

Яблуко фаршироване сиром кисломолочним

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)
	Яблуко	68	68	90,5	60	60	80	0,24	0,24	0,32	0,24	0,24	0,32	6,24	6,24	8,32	27,0	27,0	36,0
	Фарш																		
М П Л	Сир кисломолочний 9%	56	56	74	56	56	74	9,35	9,35	12,36	5,04	5,04	6,66	1,12	1,12	1,48	89,04	89,04	117,66
Я	Яйце куряче	1/6	1/6	1/5	6,66	6,66	8	0,85	0,85	1,02	0,77	0,77	0,92	0,05	0,05	0,06	10,46	10,46	12,56
	Цукор	0	4	5	0	4	5	0	0	0	0	0	0	0	3,99	4,99	0	15,16	18,95
	Маса фаршу	–	–	–	62	65	85												
	Маса напівфабрикату	–	–	–	117	121	160												
	Вихід страви	–	–	–	90	94	124	10,44	10,44	13,7	6,05	6,05	7,9	7,41	11,4	14,85	126,5	141,6	185,17

Технологія приготування

Підготовлені яблука, розрізають навпіл та видаляють насіннєве гніздо. Половинки яблук заповнюють фаршем із сиру кисломолочного, складають їх на лист та запікають у духовій шафі за температури +220...+250 °С до готовності 10—15 хв.

Фарш. Сир кисломолочний протирають, ретельно перемішують з підготовленими яйцями та цукром (крім вікової категорії від 1 до 3 років).

Подають на мілкій закусочній тарілці при температурі +60...+65 °С.

Характеристика готової страви

Зовнішній вигляд: запечені яблука з кисломолочним сиром.

Колір: яблуко — від світло-золотистого до жовтого; сиру кисломолочного — світло-жовтий; скоринки — світло-коричневий.

Смак і запах: приємні, ніжні, властиві даному сорту яблук у поєднанні із кисломолочним сиром.

Консистенція: м'яка, яблука не хрумтять.

