

Сирники рожеві (з морквою)

Алергени	Назва продуктів та сировини	Витрати продуктів та сировини на одну порцію, г						Хімічний склад продуктів, г									Енергетична цінність, ккал					
		Маса бруто			Маса нетто			Білки			Жири			Вуглеводи								
		Вікові групи, роки																				
		1—3	3—4	4—6 (7)	1—3	3—4	4—6 (7)	1—3	3—4	4—6 (7)	1—3	3—4	4—6 (7)	1—3	3—4	4—6 (7)	1—3	3—4	4—6 (7)			
М П Л	Сир кисломолочний 9%	60	60	83	60	60	83	10,02	10,02	13,86	5,40	5,40	7,47	1,20	1,20	1,66	95,40	95,40	131,97			
	Морква	21	21	29	17,5	17,5	24	0,23	0,23	0,31	0,02	0,02	0,02	1,47	1,47	2,02	5,95	5,95	8,16			
Г	Борошно пшеничне	8,5	8,5	12	8,5	8,5	12	0,88	0,88	1,24	0,09	0,09	0,13	5,87	5,87	8,28	28,39	28,39	40,08			
	Цукор	0	4,5	6	0	4,5	6	0	0	0	0	0	0	4,49	5,99	0	17,06	22,74				
Я	Яйця курячі	1/4	1/4	1/3	10	10	13,33	1,27	1,27	1,69	1,15	1,15	1,53	0,07	0,07	0,09	15,70	15,70	20,93			
	Сіль йодована	0,25	0,25	0,35	0,25	0,25	0,35	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0			
	Олія	3,5	3,5	4,5	3,5	3,5	4,5	0	0	0	3,50	3,50	4,50	0	0	0	31,47	31,47	40,46			
	Вихід страви				78	83	115	12,39	12,39	17,10	10,16	10,16	13,65	8,61	13,10	18,04	176,9	193,9	264,33			

Технологія приготування

Підготовлену моркву варять у шкірці (25 хв), охолоджують, очищають від шкірки і пропускають через м'ясорубку. Сир кисломолочний пропускають через м'ясорубку, додають цукор (крім вікової категорії від 1-3 років), підготовлені яйця, сіль, частину просіяного борошна, перемелену моркву і добре розмішують. Формують сирники, панірують їх у борошні, злегка обсмажують з обох боків на сковороді з олією, нагрітою до +150...+160 °С, упродовж 5—10 хв. Обсмажені сирники викладають на лист та запікають у духовій шафі за температури +220...+250 °С до готовності 10—15 хв. Подають на закусочній мілкій тарілці при температурі +60...+65 °С разом із фруктовим соусом.

Характеристика готової страви

Зовнішній вигляд: вироби — округло-приплюснutoї форми; поверхня без грубих тріщин, рівномірно обсмажені.

Колір: скоринки — золотавий, на розрізі — жовто-гарячий.

Смак і запах: характерні для запеченого кисломолочного сиру та моркви.

Консистенція: м'яка, в міру щільна.

