

Технологическая карта № 473

Оладьи

Рекомендуемые диеты: 2, 3, 6, 7*, 10*, 11, 15.

Наименование продуктов	Норма расхода продуктов на порцию массой нетто 100 г		Пищевая ценность 100 г блюда готового			Калорийность, ккал
	вес брутто, г	вес нетто, г	белки, г	жиры, г	углеводы, г	
Мука пшеничная высшего или первого сорта	50	50				
Яйца куриные	1/4 шт	10				
Молоко 3,2%-ной жирности или вода	54	54				
Дрожжи прессованные	2	2				
Сахар-песок	2	2				
Соль поваренная йодированная	0,25	0,25				
Экстракт фукуса сухой «Реликт» ¹⁾	0,1	0,1				
Масса теста для оладьев	-	118				
Масло сливочное или масло топленое	3	3				
Масса оладьев готовых	-	100				
Масло сливочное или	5	5				
Соус молочный (сладкий) (технологическая карта № 385)	10	10				
или						
Джем	7	7				
или						
Повидло	7	7				
или						
Мед	7	7				
Выход порции, г:						
оладьи	-	100	7,9	4,8	34,6	213
оладьи с маслом	-	100/5	7,9	8,1	34,7	243
оладьи с соусом	-	100/10	8,0	5,2	35,8	222
оладьи с джемом	-	100/7	7,9	4,8	38,9	230
оладьи с повидлом	-	100/7	7,9	4,8	38,7	230
оладьи с медом	-	100/7	7,9	4,8	39,7	234

* Оладьи готовят без соли поваренной.

¹⁾ Допускается оладьи готовить без добавления экстракта фукуса «Реликт».

Технология приготовления: в небольшом количестве молока растворяют соль поваренную йодированную, сахар-песок, добавляют предварительно разведенные дрожжи, перемешивают, процеживают, затем соединяют с оставшейся частью

молока или воды, подогретых до температуры от 35 до 40⁰С, добавляют просеянную муку пшеничную, яйца куриные, экстракт фукуса сухой «Реликт», предварительно растворенный в воде с температурой от 20 до 30⁰С, взятых в соотношении 1:10, перемешивают до образования однородной массы, ставят тесто в теплое место (с температурой 25-30⁰С) на 3-4 часа, затем тесто перемешивают (обминают) и дают ему вторично подняться.

Оладьи выкладывают на нагретый противень, предварительно смазанный маслом, и выпекают в духовом или жарочном шкафу при температуре 180-200⁰С в течение 8-10 мин до готовности.

Отпускают оладьи по 2-3 штуки на порцию с маслом сливочным прокипяченным или соусом молочным (сладким), или с джемом, или с повидлом, или с медом.

Температура подачи: не ниже 65⁰С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.