

**1.217. КВАСОЛЯ ПРОТЕРТА**

	БРУТТО	НЕТТО
Квасоля	82	81/170 <sup>1</sup>
Цибуля ріпчаста	119	100
Часник	16	16
Маса пасерованої цибулі	—	50
Соус № 1.367	10	10
<b>Вихід</b>	—	<b>230</b>

Варену квасоллю протирають. В одержану масу додають сіль, перець. Все ретельно перемішують. Під час подавання протерту варену квасоллю посипають пасерованою цибулею й поливають часниковим соусом. Можна оформити зеленню.

*Запропоновано кухарями Івано-Франківської області.*

**1.218. КВАСОЛЯ ПО-ДОМАШНЬОМУ**

Свинина (корейка, тазостегнова частина)	129	110
або яловичина (вирізка, товстий, тонкий край тазостегнової частини)	162	119
Маргарин	10	10
Маса готового м'яса	—	75
Цибуля ріпчаста	24	20
Квасоля	60,5	60
Маса вареної квасолі	—	126
Огірки солоні	40	24
Соус № 1.365	—	50
Часник	0,9	0,7
<b>Вихід</b>	—	<b>275</b>

М'ясо нарізують кубиками (4—5 кусків на порцію), обсмажують із цибулею. Попередньо замочену квасоллю варять. Огірки очищують від шкірки, нарізують кубиками й припускають. Окремо готують соус червоний основний.

М'ясо, смажене із цибулею, заливають невеликою кількістю соусу й тушкують. За 10—15 хв до закінчення тушкування додають варену квасоллю, припущені огірки, соус, що залишився.

Готову страву заправляють часником, порціюють та подають.

*Запропоновано кухарями Чернівецької області.*

**1.219. ГОРОХЛЯНКА**

Горох	50	50
Молоко	25	25
Цукор	10	10
Крупи манні	15	15
Яйця	1/4 шт.	10
Сир	51	50
Масло вершкове або маргарин	10	10
Сухарі пшеничні	5	5
Маса напівфабрикату	—	225
Маса готової горохлянки	—	200
Сметана	20	20
<b>Вихід</b>	—	<b>220</b>

<sup>1</sup> Маса вареної квасолі.

Зварений до напівготовності горох заливають молоком і варять до готовності. Наприкінці варіння, помішуючи, додають манні крупи, цукор і сіль. Масу охолоджують до температури 60—70°C, додають сир, сирі яйця, половину норми масла вершкового або маргарину й добре перемішують.

Підготовлену масу викладують шаром не більше 4 см на змащений жиром і посипаний сухарями лист, поверхню розрівнюють, збризкують жиром і запікають у духовій шафі.

Подають горохлянку гарячою, поливають сметаною.

**СТРАВИ З ЯЄЦЬ**

Для приготування страв з яєць використовують свіжі курячі яйця. Використання качах, гусячих та міражних яєць відповідно до Санітарних правил для підприємств громадського харчування забороняється.

Маса та якість курячих яєць мають відповідати вимогам діючої технічної документації. Свіжість яєць визначають за допомогою світлового овоскопа.

Перед використанням яйця промивають спочатку теплою водою з 1—2%-вим вмістом кальцинованої соди, потім 0,5%-вим розчином хлораміну, після чого споліскують чистою водою.

Рецептури Збірника складено з розрахунку використання столових курячих яєць II категорії середньою масою 46 г із відходом на шкаралупу, стік та втрати 12,5%.

Виходячи із цього, у рецептурах передбачена маса 40 г сирих та варених яєць (без шкаралупи) при співвідношенні жовтка й білка 39 і 61% відповідно.

Якщо маса яєць більша або менша від вказаної, то вихід страви в рецептурі зменшують або збільшують відповідно до фактичної маси яєць, користуючись коефіцієнтом перерахунку, який наведено у таблиці.

Середня маса одного яйця, г	Відходи на шкаралупу, стік та втрати, %	Коефіцієнт перерахунку (К)
Від 48	12,0	0,880
Від 43 до 48	12,5	0,875
До 43	13,0	0,870

Так, вихід готової яєчні при використанні яєць масою брутто більше або менше 46 г перераховується за формулою:

Маса нетто яєць без шкаралупи = маса яєць у шкаралупі × К;

Маса готової яєчні =  $\frac{\text{маса нетто яєць без шкаралупи} + \text{жир на смаження}}{100} \cdot 88$

**1.220. ЯЄЧНЯ ІЗ СУХАРЯМИ**

	БРУТТО	НЕТТО
Яйця	2 шт.	80
Сухарі житні або пшеничні	5	5
Масло вершкове або маргарин	10	10
<b>Вихід</b>	—	<b>90</b>

На подрібнені й обсмажені сухарі виливають яйця й ставлять на 4—5 хв у духову шафу. Яєчню можна подавати з гарніром.

1.221. ЯЄЧНЯ З ПОМІДОРАМИ	БРУТТО	НЕТТО
Яйця	2 шт.	80
Помідори свіжі	75	64
Масло вершкове або маргарин	10	10
<b>Вихід</b>	—	<b>120</b>

Помідори нарізують скибочками або кружальцями, обсмажують, заливають яйцями й ставлять у духову шафу на 5—6 хв. Страву можна подавати з вареною, смаженою картоплею або картопляним пюре.

1.222. ПРЯЖЕННЯ ГУЦУЛЬСЬКА	БРУТТО	НЕТТО
Яйця	2 шт.	80
Сметана	30	30
Борошно кукурудзяне	10	10
Масло вершкове або маргарин	10	10
<b>Вихід</b>	—	<b>125</b>

До яєць додають сметану, кукурудзяне борошно, сіль і ретельно розмішують. Суміш виливають на порційну сковороду з розігрітим маргарином і запікають 5—8 хв. Пряженню готують перед подаванням.

Подають у тій самій сковороді.

1.223. ПРЯЖЕННЯ З ПЕЧЕРИЦЯМИ	БРУТТО	НЕТТО
Яйця	3 шт.	120
Печериці свіжі	100	76
Масло вершкове або маргарин	15	15
Молоко або вода	45	45
<b>Вихід</b>	—	<b>200</b>

Обчищені й помиті печериці нарізують скибочками й смажать до готовності. Потім їх солять, перчать, заливають яйцями, змішаними з молоком або водою, і доводять до готовності в духовій шафі.

1.224. ОМЛЕТ ІЗ СОЛОНИМИ БАКЛАЖАНАМИ	БРУТТО	НЕТТО
Яйця	2 шт.	80
Молоко	30	30
Цибуля ріпчаста	24	20
Масло вершкове або маргарин	5	5
Маса пасерованої цибулі	—	10
Баклажани солоні	40	35
Маргарин	5	5
Маса обсмажених баклажанів	—	25
Масло вершкове або маргарин	5	5
Маса готового омлету	—	150
Масло вершкове	5	5
<b>Вихід</b>	—	<b>155</b>

Солоні баклажани нарізують кубиками, смажать на сковороді. Дрібно нарізану цибулю пасерують. До яєць додають молоко, сіль. Суміш ретельно розмішують, виливають на сковороду з обсмаженими баклажанами, пасерованою цибулею й ставлять у духову шафу (180—200°C) на 8—10 хв.

Під час подавання омлет поливають розтопленим маслом вершковим.

Запропоновано кухарями Донецької області.

1.225. ЯЙЦЯ З ГРИБАМИ	БРУТТО	НЕТТО
Яйця	2 шт.	80
Гриби білі сушені	5	5/10 <sup>1</sup>
Цибуля ріпчаста	10	8/4 <sup>2</sup>
Масло вершкове або маргарин	15	15
Соус № 1.374	—	75
Сухарі пшеничні	5	5
<b>Вихід</b>	—	<b>175</b>

На порційну сковороду кладуть варені яйця, розрізані на чотири частини, солять, додають варені гриби (реп. № 1.21), підсмажені із цибулею, заливають молочним соусом, посипають сухарями, збризкують маргарином і запікають у духовій шафі 3—5 хв.

Подають у тій самій сковороді.

## СТРАВИ ІЗ СИРУ

Для приготування страв використовують жирний, напівжирний і знежирений сир. Жирний (18% жиру, 65% вологи) та напівжирний (9% жиру, 73% вологи) доцільно подавати в натуральному вигляді. Напівжирний і нежирний (80% вологи) сир рекомендується використовувати для приготування гарячих страв.

Сир, який подають у натуральному вигляді, не протирають. Для подавання в натуральному вигляді використовують сир тільки з пастеризованого молока.

Для приготування гарячих страв сир протирають через протирочну машину, невелику кількість сиру протирають крізь сито. Втрати під час протирання становлять 1—2% від усієї кількості сиру.

Другі гарячі страви готують відвареними (вареники ліниві, галушки, лазанки), смаженими (сирники) та запеченими (пудинги, запіканки).

Пудинги відрізняються від запіканок більшою кількістю компонентів, а також ніжнішою консистенцією, тому що до їх складу входять збиті білки.

Під час приготування страв на 1 кг сиру кладуть 10 г солі.

1.226. СИРНИКИ ПО-КИЇВСЬКИ	БРУТТО	НЕТТО
Сир	91	90
Борошно пшеничне	16	16
Яйця	<sup>1</sup> / <sub>4</sub> шт.	10
Цукор	15	15
Ванілін	0,02	0,02
Сирна маса	—	130
Для фаршу:		
Варення	20	20
Родзинки	10,2	10
Маса фаршу	—	20
Яйця	<sup>1</sup> / <sub>8</sub> шт.	5
Хліб пшеничний	10	10
Маса напівфабрикату	—	160
Кулінарний жир	15	15
Маса готових сирників	—	150
Цукрова пудра	5	5
Сметана	20	20
<b>Вихід</b>	—	<b>175</b>

<sup>1</sup> Маса варених грибів.

<sup>2</sup> Маса пасерованої цибулі.