваринний топлений харчовий

Маса тушкованих кручеників

Для соусу:

Відвар грибний

Сметана

Борошно пшеничне

Цибуля ріпчаста

Морква

170

125

12

12/22<sup>1</sup>

4

4/8<sup>2</sup>

1/5 шт.

8

10

8/4<sup>3</sup>

3

3

—

42

—

167

7

7

—

125

50

50

25

25

3

3

10

8

15

12

<sup>1</sup> Маса гречаної каші.

<sup>2</sup> Маса варених грибів.

<sup>3</sup> Маса пасерованої цибулі.

Петрушка (корінь)

Жир тваринний топлений харчовий

Маса соусу

Вихід

БРУТТО

НЕТТО

8

6

3

3

—

75

—

200

М'ясо нарізують на порційні куски, відбивають, солять, перчать, кладуть на них фарш, загортають, перев'язують ниткою й обсмажують. Потім вироби звільняють від ниток, заливають грибним відваром і тушкують, додавши корені й цибулю.

На бульйоні, одержаному під час тушкування, готують соус, додаючи сметану.

Для фаршу сушені гриби варять (реп. № 1.21) і дрібно шаткують. Гречану розсипчасту кашу змішують із грибами та пасерованою цибулею, додають варені посічені яйця, сіль, перець і все перемішують.

Подають крученики як самостійну страву, поливаючи соусом.

Можна подавати з комбінованим овочевим гарніром.

### 1.270. ВЕРТУНИ ПЕРЕЯСЛАВСЬКІ

Яловичина (товстий і тонкий краї, верхній і внутрішній куски тазостегнової частини)

Жир тваринний топлений харчовий

Соус № 1.376

Маса готових вертунів

Гарнір № 1.328, 1.336, 1.338, 1.339

170

125

7

7

—

75

—

75

—

150

—

300

Вихід

М'ясо нарізують плоскими порційними кусками, відбивають, солять, посипають перцем, загортають у вигляді трубочок і обсмажують у духовій шафі. Обсмажені вертуни заливають соусом сметанним із томатом і доводять до кипіння.

Подають вертуни із соусом.

Гарніри: картопля смажена, тушкована або картопляне пюре.

### 1.271. ШПУНДРА

Свинина (грудна частина)

Борошно пшеничне

Жир тваринний топлений харчовий

Цибуля ріпчаста

Буряки

Квас буряковий № 1.97

Маса тушкованого м'яса

Маса тушкованих буряків

173

147

4

4

10

10

48

40

204

163

40

40

—

100

—

150

Вихід

—

250

Свинячу грудну частину нарізують по 2 кусочки на порцію, панірують борошні, обсмажують разом із цибулею на жиру, розкладають у горщик і перемішують із нарізаними соломкою буряками, заливають буряковим квасом, солять і тушкують до готовності.

Подають шпундру в горщикках.

1.272. ЯЛОВИЧИНА, ТУШКОВАНА В СМЕТАНІ	БРУТТО	НЕТТО
Яловичина (верхній, внутрішній, зовнішній, боковий куски тазостегнової частини)	170	125
Цибуля ріпчаста	12	10
Морква	11	9
Петрушка (корінь)	8	6
або селера (корінь)	9	6
Жир тваринний топлений харчовий	7	7
Сметана	40	40
Маса тушкованого м'яса	—	75
Маса соусу, одержаного під час тушкування	—	75
Гарнір № 1.338, 1.339, 1.344—1.363	—	150
<b>Вихід</b>	—	<b>300</b>

Обсмажені великі куски м'яса солять, тушкують із додаванням цибулі й коренів. Наприкінці тушкування додають перець, лавровий лист і сметану. На рідині, одержаній під час тушкування, готують соус, додають протерті овочі й доводять до кипіння.

Готове м'ясо нарізують по 1—2 куски на порцію, поливають соусом, одержаним під час тушкування.

Гарніри: смажена картопля або комбіновані.

1.273. ВЕРЕЩАКА (СВИНИНА, ТУШКОВАНА З БУРЯКОВИМ КВАСОМ)	БРУТТО	НЕТТО
Свинина (лопаткова, грудна частини)	147	125
Сало шпик	6,3	6
Цибуля ріпчаста	30	25
Квас буряковий № 1.97	75	75
Маса тушкованого м'яса	—	85
Маса соусу, що утворився під час тушкування	—	35
Гарнір № 1.328, 1.344—1.363	—	150
<b>Вихід</b>	—	<b>270</b>

Свинину нарізують на порційні куски, солять, обсмажують на салі разом з цибулею, заливають буряковим квасом і тушкують до готовності. Наприкінці тушкування додають перець.

Перед подаванням поливають соусом, що утворився під час тушкування.

Гарніри: комбінований або картопляне пюре.

1.274. М'ЯСО В ГОРЩИЧКАХ	БРУТТО	НЕТТО
Свинина (тазостегнова частина) або яловичина (верхній, внутрішній, боковий і зовнішній куски тазостегнової частини)	129	110
Маргарин	9	9
Маса смаженого м'яса	—	75
Гриби білі сушені	12,5	12,5
Маса варених грибів	—	25
Цибуля ріпчаста	24	20
Маргарин	9	9

	БРУТТО	НЕТТО
Картопля	137	103/100 <sup>1</sup>
Сметана	30	30
Сир твердий	33	30
<b>Вихід</b>	—	<b>250</b>

М'ясо нарізують кусочками по 10—15 г, солять і смажать до готовності. Підготовлені сушені гриби варять (реп. № 1.21), а потім обсмажують разом з нарізаною півкільцями цибулею. Обчищену картоплю нарізують часточками й відварюють до напівготовності.

У горщик складають шарами підготовлене м'ясо, картоплю, гриби із цибулею, заливають сметаною, посипають тертим сиром. Горщик накривають кришками й ставлять у духову шафу на 10—12 хв.

Подають страву в горщикках.

Запропоновано кухарями Донецької області.

### 1.275. СВИНИНА, ТУШКОВАНА З КАПУСТОЮ Й КАРТОПЛЕЮ

Свинина (лопаткова, шийна й грудна частини)	129	110
Жир тваринний топлений харчовий	12	12
Цибуля ріпчаста	40	34
Капуста білокачанна свіжа	159	127
Томатне пюре	15	15
Кмин	1	1
Картопля	137	103
Маса тушкованого м'яса	—	75
Маса готових овочів	—	200
<b>Вихід</b>	—	<b>275</b>

Нарізане кубиками м'ясо солять і обсмажують, наприкінці смаження додають цибулю.

До м'яса додають нашатковану капусту, пасероване томатне пюре, бульйон або воду й тушкують до напівготовності. Потім додають нарізану кубиками обсмажену картоплю, кмин і доводять до готовності.

Подають страву разом з овочами.

### 1.276. СВИНИНА, ТУШКОВАНА З КАПУСТОЮ І ЯБЛУКАМИ

Свинина (лопаткова, шийна й грудна частини)	147	125
Жир тваринний топлений харчовий	7	7
Цибуля ріпчаста	24	20
Жир тваринний топлений харчовий	3	3
Капуста білокачанна свіжа	250	200
Яблука	34	30
Петрушка (зелень)	4	3
Маса тушкованого м'яса	—	85
Маса тушованої капусти з яблуками	—	200
<b>Вихід</b>	—	<b>285</b>

<sup>1</sup> Маса вареної обчищеної картоплі.

М'ясо нарізують на порційні куски (по 1—2 шт. на порцію), посипають сіллю й перцем, обсмажують. Нашатковану свіжу капусту злегка перетирають із сіллю. Яблука без насінневих гнізд нарізують часточками. У посудину кладуть шарами капусту, свинину, дрібно нарізану пасеровану цибулю, яблука, додають воду (60 г на порцію) і тушкують до готовності.

Подають свинину з тушкованими капустою і яблуками, прикрашають зеленню.

### 1.277. М'ЯСО, ТУШКОВАНЕ З КАРТОПЛЕЮ ТА СТРУЧКОВОЮ КВАСОЛЕЮ

	БРУТТО	НЕТТО
Баранина (лопаткова частина)	150	107
або свинина (лопаткова, шийна частини)	129	110
Жир тваринний топлений харчовий	12	12
Томатне пюре	15	15
Картопля	213	160
Цибуля ріпчаста	24	20/10 <sup>1</sup>
Квасоля стручкова свіжа	111	100
або консервована	167	100
Маса тушкованого м'яса	—	75
Маса готових овочів	—	250
<b>Вихід</b>	—	<b>325</b>

Нарізане кубиками м'ясо солять, обсмажують, додають томатне пюре, пасеровану цибулю, заливають бульйоном або водою й тушкують до напівготовності. Потім додають стручкову квасолю, обсмажену картоплю, нарізану кубиками, сіль, перець і доводять до готовності. Консервовану квасолю додають наприкінці тушкування.

Подають по 2—3 кусочки м'яса на порцію разом з овочами.

### 1.278. ПЕЧЕНЯ КИЇВСЬКА

Яловичина (боковий, зовнішній куски тазостегнової частини)	162	119
Картопля	200	150
Гриби білі сушені	7	7/14 <sup>2</sup>
Цибуля ріпчаста	35	29
Томатне пюре	15	15
Жир тваринний топлений харчовий	20	20
Сметана	50	50
Петрушка (зелень)	4	3
Маса тушкованого м'яса	—	75
Маса готових овочів із грибами	—	250
<b>Вихід</b>	—	<b>325</b>

Картоплю, нарізану часточками, а дрібну — цілою обсмажують, кладуть у горщик, зверху на картоплю кладуть нарізане скибочками смажене до напівготовності м'ясо, додають варені дрібно нарізані гриби (реп. № 1.21), цибулю, пасеровану з томатним пюре, посічену зелень, сіль, перець, сметану, грибний відвар, закривають кришкою й тушкують до готовності.

Подають печеню в горщику.

<sup>1</sup> Маса пасерованої цибулі.

<sup>2</sup> Маса варених грибів.

### 1.279. ПЕЧЕНЯ ПО-ДОМАШНЬОМУ

	БРУТТО	НЕТТО
Яловичина (лопаткова, грудна частини)	162	119
або свинина (лопаткова, шийна й грудна частини)	129	110
або кури	167	109
або індички	142	103
або качки	188	115
або гуси	191	125
Жир тваринний топлений харчовий	15	15
Томатне пюре	15	15
Картопля	239	180
Гриби білі сушені	7	7/14 <sup>1</sup>
Цибуля ріпчаста	18	15
Морква	25	20
Часник	2	1,5
Маса тушкованого м'яса або птиці	—	75
Маса тушкованих овочів із грибами	—	200
<b>Вихід</b>	—	<b>275</b>

Яловичину, свинину або птицю нарізують по 2—3 кусочки на порцію, солять та обсмажують, наприкінці додають томатне пюре. Заливають гарячою водою й тушкують до напівготовності, додають варені дрібно нарізані гриби (реп. № 1.21).

Картоплю, нарізану великими кубиками, солять і обсмажують. Моркву, нарізану середніми кубиками, смажать окремо майже до готовності. М'ясо разом із картоплею, грибами, морквою, сирим дрібно нарізаною цибулею, заливають грибним бульйоном і тушкують. Наприкінці тушкування печеню з яловичини або свинини заправляють перцем, лавровим листом і розтертим часником. Печеню з птиці готують без спецій і часнику.

Подають по 2—3 кусочки м'яса або птиці на порцію разом із овочами.

### 1.280. М'ЯСО, ТУШКОВАНЕ З ОВОЧАМИ

Баранина (лопаткова, шийна частини)	150	107
або свинина (лопаткова, шийна, грудна частини)	129	110
Жир тваринний топлений харчовий	12	12
Морква	9	7
Цибуля ріпчаста	15	13
Картопля	80	60
Баклажани свіжі	60	57
Перець солодкий	29	22
Помідори свіжі	29	25
Квасоля	20,2	20
Маса тушкованого м'яса	—	75
Маса готових овочів із бульйоном	—	175
<b>Вихід</b>	—	<b>250</b>

М'ясо нарізують кубиками по 2—4 кусочки на порцію, солять, моркву й цибулю нарізують часточками й обсмажують все разом.

<sup>1</sup> Маса варених грибів.



Баклажани нарізують часточками, солять, залишають на 10—15 хв, щоб виділився сік і промивають.

Картоплю нарізують часточками, солять, обсмажують, додають м'ясо, обсмажене з морквою та цибулею, підготовлені баклажани, солодкий перець, заливають бульйоном або водою й тушкують до готовності. Перед закінченням тушкування кладуть помідори, нарізані скибочками, і варену квасолу.

Подають по 2—4 кусочки м'яса разом з овочами й бульйоном, що залишився після тушкування.

#### 1.281. ЯЛОВИЧИНА, ТУШКОВАНА З БАКЛАЖАНАМИ

	БРУТТО	НЕТТО
Яловичина (лопаткова частина, грудинка, крайка)	162	119
Жир тваринний топлений харчовий	15	15
Цибуля ріпчаста	15	13
Помідори свіжі	40	34
Баклажани свіжі	200	170
Борошно пшеничне	4	4
Часник	2	1,5
Бульйон або вода	60	60
Маса готових овочів і соусу	—	175
<b>Вихід</b>	—	<b>250</b>

Нарізане кубиками м'ясо солять, обсмажують, додаючи цибулю й помідори, заливають бульйоном або водою й тушкують до напівготовності.

Баклажани нарізують кубиками, солять, залишають на 10—15 хв, щоб виділився сік, промивають, обсушують, обкачують у борошні й обсмажують. Напівготове м'ясо з овочами з'єднують із баклажанами й тушкують до готовності, наприкінці тушкування додають подрібнений часник і спеції.

Подають по 2—3 кусочки м'яса на порцію разом з овочами й соусом.

#### 1.282. ЯЛОВИЧИНА, ШПИГОВАНА ЧАСНИКОМ І ШПИКОМ

Яловичина (верхній, внутрішній, боковий і зовнішній куски тазостегнової частини)	170	125
Оцет 9%-й	12	12
Часник	2,6	2
Сало шпик	16	15
Жир тваринний топлений харчовий	7	7
Борошно пшеничне	3	3
Сметана	20	20
Маса готового шпигованого м'яса	—	88
Маса м'яса без шпику й часнику	—	75
Маса соусу	—	75
Гарнір № 1.344—1.363	—	150
<b>Вихід</b>	—	<b>313</b>

Великі куски м'яса збризкують оцтом, маринують 1—1,5 год, шпигують нарізаним скибочками часником і нарізаним брусочками шпиком, посипають перцем, сіллю та обсмажують у духовій шафі, періодично поливаючи жиром і соком, що виділяються під час смаження. Після цього м'ясо заливають на половину об'єму водою (70 г на порцію) і тушкують до готовності. Наприкінці

тушкування додають пасероване без жиру борошно, розведене бульйоном або водою, сметану, перець і лавровий лист.

Готове м'ясо нарізують по 2—3 кусочки на порцію, поливають соусом, в якому воно тушувалося, і гарнірують.

Гарніри: комбіновані.

#### 1.283. ЯЛОВИЧИНА ПОЛОНИНСЬКА

	БРУТТО	НЕТТО
Яловичина (боковий і зовнішній куски тазостегнової частини)	162	119
Борошно пшеничне	4	4
Маса напівфабрикату	—	123
Жир тваринний топлений харчовий	7	7
Цибуля ріпчаста	36	30
Помідори свіжі	40	34
Перець солодкий	35	26
Маса тушкованого м'яса	—	75
Маса тушкованих овочів та соусу	—	100
Гарнір № 1.328, 1.343	—	150
<b>Вихід</b>	—	<b>325</b>

М'ясо нарізують порційними кусками, відбивають, солять, посипають перцем, обкачують у борошні й обсмажують. Додають цибулю, нарізану кільцями, бульйон або воду й тушкують до напівготовності. Потім додають нарізані скибочками помідори, перець солодкий, нарізаний соломкою, і тушкують до готовності.

Подають м'ясо по 2—3 кусочки на порцію разом з овочами.

Гарніри: картопляне пюре або рис припущений.

#### 1.284. ЯЛОВИЧИНА, ТУШКОВАНА З ГАРБУЗОМ ТА КРУПАМИ

Яловичина (лопаткова, підлопаткова частини, крайка, грудна частина)	162	119
Гарбуз	150	105
Цибуля ріпчаста	20	17
Жир тваринний топлений харчовий	20	20
Крупи гречані	24	24
або крупи рисові	18	18
або пшоно	20	20
Вода:		
для гречаних крупів і пшона	36	36
для рисових крупів	38	38
Помідори свіжі	51	43
або томатне пюре	15	15
Маса тушкованого м'яса	—	75
Маса тушкованих овочів та каші	—	175
<b>Вихід</b>	—	<b>250</b>

М'ясо нарізують кусочками по 2—4 шт. на порцію, солять, обсмажують і тушкують до напівготовності. Обчищений гарбуз нарізують кусочками, обсмажують, нарізану цибулю пасерують. М'ясо та овочі змішують із крупами, звареними у воді до напівготовності (води має бути стільки, скільки потрібно для розсипчастої каші), додають сіль, перець, зверху викладають помідори, нарізані скибочками, і тушкують до готовності.

Якщо немає помідорів, то додають пасероване томатне пюре.

Подають по 2—4 кусочки м'яса на порцію разом із тушкованими овочами й кашею.

### 1.285. БАРАНИНА, ТУШКОВАНА З ГРИБАМИ

	БРУТТО	НЕТТО
Баранина (грудна й шийна частини)	120	$\frac{86^1}{86 + 20}$
Жир тваринний топлений харчовий	10	10
Томатне пюре	12	12
Цибуля ріпчаста	24	$20/10^2$
Гриби білі сушені	4	$4/8^3$
Борошно пшеничне	2	2
Часник	1	0,8
Маса тушкованого м'яса	—	$\frac{60^4}{60 + 19}$
Маса соусу з грибами	—	50
Гарнір № 1.344—1.363	—	150
<b>Вихід</b>	—	<b>260</b>

Для приготування страви беруть розпиляні м'ясо-кісткові кусочки баранини масою 20—30 г, солять і обсмажують, додаючи наприкінці смаження томатне пюре. Потім додають пасеровану цибулю, варені шатковані гриби (реп. № 1.21), бульйон або воду й тушкують до готовності. За 10—15 хв до кінця тушкування додають пасероване борошно, розведене охолодженим бульйоном, перець і лавровий лист.

Готову баранину заправляють подрібненим часником. Подають із соусом, в якому тушкувалось м'ясо.

Гарнір: комбінований.

### 1.286. СВИНИНА "НОВИНКА"

Свинина (тазостегнова частина)	129	110
Борошно пшеничне	5	5
Жир тваринний топлений харчовий	6	6
Маса смаженого м'яса	—	75
Цибуля ріпчаста	24	$20/10^2$
Жир тваринний топлений харчовий	3	3
Томатне пюре	7	7
Соус № 1.371	—	75
Борошняна соломка	—	15
Гарнір № 1.344—1.363	—	150
<b>Вихід</b>	—	<b>330</b>

Для борошняної соломки:

Борошно пшеничне	660	660
Борошно на підпилення	50	50

<sup>1</sup> У чисельнику вказана маса напівфабрикату рагу з баранини без кісток, у знаменнику — маса напівфабрикату з кістками.

<sup>2</sup> Маса пасерованої цибулі.

<sup>3</sup> Маса варених грибів.

<sup>4</sup> У чисельнику вказана маса тушованої баранини без кісток, у знаменнику — маса тушованої баранини з кістками.

	БРУТТО	НЕТТО
Яйця	5 $1/2$ шт.	220
Сода харчова	11	11
Оцет 9% -й	7	7
Сіль	15	15
Маса соломки	—	900
Олія та жир тваринний топлений харчовий	378	378
<b>Вихід</b>	—	<b>1000</b>

Свинину нарізують на порційні куски (1 кусок на порцію), злегка відбивають, солять, посипають перцем, обкачують у борошні й обсмажують з обох боків. Цибулю нарізують півкільцями й пасерують разом із томатним пюре. Обсмажене м'ясо, пасеровану з томатом цибулю укладають у порційні баранчики, заливають соусом томатним із грибами й тушкують 20—30 хв.

Для приготування борошняної соломки до борошна додають соду питну, погашену оптом, яйця, сіль і замішують круте тісто, яке видержують 20—30 хв для набування клейковини. Куски готового тіста кладуть на стіл, посипаний борошном, і тонко розкачують (завтовшки 1—1,5 мм). Пересипані борошном шари тіста складають один на одний, нарізують їх на смужки завширшки 35—45 мм, які в свою чергу ріжуть упоперек соломкою. Готову соломку смажать у жиру.

Перед подаванням страву посипають борошняною соломкою, гарнір комбінований подають окремо.

### 1.287. ДУШЕНИНА "ПОСПІЛЬНА"

Яловичина (боковий і зовнішній куски тазостегнової частини)	170	125
або баранина (лопаткова й тазостегнова частини)	175	125
Борошно пшеничне	6	6
Жир тваринний топлений харчовий	7	7
Картопля	280	210
Цибуля ріпчаста	48	40
Селера (корінь)	29	20
Перець запашний	0,01	0,01
Часник	1,3	1
Маса тушкованого м'яса	—	75
Маса готових овочів	—	200
<b>Вихід</b>	—	<b>275</b>

Яловичину або баранину нарізують тонкими порційними кусками (1 кусок на порцію), відбивають, солять, посипають перцем, обкачують у борошні й обсмажують до рум'яної кірочки. Сиру картоплю нарізують кружальцями й перемішують із нарізаними цибулею та селерою.

М'ясо й картоплю з овочами кладуть у посудину парами, заливають бульйоном або водою й тушкують. Наприкінці тушкування в страву додають розтертий часник.

Подають душенину разом з овочами й бульйоном, що залишився після тушкування.

### 1.288. ДУШЕНИНА МАРИНОВАНА, ШПИГОВАНА САЛОМ

Яловичина (верхній, внутрішній, боковий і зовнішній куски тазостегнової частини)	163	120
Сало шпик	26	25

	БРУТТО	НЕТТО
Морква	10	8
Петрушка (корінь)	5	4
Селера (корінь)	6	4
Оцет 9% -й	25	25
Вода	21	21
Жир тваринний топлений харчовий	7	7
Маса тушкованого м'яса	—	90
Соус № 1.371	—	75
Гарнір № 1.324, 1.328, 1.344—1.363	—	150
<b>Вихід</b>	<b>—</b>	<b>315</b>

Корені моркви, петрушки та селери відварюють. Наприкінці варіння додають сіль, оцет, відвар охолоджують.

Яловичину великим куском кладуть в охолоджений відвар і залишають на 24 год для маринування. Мариновану яловичину шпигують салом, посипають перцем і обсмажують. М'ясо заливають соусом томатним із грибами й тушкують до готовності.

Готову душенину нарізують на порції й подають із комбінованим гарніром, вареною картоплею або картопляним пюре й соусом.

#### 1.289. ДУШЕНИНА З ОВОЧАМИ ТА ГАЛУШКАМИ

Яловичина (лопаткова, грудна частини, крайка)	162	119
або свинина (шийна, лопаткова і грудна частини)	129	110
Жир тваринний топлений харчовий	7	7
Морква	25	20
Петрушка (корінь)	13	10
Перець червоний	0,01	0,01
Цибуля ріпчаста	24	20
Жир тваринний топлений харчовий	3	3
Картопля	133	100
Перець солодкий	31	23
Помідори свіжі	51	43
Часник	1,3	1
Кмин	0,5	0,5
Маса тушкованого м'яса	—	75
Маса тушкованих овочів	—	200
Галушки № 1.453	—	50
<b>Вихід</b>	<b>—</b>	<b>325</b>

М'ясо нарізують на порційні куски (1—2 шт на порцію), солять, посипають перцем і обсмажують разом із морквою та петрушкою, нарізаними дрібними кубиками, заливають бульйоном або водою й тушкують до напівготовності.

Картоплю нарізують середніми кубиками, помідори — скибочками, перець солодкий — соломкою, а цибулю дрібно нарізують і пасерують.

Потім овочі додають до напівтушкованого м'яса й разом тушкують до готовності. Наприкінці тушкування додають варені галушки. Заправляють страву кмином, дрібно посіченим часником.

Подають душенину разом із галушками, овочами й бульйоном, що залишився після тушкування.

1.290. СВИНИНА З ДОМАШНЬОЮ ЛОКШИНОЮ	БРУТТО	НЕТТО
Свинина (шийна, лопаткова, грудна, тазостегнова частини)	129	110
Жир тваринний топлений харчовий	12	12
Цибуля ріпчаста	95	80
Маса тушкованого м'яса	—	75
Маса бульйону із цибулею	—	75
Локшина домашня № 1.450	—	60
Маса готової локшини	—	150
<b>Вихід</b>	<b>—</b>	<b>300</b>

М'ясо нарізують порційними кусками (по 2—3 шт. на порцію), солять і обсмажують разом із нарізаною ріпчастою цибулею, заливають бульйоном або водою й тушкують.

Локшину варять до напівготовності й додають до м'яса за 10—15 хв до закінчення тушкування, злегка перемішують і тушкують на слабкому вогні до готовності. Наприкінці тушкування додають перець та лавровий лист.

Подають свинину з локшиною й бульйоном та цибулею.

#### 1.291. М'ЯСО, ТУШКОВАНЕ З ПШОНОМ

Баранина (шийна, лопаткова частини)	150	107
або свинина (шийна, лопаткова, грудна частини)	129	110
Жир тваринний топлений харчовий	10	10
Томатне пюре	15	15
Цибуля ріпчаста	18	15
Морква	19	15
Пшоно	70	70
Маса тушкованого м'яса	—	75
Маса готової каші з овочами	—	200
<b>Вихід</b>	<b>—</b>	<b>275</b>

М'ясо нарізують по 2—4 кусочки на порцію масою 30—40 г, солять і обсмажують, наприкінці додають томатне пюре. Обсмажене м'ясо разом із пасерованою цибулею й морквою, нарізаними дрібними кубиками, заливають бульйоном або водою, доводять до кипіння й всипають підготовлене пшоно, перець, закривають кришкою, поміщають на лист із водою й ставлять у духову шафу на 25—40 хв.

Подають, рівномірно поділяючи на порції, м'ясо з готовою кашею й овочами.

#### 1.292. ПЕЧЕНЯ З ХРІНОМ

Яловичина (боковий і зовнішній куски тазостегнової частини)	227	167
Для фаршу:	—	—
Хрін (корінь)	38	24
Цибуля ріпчаста	31	26/13 <sup>1</sup>
Олія	5	5
Соус № 1.381	—	5

<sup>1</sup> Маса пасерованої цибулі.



	БРУТТО	НЕТТО
Маса фаршу	—	42
Маса напівфабрикату	—	209
Олія	10	10
Сметана	25	25
Бульйон	40	40
Маса тушкованої яловичини	—	125
Соус № 1.381	—	100
Гарнір № 1.344—1.363	—	150
<b>Вихід</b>	—	<b>375</b>

Порційні куски м'яса відбивають, солять і перчать. На середину куска кладуть фарш, формують напівфабрикат у вигляді ковбаски, перев'язуючи її ниткою, обсмажують і тушкують до готовності в бульйоні з додаванням сметани.

Для фаршу очищені й натерті корені хрін та нарізану цибулю пасерують на олії й змішують із буряковим соусом.

Із готових ковбасок знімають нитки, укладають ковбаски в баранчик, заливають соусом буряковим і тушкують 7—10 хв.

Подають у баранчику, гарнір комбінований подають окремо.

### 1.293. БАРАНИНА ПО-КРИМСЬКИ

Баранина (шийна, грудна частини)	144	103 <sup>1</sup>
Жир тваринний топлений харчовий	5	5
Соус № 1.370	—	75
Картопля	106	80
Чорнослив	10	10
Сметана	10	10
Маса готового м'яса	—	64 <sup>2</sup>
Маса картоплі із соусом та чорносливом	—	64+26
Часник	6,4	6
Петрушка (зелень)	4	3
<b>Вихід</b>	—	<b>240</b>

Баранину нарізують на кусочки масою 15—20 г, солять і обсмажують. У глиняний горщик кладуть картоплю, нарізану кубиками, обсмажену до напівготовності баранину, заливають соусом томатним і доводять до кипіння. Потім додають підготовлений чорнослив і сметану, закривають кришкою й тушкують протягом 15—20 хв до готовності.

Подають у горщикках, зверху посипають дрібно нарізаним часником, зеленню.

### 1.294. ГОЛУБЦІ З КУКУРУДЗЯНИМИ КРУПАМИ Й М'ЯСОМ

Капуста квашена (пелюстки)	171	120
Для фаршу:		
Яловичина (котлетне м'ясо)	110	81

<sup>1</sup> У чисельнику вказана маса напівфабрикату баранини без кісток, у знаменнику — маса напівфабрикату з кістками.

<sup>2</sup> У чисельнику вказана маса тушкованої баранини без кісток, у знаменнику — маса тушкованої баранини з кістками.

	БРУТТО	НЕТТО
Крупи кукурудзяні	15	15
Маргарин	15	15
Цибуля ріпчаста	30	25
Маса напівфабрикату	—	264
Для шкварок із цибулею	15,6	15
Сало шпик (для шкварок)	6	5
Цибуля ріпчаста	—	15
Маса шкварок із цибулею	—	250
<b>Вихід</b>	—	<b>250</b>

Підготовлене м'ясо нарізують дрібними кубиками або подрібнюють на м'ясорубці з решіткою з великими отворами, з'єднують із попередньо запареними крупами, додають пасеровану цибулю, сіль, перець і добре перемішують.

На підготовлені капустяні пелюстки кладуть фарш, загортають їх у вигляді конверта й тушкують до готовності, додаючи невелику кількість води.

Для шкварок сало нарізують дрібними кубиками й смажать доти, поки з нього не витопиться приблизно половина жиру. Потім додають нарізану кубиками цибулю й пасерують.

Подають голубці по 2 шт. на порцію зі шкварками із цибулею.

Запропоновано кухарями Івано-Франківської області.

### 1.295. ГОЛУБЦІ З КУСОЧКАМИ СВИНИНИ

Капуста білокачанна свіжа	190	152/140 <sup>1</sup>
Для фаршу:		
Свинина (котлетне м'ясо)	82	70
Морква	18	14
Сало шпик	14,6	14
Маса фаршу	—	95
Маса напівфабрикату	—	235
Маса припущених голубців	—	200
Соус № 1.375	—	75
<b>Вихід</b>	—	<b>275</b>

Головки капусти кладуть у гарячу воду, попередньо вирізавши качани, варять, періодично знімаючи з головок верхні пелюстки розрівнюють їх, злегка відбивають. На лист капусти кладуть фарш і загортають, надаючи виробу циліндричної форми.

Для фаршу свинину нарізують кусочками завдовжки 4—5 см, моркву й сало — кубиками.

Напівфабрикати викладують у сотейник, додають воду й припускають. Потім голубці заливають сметанним соусом і тушкують до готовності.

Подають голубці із соусом, в якому вони тушкувались.

### 1.296. ГОЛУБЦІ УКРАЇНСЬКІ

Капуста білокачанна свіжа	150	120/110 <sup>1</sup>
Для фаршу:		
Яловичина (котлетне м'ясо)	110	81

<sup>1</sup> У чисельнику вказана маса сирової капусти нетто, у знаменнику — маса вареної до напівготовності капусти.

	БРУТТО	НЕТТО
Крупи рисові	9	25 <sup>1</sup>
або пшоно	10	25 <sup>1</sup>
або крупи перлові	8	25 <sup>1</sup>
або крупи пшеничні	10	25 <sup>1</sup>
Цибуля ріпчаста	12	10
Масло шпик	5,2	5
Маса пасерованої цибулі зі шпиком	—	8
Перець чорний мелений	0,01	0,01
Маса фаршу	—	100
Маса напівфабрикату	—	210
Маса готових голубців	—	200
Соус № 1.376	—	75
Часник	1,9	1,5
<b>Вихід</b>	—	<b>275</b>

Головки білокачанної капусти кладуть у гарячу воду, заздалегідь вирізавши качани, варять, періодично знімаючи з них верхні зварені пелюстки. Товщену частину обшпарених пелюстків злегка відбивають.

На підготовлену пелюстку капусти кладуть фарш і загортають його, надаючи виробу циліндричної форми. Напівфабрикати кладуть у сотейник, додають бульйон, припускають, заливають соусом сметанним із томатом, тушкують протягом 10—15 хв і заправляють товченим часником.

Для фаршу: подрібнене на м'ясорубці м'ясо з'єднують із розсіпчастою кашею, додають пасеровану зі шпиком ріпчасту цибулю, сіль, перець і все перемішують.

Подають по 2 шт. на порцію із соусом, в якому вони тушкувалися.

#### 1.297. ПІДЖАРКА ЧУМАЦЬКА

Легені	50	46/30 <sup>2</sup>
Печінка яловича	61	51/35 <sup>2</sup>
або свиняча	58	51/35 <sup>2</sup>
Серце	68	58/35 <sup>2</sup>
Жир тваринний топлений харчовий	15	15
Цибуля ріпчаста	50	42
Гарнір № 1.340	—	150
<b>Вихід</b>	—	<b>275</b>

Варені серце, легені, печінку нарізують брусочками або скибочками, солять злегка обсмажують. Окремо обсмажують дрібно нарізану цибулю, додають її до субпродуктів, заливають бульйоном або водою й тушкують. Наприкінці тушкування додають лавровий лист і перець.

Подають піджарку разом із бульйоном, що залишився після тушкування.

Гарнір: пшоняна або пшенична каша.

#### 1.298. ПЕЧІНКА, ШПИГОВАНА САЛОМ

Печінка яловича	120	100
або свиняча, або бараняча, або теляча	114	100
Сало шпик	10,4	10

<sup>1</sup> Маса нетто готової каші.

<sup>2</sup> Маса готових субпродуктів.

	БРУТТО	НЕТТО
Маса напівфабрикату	—	110
Цибуля ріпчаста	30	25
Жир тваринний топлений харчовий	7	7
Маса тушкованої печінки	—	75
Маса цибулі та бульйону, що залишився після тушкування	—	25
Гарнір № 1.328	—	150
<b>Вихід</b>	—	<b>250</b>

Підготовлену печінку (великий кусок) шпигують салом, натирають сіллю та перцем і обсмажують разом із цибулею. Потім заливають бульйоном і тушкують 20—25 хв. Готову печінку нарізують порціями.

Перед подаванням на печінку кладуть цибулю й поливають бульйоном, що залишився після тушкування.

Гарнір: картопляне пюре.

#### 1.299. ПЕЧІНКА ПО-КРАСНОЛУЦЬКИ

Печінка яловича	113	94
Свинина (лопаткова, шийна частини)	44	38
Морква	5	4
Часник	8	6
Сметана	3	3
Маса напівфабрикату	—	140
Жир тваринний топлений харчовий	5	5
Маса готової страви	—	100
Гарнір № 1.344—1.363	—	150
Масло вершкове	5	5
<b>Вихід</b>	—	<b>255</b>

Печінку нарізують на всю довжину пласта завтовшки 1,5 см і відбивають. З жирної свинини нарізують пласти такої самої форми й відбивають. На підготовлену печінку кладуть свинину, солять, перчать, посипають подрібненою морквою, часником, формують рулет, перев'язують шпагатом. Поверхню рулету змащують сметаною й обсмажують, потім тушкують у невеликій кількості бульйону до готовності.

Перед подаванням страву порціюють і поливають маслом вершковим.

Гарнір: комбінований.

#### 1.300. ПЕЧІНКА ПО-ХЕРСОНСЬКИ

Печінка яловича	157	130
Сало шпик	27,1	26
Цибуля ріпчаста	37	31
Маса пасерованої на салі цибулі	—	36
Борошно пшеничне	6	6
Маса напівфабрикату	—	170
Жир тваринний топлений харчовий	6	6
Маса готової печінки	—	140
Соус № 1.366	—	50
Гарнір № 1.324, 1.325, 1.328, 1.340	—	100
<b>Вихід</b>	—	<b>290</b>

Печінку нарізують на порційні куски, відбивають, посипають сіллю, перцем. На середину кожного куска кладуть пасеровану на салі цибулю, скручують у вигляді рулету, перев'язують ниткою, обкачують у борошні й обсмажують. Потім печінку складають у посудину, знявши нитку, додають невелику кількість бульйону й тушкують протягом 20—25 хв.

Подають із соусом із цибулі.

Гарніри: каші розсипчасті, овочі варені, пюре з картоплі, картопля варена.

Запропоновано кухарями Херсонської області.

## СТРАВИ ІЗ СІЧЕНОГО М'ЯСА ТА СУБПРОДУКТІВ

Для приготування січених виробів використовують: яловичину — м'якоть шийної частини, пахвину, обрізки, одержані під час розбирання туші й зачищення крупнокускових напівфабрикатів, а також крайку від туш II категорії; баранину, козлятину, телятину — м'якоть шийної частини й обрізки; свинину — обрізки; субпродукти — печінку. Всі куски м'якоті мають бути зачищені від сухожилля й грубої з'єднувальної тканини. Таке м'ясо називається котлетним.

Січені вироби готують натуральними (без додавання хліба) і з додаванням хліба.

Для покращання смаку й надання соковитості готовим виробам до складу нежирного котлетного м'яса включають жир-сирець (5—10%). У свинячому котлетному м'ясі допускається вміст жирової тканини не більш як 30% і з'єднувальної тканини — не більш як 5%. У котлетному м'ясі яловичини, баранини й телятини вміст як жирової, так і з'єднувальної тканини не повинен перевищувати 10%.

Для приготування натуральних січених виробів нарізане на куски котлетне м'ясо з'єднують із жиром-сирцем, подрібнюють на м'ясорубці, додають воду (або молоко), сіль, перець, ретельно перемішують, після чого формують напівфабрикати.

Для приготування виробів із додаванням хліба подрібнене на м'ясорубці м'ясо з'єднують із черствим пшеничним хлібом 1-го або вищого сорту, попередньо замоченим у молоці або воді, додають сіль, перець (іноді ріпчасту цибулю) і перемішують. Після повторного подрібнення на м'ясорубці котлетну масу ще раз перемішують.

У процесі приготування січених напівфабрикатів необхідно вживати заходів щодо зниження бактеріального обсіменіння сировини й готових напівфабрикатів (котлетне м'ясо промивають холодною водою; подрібнене м'ясо й котлетну масу охолоджують, додають холодну воду або харчовий лід).

Сформовані напівфабрикати відразу піддають тепловому оброблянню або ставлять у холодильник для охолодження до + 6°C.

М'ясні січені напівфабрикати рекомендується смажити безпосередньо перед подаванням. Напівфабрикати кладуть на сковороду або лист із жиром, нагрітим до температури 150—160°C, обсмажують 3—5 хв з обох боків до утворення рум'яної кірочки, а потім доводять до готовності в духовій шафі або на електросковороді під кришкою при температурі 250—280°C (5—7 хв).

Готові січені вироби мають бути повністю просмаженими, температура у центрі натуральних січених виробів повинна бути не нижчою від 85°C, виробів із котлетної маси — не нижчою від 90°C. Органолептичними ознаками готовності виробів із січеного м'яса є виділення світлого соку в місці проколювання й сірий колір розрізу.

Під час подавання січені вироби поливають жиром чи м'ясним соком, вироби з котлетної маси — жиром або соусом.

На гарнір подають картоплю й овочі смажені, варені або тушковані, каші розсипчасті тощо.

### 1.301. КОВБАСКИ ЛЬВІВСЬКІ

	БРУТТО	НЕТТО
Свинина (котлетне м'ясо)	106	90
Сало шпик	20,8	20
Молоко або вода	10	10
Яйця	<sup>1</sup> / <sub>4</sub> шт.	10
Сухарі пшеничні	20	20
Маса напівфабрикату	—	150
Жир тваринний топлений харчовий	15	15
Маса смажених ковбасок	—	125
Для млинців:		
Борошно пшеничне	66	66
Яйця	<sup>1</sup> / <sub>4</sub> шт.	10
Молоко	110	110
Цукор	4	4
Масло вершкове або маргарин	5	5
Дріжджі	4	4
Сало шпик	2	2
Маса готових млинців	—	150
Масло вершкове або маргарин	10	10
Вихід	—	285

Підготовлене м'ясо подрібнюють на м'ясорубці, додають сало, нарізане дрібними кубиками, молоко або воду, сіль, перець і добре перемішують. З підготовленої маси формують ковбаски (по 2 шт. на порцію), змочують в яйцях, обкачують у сухарях і смажать на жиру до готовності.

Подають ковбаски з млинцями, поливаючи маслом вершковим або маргарином. Можна подавати з комбінованим гарніром.

Для млинців: у невеликій кількості молока розчиняють сіль, цукор, додають попередньо розведені дріжджі, суміш пропіджукують, з'єднують із рештою молока, підігрітого до температури 35—40°C, додають борошно, яйця й перемішують до утворення однорідної маси, потім вводять розтоплене масло вершкове або маргарин і знову перемішують до утворення однорідної маси.

Тісто залишають у теплом місці (25—30°C) на 3—4 год, у процесі бродіння перемішують (обминають). Млинці випікають з обох боків на розігрітих чавунних сковородах, змащених жиром; товщина млинців має бути не менш як 3 мм.

### 1.302. КОТЛЕТА "ЛІСОВА ПІСНЯ"

Свинина (котлетне м'ясо)	73	62
Молоко	11	11
Для фаршу:		
Цибуля ріпчаста	19	14
Маргарин	2	2
Маса пасерованої цибулі	—	7
Гриби білі сушені	7	7/14 <sup>1</sup>
Яйця	<sup>1</sup> / <sub>4</sub> шт.	10
Маса фаршу	—	30
Яйця	<sup>1</sup> / <sub>10</sub> шт.	4
Сухарі пшеничні	7	7
Маса напівфабрикату	—	110

<sup>1</sup> У знаменнику — маса варених грибів.



	БРУТТО	НЕТТО
Жир тваринний топлений харчовий	12	12
Маса смажених котлет	—	100
Гарнір № 1.344—1.363	—	150
Масло вершкове або маргарин	5	5
<b>Вихід</b>	—	<b>255</b>

М'ясо двічі подрібнюють на м'ясорубці, додають молоко, сіль, перемішують і формують із нього кружальця. На середину кожного кружальця кладуть фарш, загортають, надаючи овальної форми, змочують у льезоні, обкачують у сухарях і смажать на жиру. Потім доводять до готовності в духовій шафі (5—7 хв).

Для приготування фаршу варені гриби (реп. № 1.21) дрібно січуть, цибулю пасерують, яйця подрібнюють, додають сіль, перець і перемішують.

Подають котлети з комбінованим гарніром, поливають маслом вершковим або маргарином.

### 1.303. БИТКИ ТЕАТРАЛЬНІ

Яловичина (боковий і зовнішній куски тазостегнової частини)	101	74
Вода	7	7
Маса котлетної маси	—	80
Для фаршу:		
Рулет копчено-варений (із шкурою та кістками) ленинградський, ростовський	6,8	6
Рулет варений (із шкурою без кісток) ленинградський, ростовський	6,5	6
Гриби сушені	3	3/6 <sup>1</sup>
Цибуля ріпчаста	19	16
Масло вершкове	5	5
Маса пасерованої цибулі	—	8
Соус молочний густий № 1.374	—	5
Маса фаршу	—	30
Яйця	1/4 шт.	10
Хліб пшеничний	20	20
Маса напівфабрикату	—	140
Жир тваринний топлений харчовий	15	15
Маса готових битків	—	125
Соус № 1.377	—	75
Гарнір № 1.344—1.363	—	150
<b>Вихід</b>	—	<b>350</b>

Яловичину двічі подрібнюють на м'ясорубці з решіткою з малими отворами, додають воду, сіль, перець, перемішують і формують у вигляді кружалець (по 2 шт. на порцію).

Для фаршу рулет, нарізаний дрібними кубиками, варені гриби (реп. № 1.21), дрібно посічені й пасеровані разом із цибулею, заправляють густим молочним соусом.

На підготовлені м'ясні кружальця викладають фарш, загортають, надаючи їм форми битків, змочують у льезоні та обкачують у черствому пшеничному хлібі, нарізаному дрібними кубиками. Битки смажать у жиру, а потім доводять до готовності в духовій шафі.

Подають битки із соусом грибним та комбінованим гарніром.

<sup>1</sup> У знаменнику — маса варених грибів.

1.304. МАЗУРКИ ПО-ВОЛИНСЬКИ	БРУТТО	НЕТТО
Яловичина (котлетне м'ясо)	113	83
Жир-сирець	10	10
Яйця	1/10 шт.	4
Вода	10	10
Борошно пшеничне	10	10
Маса напівфабрикату	—	115
Жир тваринний топлений харчовий	6	6
Маса смажених мазурків	—	90
Соус № 1.378	—	100
Гарнір № 1.344—1.363	—	150
<b>Вихід</b>	—	<b>340</b>

Яловичину разом із жиром-сирцем двічі подрібнюють на м'ясорубці, додають воду, яйця, сіль, перець і добре перемішують.

З підготовленої маси формують ковбаски (2 шт. на порцію), обкачують у борошні й обсмажують з обох боків. Обсмажені мазурки перекладають у порційну сковороду, заливають соусом грибним із сметаною й тушкують 8—10 хв.

Подають мазурки по-волинськи разом із соусом.

Гарнір: комбінований, подають окремо.

### 1.305. БИТКИ СТАРОВИННІ

Яловичина (котлетне м'ясо)	115	85
Сало шпик	13	12
Цибуля ріпчаста	12	10
Молоко або вода	10	10
Котлетна маса	—	115
Для фаршу:		
Капуста квашена	29	20
або капуста білокачанна свіжа	25	20
Гриби білі сушені	6	6/12 <sup>1</sup>
Цибуля ріпчаста	29	24/12 <sup>1</sup>
Олія	3	3
Маса фаршу	—	42
Борошно пшеничне	8	8
Маса напівфабрикату	—	165
Маргарин	10	10
Маса готових битків	—	140
Соус № 1.375	—	50
Гарнір № 1.324, 1.325, 1.328, 1.331	—	100
<b>Вихід</b>	—	<b>290</b>

М'ясо, сало, цибулю ріпчасту подрібнюють на м'ясорубці, додають молоко або воду, сіль, ретельно перемішують і вибивають. З одержаної маси формують кружальця завтовшки 1 см, на середину яких кладуть фарш. Після цього краї кружалець з'єднують, обкачують у борошні, надаючи форми битків, і смажать основним способом. Потім битки складають у посудину, заливають соусом сметанним і тушкують 10—15 хв.

<sup>1</sup> У знаменнику — маса пасерованих грибів і цибулі.

Для фаршу нашатковану квашену або попередньо відварену свіжу капусту з'єднують із пасерованими вареними грибами (рец. № 1.21) і цибулею, солять і тушкують до готовності.

Гарніри: картопля варена, пюре з картоплі, пюре з моркви, овочі варені.

Запропоновано кухарями Івано-Франківської області.

1.306. БИТКИ З ПЕЧІНКИ	БРУТТО	НЕТТО
Печінка яловича	75	62
або свиняча, або бараняча, або теляча	71	62
Сало шпик	10,4	10
Хліб пшеничний	12	12
Яйця	<sup>1</sup> / <sub>5</sub> шт.	8
Борошно пшеничне	4	4
Маса напівфабрикату	—	94
Жир тваринний топлений харчовий	5	5
Маса готових битків	—	75
Гарнір № 1.328, 1.340, 1.344—1.363	—	150
Масло вершкове або маргарин	5	5

Вихід — 230

Підготовлену печінку подрібнюють на м'ясорубці, додають сало, нарізане дрібними кубиками, замочений і віджатий черствий хліб, сирі яйця, сіль, перець і вимішують. Масу викладають ложкою у вигляді битків на розігріту з жиром сковороду, обсмажують і доводять до готовності в духовій шафі. Подають битки з комбінованим гарніром або картопляним пюре, розсіпчастою кашею, поливаючи маслом вершковим або маргарином.

### 1.307. БИТКИ ХМЕЛЬНИЦЬКІ

Свинина (котлетне м'ясо)	32	27
Печінка яловича, свиняча, бараняча або теляча	63	55
Сало шпик	14,6	14
Яйця	<sup>1</sup> / <sub>5</sub> шт.	8
Борошно пшеничне	6	6
Цибуля ріпчаста	24	20
Маса напівфабрикату	—	120
Жир тваринний топлений харчовий	9	9
Маса готового виробу	—	100
Яйця	1 шт.	40
Маргарин	3	3
Гарнір № 1.344—1.363, 1.324, 1.328, 1.338, 1.340	—	150
Масло вершкове	5	5
Вихід	—	295

Підготовлені свинину та печінку подрібнюють на м'ясорубці, додають цибулю, смажену на салі (половина норми), яйця, пшеничне борошно, сіль, перець, решту сала, нарізаного дрібними кубиками, й перемішують.

Масу викладають ложкою у вигляді биточків на розігріту з жиром сковороду, обсмажують і доводять до готовності в духовій шафі.

Подають битки зі смаженим яйцем (або без нього), поливаючи маслом вершковим, з комбінованим гарніром або відварною чи смаженою картоплею, картопляним пюре, розсіпчастою кашею.

Примітка. Маса для битків — напіврідка, але під час смаження виробу набувають нормальної консистенції.

1.308. БИТОЧКИ ПО-СЕЛЯНСЬКИ	БРУТТО	НЕТТО
Яловичина (котлетне м'ясо)	101	74
Жир-сирець яловичий або свинячий	4	4
Цибуля ріпчаста	12	10
Вода	10	10
Борошно пшеничне	5	5
Маса напівфабрикату	—	100
Жир тваринний топлений харчовий	6	6
Маса готових биточків	—	75
Для соусу:	3	6 <sup>1</sup>
Гриби сушені	27	23
Цибуля ріпчаста	4	4
Жир тваринний топлений харчовий	40	40
Вода	6	6
Томатне пюре	—	50
Маса соусу	173	130
Картопля	16	13
Морква	29	24
Цибуля ріпчаста	9	9
Томатне пюре	11	11
Жир тваринний топлений харчовий	—	150
Маса тушкованих овочів	—	275
Вихід	—	275

Яловичину разом із жиром-сирцем подрібнюють на м'ясорубці з решіткою з великими отворами, додають дрібно нарізану ріпчасту цибулю, воду, сіль, перець і добре перемішують. З підготовленої маси формують биточки (по 1 шт. на порцію), обкачують у борошні та обсмажують із двох боків.

Підготовлені варені гриби (рец. № 1.21) дрібно нарізують і обсмажують разом із цибулею й томатним пюре.

Обсмажені биточки перекладають у сотейник, додають підсмажені із цибулею й томатним пюре гриби, заливають грибним відваром і тушкують протягом 10—15 хв.

Картоплю й моркву нарізують кубиками, обсмажують окремо майже до готовності. Після цього з'єднують з дрібно нарізаною цибулею, пасерованим томатним пюре, заливають бульйоном або водою й тушкують до готовності. Наприкінці тушкування додають перець і лавровий лист.

Подають биточки з тушкованими овочами й соусом, в якому вони тушкувалися.

<sup>1</sup> Маса варених грибів.

## М'ЯСО ЗАПЕЧЕНЕ

М'ясо й м'ясопродукти запікають із картоплею, овочами, кашами та іншими гарнірами, із соусом та без нього. Для приготування запечених страв м'ясо попередньо варять, припускають або смажать. Підготовлені напівфабрикати запікають на порційних сковородах і листах, змащених жиром, у духовій шафі при температурі 220—280°C. У першому випадку страви подають у тих самих сковородах, в яких вони запікались, в інших — страви порціюють.

У процесі запікання всі компоненти страв мають бути прогрітими до температури 90°C і вище.

Напівфабрикати, підготовлені для запікання на листах, запікають при нижчій температурі (220—250°C), але більш тривалий час (близько 1 год).

Зовнішньою ознакою запечених страв є утворення запеченої кірочки, чому сприяє наявність на її поверхні сметани, тертого сиру, сухарів тощо.

Тривале зберігання запечених страв не рекомендується, бо їхній зовнішній вигляд і смакові властивості швидко погіршуються.

1.309. М'ЯСО ПО-ШАХТАРСЬКИ	БРУТТО	НЕТТО
Яловичина (вирізка, товстий і тонкий край)	156	115
Жир тваринний топлений харчовий	7	7
Маса смаженого м'яса	—	75
Часник	1,3	1
Соус № 1.375	—	100
Картопля смажена № 1.338	—	100
Яйця	1/4 шт.	10
Горошок зелений консервований	46	30
<b>Вихід</b>	<b>—</b>	<b>300</b>

Підготовлену яловичину смажать великим куском, охолоджують, натирають часником і нарізують на порційні куски завтовшки 1 см. Два кусочки м'яса кладуть у горщик, додають сметанний соус, смажену картоплю, зелений горошок, заливають все збитими яйцями й запікають у духовій шафі 7—10 хв.

Подають страву в горщик, в якому вона запікалася.

1.310. ЯЛОВИЧИНА ПО-ЛУГАНСЬКИ	БРУТТО	НЕТТО
Яловичина (вирізка, товстий і тонкий край)	162	119
Маргарин	4	4
Цибуля ріпчаста	36	30
Сир твердий	11	10
Соус № 1.379	—	75
Маса напівфабрикату	—	234
Маса готового м'яса	—	75
Маса запеченої страви	—	150
Гарнір № 1.344—1.363	—	150
<b>Вихід</b>	<b>—</b>	<b>300</b>

Яловичину нарізують упоперек порційними кусками, відбивають, солять і посипають перцем.

На порційну сковороду, змащену жиром, кладуть м'ясо, на нього — цибулю, нарізану півкільцями, заливають майонезом, зверху посипають тертим

сиrom і запікають у духовій шафі до готовності 10—15 хв при температурі 220—250°C.

Подають страву на порційній сковороді. Окремо подають гарнір комбінований.

1.311. ДУШЕНИНА ПО-ЗАПОРІЗЬКИ	БРУТТО	НЕТТО
Яловичина (вирізка)	216	159
Маргарин	10	10
Маса смаженого м'яса	—	100
Буряки	125	100
Цибуля ріпчаста	36	30
Соус № 1.379	—	50
Сир твердий	5,4	5
Маса напівфабрикату	—	284
<b>Вихід</b>	<b>—</b>	<b>250</b>

М'ясо нарізують по 2 куски на порцію, відбивають, посипають сіллю, перцем і обсмажують. Потім перекладають на порційну сковороду, змащують частиною соусу майонез, зверху кладуть варені буряки, натерті на тертці з великими отворами, потім ріпчасту цибулю, нарізану півкільцями, поливають майонезом, що залишився, посипають тертим сиrom і запікають у духовій шафі. Запропоновано кухарями Запорізької області.

1.312. М'ЯСО, ЗАПЕЧЕНЕ ПО-ДОМАШНЬОМУ	БРУТТО	НЕТТО
Свинина (котлетне м'ясо)	94	80
Вода	5	5
Котлетна маса	—	85
Для фаршу:		
Квасоля	5	5/11 <sup>1</sup>
Цибуля ріпчаста	7	6
Жир тваринний топлений харчовий	2	2
Маса пасерованої цибулі	—	3
Яйця (жовтки)	1/2 шт.	8
Часник	1,4	1
Маса фаршу	—	22
Яйця (білки)	1/2 шт.	12
Соус № 1.379	—	5
Сир твердий	10,8	10
Маса напівфабрикату	—	134
Маса готового виробу	—	100
Соус № 1.366	—	50
Гарнір № 1.324, 1.325, 1.328—1.331	—	150
<b>Вихід</b>	<b>—</b>	<b>300</b>

М'ясо подрібнюють на м'ясорубці, додають воду, сіль, вимішують і формують із нього кружальця.

Для фаршу варену квасолю протирають, додають пасеровану ріпчасту цибулю, варений жовток, товчений часник, солять. Потім фарш кладуть у половинки варених яєць (білки).

<sup>1</sup> Маса вареної квасолі.



Половинки яєць укладають на кружальця м'ясного фаршу, поливають соусом майонез, посипають тертим сиром і запікають.  
До м'яса подають соус із цибулі, посипають зеленню, гарнірують.  
Гарніри: картопля варена, пюре з картоплі, пюре з моркви, овочі варені.  
*Запропоновано кухарями Івано-Франківської області.*

### 1.313. СВИНИНА, ЗАПЕЧЕНА З ЛОКШИНОЮ

	БРУТТО	НЕТТО
Свинина (тазостегова частина)	129	110
Жир тваринний топлений харчовий	8	8
Маса готового м'яса	—	75
Цибуля ріпчаста	36	30/15 <sup>1</sup>
Морква	19	15/10 <sup>1</sup>
Локшина домашня № 1.450	53	53
Маргарин	5	5
Маса вареної локшини з овочами	—	200
Яйця	<sup>1</sup> / <sub>4</sub> шт.	10
Маргарин для змащування горщиків	1	1
<b>Вихід</b>	—	<b>250</b>

Локшину відварюють у підсоленій воді до готовності, відкидають на друшляк, перемішують із розтопленим маргарином.

Свинину нарізують на кусочки масою по 15—20 г на порцію, солять, обсмажують до рум'яної кірочки, додають ріпчасту цибулю й моркву, нарізані соломкою, і смажать до готовності під закритою кришкою.

Потім у кожний горщик кладуть по 6 кусочків м'яса разом з овочами, локшину, перемішують і перед запіканням заливають збитими яйцями. Запікають у духовій шафі протягом 5—7 хв.

Подають страву в горщиках.

*Запропоновано кухарями Черкаської області.*

## СТРАВИ ІЗ СІЛЬСЬКОГОСПОДАРСЬКОЇ ПТИЦІ Й КРОЛИКА

Страви з птиці й кролика мають приємний смак, високу поживність і легко засвоюються.

М'ясо сільськогосподарської птиці й кролика використовують для приготування страв у вареному, смаженому, тушкованому й запеченому вигляді.

Для рівномірного теплового оброблення та зручності подальшого порціонування тушки птиці формують, надаючи їм компактішої форми. Для цього частину шкіри ший, що залишилася, заправляють в отвір, який утворився після видалення вола із стравоходом і трахеї. Крила у курчат підгортають під спину.

Потім тушку кладуть на спину куприком до себе, роблять розріз стінки черевної порожнини нижче кіля грудної кістки з обох боків і у розрізи, що утворилися, вправляють заплусневі суглоби стегенець.

Для варіння підготовлену тушку кладуть у гарячу воду (2—2,5 л на 1 кг продукту), швидко доводять до кипіння, а потім нагрівання зменшують і варять до готовності.

Для смаження заправлену тушку птиці солять із середини й зовні, кладуть на сковороду з розігрітим жиром або на лист й смажать у духовій шафі до готовності. Готовність птиці визначають проколюванням кухарською голкою. Якщо голка проходить легко, вона вважається готовою.

<sup>1</sup> Маса пасерованих овочів.

Сільськогосподарську птицю використовують також для тушкування з попереднім обсмажуванням. Як правило, цей вид кулінарного оброблення застосовують для приготування страв із м'яса старої птиці.

Запечені страви з птиці готують після їх попереднього відварювання або обсмажування.

У разі приготування страв із курей, гусей та качок 1 категорії жир для смаження й поливання, передбачений рецептурою, не витрачається, при подаванні страву поливають замість масла вершкового або маргарину жиром і соком, який виділився в процесі смаження.

1.314. КУРЧАТА В СМЕТАНІ	БРУТТО	НЕТТО
Курчата	213	149
Маргарин	4	4
Маса смажених курчат	—	100
Сметана	55	55
Гарнір № 1.344—1.363	—	150
<b>Вихід</b>	—	<b>300</b>

Підготовлені тушки курчат проварюють 10—15 хв, щоб у готовому вигляді не було рожевого кольору біля кісточок, виймають із відвару, солять, поливають маргарином і смажать у духовій шафі до готовності, періодично перевіряючи й поливаючи жиром і соком, в якому вони смажались.

Смажені курчата нарубують на порційні куски, заливають сметаною й тушкують 5—10 хв.

Подають курчата зі сметаною, в якій вони тушкувались, та з комбінованим гарніром.

### 1.315. КУРЧАТА З ЯБЛУКАМИ В СМЕТАНІ

Курчата	209	145
Маргарин	4	4
Маса смажених курчат	—	100
Яблука свіжі	64	45
Морква	25	20
Петрушка (корінь)	7	5
Гвоздика	0,03	0,03
Кріп	2,6	2
Сметана	15	15
Маса готових курчат з яблуками й корінням	—	175
Гарнір № 1.324, 1.328	—	150
<b>Вихід</b>	—	<b>325</b>

Підготовлені курчата нарубують по 2 кусочки на порцію, солять і обсмажують. Яблука, очищені від шкірочки, без насінневої коробки, моркву й петрушку нарізують часточками, стебла кропу промивають.

Курчата й корені заливають водою, додають гвоздику, стебла кропу й тушкують. За 10—15 хв до закінчення тушкування стебла кропу видаляють, додають яблука й страву заправляють сметаною.

Подають курчата з яблуками та соусом, що утворився під час тушкування. Гарнір: картопля варена або картопляне пюре.

Страву можна готувати без гвоздики.

1.316. КУРЧАТА, ТУШКОВАНІ З ГРИБАМИ ТА КАРТОПЛЕЮ		
	БРУТТО	НЕТТО
Курчата	213	149
Маргарин	12	12
Картопля	209	157
Гриби свіжі білі	36	27
або печериці	37	28
або гриби сушені білі	10	10/20 <sup>1</sup>
Молоко або вода	15	15
Маса готових курчат	—	100
Маса тушкованої картоплі з грибами	—	150
<b>Вихід</b>	—	<b>250</b>

Підготовлені тушки курчат кип'ятять 10—15 хв, щоб у готовому вигляді не було рожевого кольору біля кісток, потім виймають із відвару, солять, поливають маргарином і смажать у духовій шафі до напівготовності, періодично повертаючи й поливаючи жиром і соком, що виділився під час смаження.

Варені сушені гриби (реп. № 1.21) або підготовлені свіжі гриби дрібно нарізують і обсмажують.

Смажені курчата наробують на порційні куски, додають обсмажені гриби та картоплю, заливають молоком або водою й тушкують 10—15 хв.

Подають курчата з картоплею та грибами.

1.317. КУРИ, ТУШКОВАНІ З ГАЛУШКАМИ		
Кури	222	145
Маргарин	7	7
Маса тушкованих курей	—	100
Цибуля ріпчаста	5	4
Морква	5	4
Для галушок:		
Борошно пшеничне	93	93
Яйця	<sup>1</sup> / <sub>4</sub> шт.	10
Вода	37	37
Сіль	1,5	1,5
Масло вершкове або маргарин	1	1
Маса готових галушок	—	150
<b>Вихід</b>	—	<b>250</b>

Підготовлені тушки курей наробують по 2—3 кусочки на порцію, солять, бсмажують, кладуть у посуд, додають моркву, нарізану середніми кубиками, рібно нарізану цибулю, заливають водою й тушкують. За 10—15 хв до акінчення тушкування додають готові галушки.

Для приготування галушок до борошна додають воду, яйця, сіль і амішують тісто, яке розкачують завтовшки 0,5 см і нарізують квадратами. алушки відварюють у підсоленій воді, відкидають на друшляк і заправляють маслом вершковим або маргарином.

Подають кури разом із галушками.

<sup>1</sup> У знаменнику маса варених грибів.

1.318. КАЧКА, ТУШКОВАНА З ВИШНЯМИ		
	БРУТТО	НЕТТО
Качка	249	154
Маргарин	4	4
Маса смаженої качки	—	100
Цибуля ріпчаста	5	4
Вишні свіжі	59	50 <sup>1</sup>
Маса тушкованих вишень і цибулі	—	50
Гарнір № 1.324, 1.325, 1.328, 1.340	—	150
<b>Вихід</b>	—	<b>300</b>

Підготовлену качку наробують на кусочки (4 шт. на порцію), солять і обсмажують. Обсмажену качку з дрібно нарізаною цибулею заливають водою й тушкують. За 10—15 хв до кінця тушкування додають вишні без кісточок.

Подають качку з вишнями та соусом, що утворився під час тушкування.

Гарніри: варена картопля, картопляне пюре, варені або припущені овочі, гречана або пшоняна каша.

1.319. КАЧКА ПО-СЕЛЯНСЬКИ		
Качка	252	154
Маргарин	4	4
Маса готової качки	—	100
Крупи гречані або крупи рисові, або пшоно	60	60
Вода	120	120
Сметана	50	50
Цибуля ріпчаста	20	17
Морква	50	40
<b>Вихід</b>	—	<b>330</b>

Підготовлені тушки качок наробують на куски (3 шт. на порцію), обсмажують до напівготовності. Потім складають у горщик, додають воду, сіль, перець, дрібно нарізані цибулю та моркву, пасеровані на жиру, що залишився після обсмажування качок. У горщик закладають перебрані крупи, перемішують і ставлять у духову шафу до неповного розварювання круп. Потім у горщик кладуть сметану й доводять страву до готовності під закритою кришкою.

Подають страву в горщикках, в яких її готували, посипаючи дрібно нарізаною зеленню.

Запропоновано кухарями Херсонської області.

1.320. КАЧКА ПО-ЖУРАВЛИНСЬКИ		
Качка	257	159
Для фаршу:		
Локшина домашня № 1.450	35	35/100 <sup>2</sup>
Масло вершкове	5	5
Чорнослив	30	45/34 <sup>3</sup>
Маса фаршу	—	135
Жир тваринний топлений харчовий	10	10
Маса смаженої качки	—	235
Соус № 1.371	—	75
Яблука мариновані	182	100
<b>Вихід</b>	—	<b>235/75/100</b>

<sup>1</sup> Маса вишень без кісточок.

<sup>2</sup> Маса вареної локшини.

<sup>3</sup> У чисельнику вказана маса набухлого чорносливу з кісточкою, у знаменнику — маса набухлого чорносливу без кісточок.

Підготовлену качку солять усередині, перчать і фарширують підготовленим фаршем.

Для фаршу: варену локшину, заправлену маслом вершковим, змішують із попередньо замоченим чорносливом (з видаленою кісточкою).

Фаршировану качку зашивають нитками, кладуть спинкою донизу на лист із розтопленим жиром і обсмажують до золотистого кольору, доводять до готовності в духовій шафі.

Готову качку нарізують на порції, поливають соусом і гарнірують маринуваними яблуками.

Запропоновано кухарями Харківської області.

### 1.321. ФІЛЕ ІНДИЧКИ ФАРШИРОВАНЕ

	БРУТТО	НЕТТО
Індичка	266	109
Для фаршу:		
Яблука свіжі	21	15
Чорнослив	18	27/20 <sup>1</sup>
Маса фаршу	—	35
Борошно пшеничне	5	5
Яйця	1/2 шт.	20
Маса напівфабрикату	—	160
Жир тваринний топлений харчовий	10	10
Маса смаженого філе	—	140
Гарнір № 1.338, 1.339, 1.344—1.363	—	150
Масло вершкове або маргарин	5	5
Вихід	—	295

Філе індички без шкіри тонко відбивають, надаючи круглої форми, й солять. На одну половину підготовленого філе кладуть фарш, накривають його іншою й з'єднують краї філе, постукуючи тупою частиною ножа, надають форми півмісяця.

Потім виріб обкачують у борошні, змочують у збитих яйцях, смажать у жиру та доводять до готовності в духовій шафі (2—3 хв).

Для приготування фаршу яблука очищують від шкірки, видаляють сердечину й нарізують дрібною соломкою. Перебраний і промитий чорнослив заливають гарячою кип'яченою водою й залишають у ній до повного набухання й охолодження. Потім із чорносливу видаляють кісточки, подрібнюють і з'єднують з яблуками.

Подають філе з гарніром, поливаючи маслом вершковим або маргарином. Гарніри: комбінований, картопля смажена.

### 1.322. КОТЛЕТА "САДКО"

Сури	154	74
Яйця	1/4 шт.	10
Котлетна маса	—	84
Для фаршу:		
Гриби білі сушені	7	7/14 <sup>2</sup>
Цибуля ріпчаста	24	20/10 <sup>3</sup>
Маргарин	5	5

<sup>1</sup> У чисельнику вказана маса набухлого чорносливу з кісточкою, у знаменнику — маса набухлого чорносливу без кісточки.

<sup>2</sup> У знаменнику вказана маса варених грибів.

<sup>3</sup> У знаменнику вказана маса пасерованої цибулі.

	БРУТТО 1/4 шт.	НЕТТО
Яйця	—	10
Маса фаршу	—	34
Маса напівфабрикату	—	115
Жир тваринний топлений харчовий	5	5
Маса готових котлет	—	100
Соус № 1.375	—	75
Гарнір № 1.344—1.363	—	150
Вихід	—	325

З підготовлених курей знімають шкіру, відокремлюють м'ясо від кісток і подрібнюють на м'ясорубці, додають яйця, сіль, перець, перемішують і масу добре вибивають. Шкіру курей нарізують на кусочки, на кожний із них викладають підготовлену котлетну масу. На середину маси кладуть фарш, скручують у вигляді валика, обсмажують з обох боків, заливають сметанним соусом і тушкують до готовності.

Для фаршу варені нарізані гриби, варені січені яйця та пасеровану цибулю з'єднують, додають сіль, перець і перемішують.

Подають страву із соусом.

Гарнір: комбінований.

### 1.323. СІЧЕНИКИ З КРОЛЯТИНИ Й ПШОНА

Кролик	79	55
Пшоно	16	16
Вода для пшона	29	29
Маса капі	—	40
Цибуля ріпчаста	18	15
Маргарин	5	5
Вода	15	15
Сухарі пшеничні	5	5
Маса напівфабрикату	—	120
Жир тваринний топлений харчовий	8	8
Маса смажених січеників	—	100
Гарнір № 1.344—1.363	—	150
Масло вершкове або маргарин	5	5
Вихід	—	255

У підготовлених тушок кролів відокремлюють м'ясо від кісток, двічі подрібнюють на м'ясорубці разом з охолодженою розсіпчастою пшоняною кашею й злегка підсмаженою цибулею, додають воду, сіль і масу добре вимішують.

З готової маси формують вироби овально-приплюснутої форми, обкачують у сухарях, смажать і доводять до готовності в духовій шафі.

Подають січеники по 2 шт. на порцію, гарнірують і поливають вершковим маслом або маргарином.

Гарнір: комбінований.

## ГАРНІРИ

Гарніри збагачують страви додатковою кількістю харчових речовин, поліпшують їх смак, прикрашають, роблять привабливішими, апетитними й тим самим підвищують засвоюваність.