

**Презентация о приготовлении
поварами школьной столовой
«Жаркого по-домашнему»**

*Ингредиенты (на 1 порцию)-
200 грамм:*

1. Картофель – 141 г.
2. Лук репчатый – 5 г.
3. Мясо курицы (грудка) – 113 г.
4. Томатное пюре – 6,5 г.
5. Масло подсолнечное – 3 г.
6. Вода – 200 г.
7. Лавровый лист – 1 шт.
8. Соль – 3 г.



1 этап

1. Картофель перебирают моют чистят повторно промывают нарезают кубиками.
2. Лук репчатый перебирают промывают проточной водой очищают повторно промывают нарезают кубиками.



2 этап

1. Мясо курицы разрезают на куски поперёк волокон порционно из расчёта по два куска на порцию массой 30-40 г
2. Запекаем мясо 20 мин. до образования лёгкой румяной корочки



3 этап

1. Лук репчатый бланшируем, пассеруем с добавлением масла растительного.



4 этап

1. Готовим томатное пюре. Томатную пасту размешиваем с водой добавляем поваренной йодированной соли и перемешиваем.



5 этап

1. Запечённое мясо и овощи кладем в электросковороду слоями, чтобы сверху и снизу мяса были овощи.
2. Добавляем томатное пюре так, чтобы все продукты были покрыты жидкостью.



6 этап

1. Закрываем крышкой и тушим до готовности 20 минут.
2. За 5-10 минут до окончания тушения кладем лавровый лист.



Приятного аппетита!