


# Книга рецептов

## Школьное меню



## Органы управления пароконвектоматами ПицТех ПР



Таймер выставление нужного времени или работа в бесконечном режиме (ручном режиме) 



Температура для выставления нужной температуры



Влажность по шкале от 1 до 10 (1 = 10% влажности и так далее)



Скорость вентилятора нужная скорость для работы, минимальная-деликатная выпечка, выпечка; максимальная-жарка, варка, тушение



Заслонка регулировка отвода влаги из жарочной камеры

## Режимы работы пароконвектомата

Приготовление в пароконвектомате происходит в трех режимах:

**Пар**

Режим пар достигается путем выставления температуры 100 градусов и влажности 100% (положение 10 на тумблере влажности)

**Пар+Жар**

Режим жар+пар происходит выставлением нужной температуры и влажности (к примеру 180 градусов жар и влажность в положении 6)

**Жар**

Режим жар происходит выставлением нужной температуры



Во время процесса приготовления всегда можно поменять скорость вентилятора, температуру, влажности, открытие/закрытие заслонки

В пароконвектомате можно отваривать овощи, яйцо куриное, приготовить жареный картофель и картофель фри, котлеты, ростбиф, куриный рулет и целую курицу, рыбу в соли и стейки из рыбы, различную выпечку и десерты.

## Содержание

|                                       |              |
|---------------------------------------|--------------|
| <b>Мясо</b>                           | <b>4-8</b>   |
| Мясо тушеное .....                    | 4            |
| Жаркое по-домашнему с говядиной ..... | 5            |
| Тефтели .....                         | 6            |
| Котлеты, биточки (особые) .....       | 7            |
| Шницель натуральный рубленый .....    | 8            |
| <b>Птица</b>                          | <b>9-12</b>  |
| Жаркое по-домашнему с птицей .....    | 9            |
| Фрикадельки из курицы .....           | 10           |
| Котлеты рубленые из кур .....         | 11           |
| Птица запеченная .....                | 12           |
| <b>Рыба</b>                           | <b>13-17</b> |
| Рыба, запеченная под соусом .....     | 13           |
| Шницель рыбный .....                  | 14           |
| Котлеты или биточки рыбные .....      | 15           |
| Рыба припущенная .....                | 16           |
| Рыба тушеная .....                    | 17           |
| <b>Овощи и гарниры</b>                | <b>18-19</b> |
| Рагу из овощей .....                  | 18           |
| Картофель отварной .....              | 19           |
| <b>Из творога и яиц</b>               | <b>20-22</b> |
| Омлет с сыром .....                   | 20           |
| Омлет с колбасой .....                | 21           |
| Запеканка из творога .....            | 22           |
| <b>Выпечка</b>                        | <b>23-24</b> |
| Пирог фруктовый .....                 | 23           |
| Пирог Кубанский .....                 | 24           |



## Мясо тушеное 10 порций

### Ингредиенты:

- Говядина, свинина или баранина ..... 830 гр
- Масло растительное ..... 50 гр
- Лук репчатый (очищенный) ..... 40 гр
- Морковь(очищенная) ..... 40 гр
- Томатное пюре ..... 70 гр

### Описание:

Крупные куски мяса обжариваем, добавляем нарезанный лук, коренья, воду, пюре и выкладываем на гостроемкость GN 1/1-100.

Ставим в разогретый пароконвектомат и готовим согласно режиму.






В конце тушения добавляем лавровый лист.

На бульоне, полученном после тушения, готовим соус.

Готовое мясо нарезаем по 2 кусочка на порцию.

При отпуске мясо гарнируют и поливают соусом.

### Режим приготовления:

-  Время 100 минут
-  Температура 175 °C
-  Влажность 50%
-  Вентилятор V3
-  Заслонка полуоткрыта



## Жаркое по-домашнему с говядиной 10 порция

### Ингредиенты:

- Говядина (боковой или наружный кусок и тазобедренной части) ..... 80 гр
- Картофель (очищенный) ..... 100 гр
- Лук репчатый (очищенный) ..... 10 гр
- Томатная пюре ..... 6 гр
- Масло растительное






### Описание:

Мясо нарезаем по два куска на порцию, картофель и лук – дольками. Картофель, лук и мясо слегка обжариваем (шаг №1)






Обжаренное мясо и овощи кладем в гостроемкость слоями, чтобы снизу и сверху мяса были овощи, добавляем томатное пюре, соль, бульон (продукты должны быть покрыты жидкостью), растительное масло, закрываем крышкой и выставляем шаг №2

### Режим приготовления:

#### 1 шаг приготовления

-  Время 10 минут
-  Температура 175 C°
-  Влажность 0%
-  Вентилятор V3
-  Заслонка открыта

#### 2 шаг приготовления

-  Время 15 минут
-  Температура 165 C°
-  Влажность 50%
-  Вентилятор V3
-  Заслонка полуоткрыта



## Тефтели на 10 порций

### Ингредиенты:

- Говядина или свинина ..... 380 гр
- Хлеб пшеничный ..... 80 гр
- Молоко ..... 120 гр
- Лук репчатый (очищенный) ..... 200 гр
- Мука пшеничная ..... 20 гр
- Соус сметанный ..... 500 гр
- Масло растительное

### Описание:

Лук нарезаем мелко и обжариваем на растительном масле до золотистого цвета.

Хлеб замачиваем в молоке.

Мясо и хлеб пропускаем через мясорубку.

В котлетную массу добавляем измельченный пассерованный репчатый лук (можно добавить зеленый лук), перемешиваем и формуем в виде шариков по 1 шт. на порцию.






Панируем в муке.

Выкладываем в габаритную емкость GN 1/1-40 и ставим в разогретый пароконвектомат на шаг № 1






Далее добавляют соус сметанный, и ставим на шаг №2.

### Режим приготовления:

#### 1 шаг приготовления

-  Время 10 минут
-  Температура 165 °C
-  Влажность 50%
-  Вентилятор V3
-  Заслонка полуоткрыта

#### 2 шаг приготовления

-  Время 7 минут
-  Температура 195 °C
-  Влажность 0%
-  Вентилятор V3
-  Заслонка открыта



## Котлеты, биточки (особые) 10 порций

### Ингредиенты:

- Говядина ..... 400 гр
- Свинина ..... 170 гр
- Хлеб пшеничный ..... 110 гр
- Молоко ..... 140 гр
- Сухари панировочные ..... 70 гр

### Описание:

Мясо промываем, обсушиваем и обрабатываем.

Пропускаем через мясорубку.

Измельченное на мясорубке мясо соединяем с черствым пшеничным хлебом, предварительно замоченным в молоке, добавляем соль и перемешиваем.






После повторного пропускания через мясорубку котлетную массу еще раз перемешиваем.

Из готовой котлетной массы разделяем изделия овально-приплюснутой формы с заостренным концом (котлеты) или кругло-приплюснутой формы толщиной 2,0-2,5 см (биточки).






Панируем в сухарях и выкладываем на гостроемкость GN 1/1-20, смазанную маслом.

### Режим приготовления:

#### 1 шаг приготовления

-  Время 10 минут
-  Температура 165 °C
-  Влажность 50%
-  Вентилятор V3
-  Заслонка полуоткрыта

#### 2 шаг приготовления

-  Время 5-7 минут
-  Температура 195 °C
-  Влажность 0%
-  Вентилятор V3
-  Заслонка открыта



## Шницель натуральный рубленый 10 порций

### Ингредиенты:

- Свинина или говядина ..... 800 гр
- Жир сырец говяжий или свиной ..... 110 гр\*
- Вода ..... 70 гр
- Яйцо куриное ..... 40 гр
- Сухари панировочные ..... 120 гр

\*жир сырец говяжий или свиной добавляют только для говяжьих шницелей

### Описание:






Подготовленный фарш разделяем в виде изделий плоско-овальной формы, смачиваем в льезоне, панируем с сухарях.

Готовые шницеля выкладываем на гастоёмкость GN 1/1-20 и слегка сбрызгиваем маслом сверху.

Ставим в разогретый пароконвектомат и готовим согласно режиму.

При отпуске поливают сливочным маслом и гарнируют.

### Режим приготовления:

-  Время 15 минут
-  Температура 180 C°
-  Влажность 0%
-  Вентилятор V2
-  Заслонка открыта



## Птица



# Жаркое по-домашнему с птицей

10 порция

### Ингредиенты:

- Курица (индейка бедро) ..... 100 гр
- Картофель (очищенный) ..... 100 гр
- Лук репчатый (очищенный) ..... 10 гр
- Томатная пюре ..... 6 гр
- Масло растительное






### Описание:

Курицу нарезаем по два куска на порцию, картофель и лук – дольками. Картофель, лук и курицу слегка обжариваем (шаг №1)






Обжаренную курицу и овощи кладем в гостроемкость слоями, чтобы снизу и сверху курицы были овощи, добавляют томатное пюре, соль, бульон (продукты должны быть покрыты жидкостью), растительное масло, закрывают крышкой и выставляем шаг №2

### Режим приготовления:

#### 1 шаг приготовления

-  Время 10 минут
-  Температура 175 C°
-  Влажность 0%
-  Вентилятор V3
-  Заслонка открыта

#### 2 шаг приготовления

-  Время 15 минут
-  Температура 165 C°
-  Влажность 50%
-  Вентилятор V3
-  Заслонка полуоткрыта



## Фрикадельки из курицы 10 порций

### Ингредиенты:

- Курица ..... 1,24 кг
- Хлеб пшеничный ..... 100 гр
- Молоко ..... 140 гр

### Описание:






У птицы отделяем филе с кожей от кости.

Мясо птицы нарезаем на кусочки и пропускаем через мясорубку. Измельченное мясо соединяем с замоченным в молоке хлебом, кладем соль, хорошо перемешиваем, пропускаем через мясорубку и выбиваем.

Из котлетной массы разделяваем шарики (по 2-3 шт. на порцию) и выкладываем на габаритность GN 1/1-20.

Ставим в разогретый пароконвектомат.

### Режим приготовления:

-  Время 15 минут
-  Температура 100 C°
-  Влажность 100%
-  Вентилятор V3
-  Заслонка закрыта



## Котлеты рубленые из кур 10 порций

### Ингредиенты:

- Курица тушка ..... 850 гр
- Хлеб пшеничный ..... 90 гр
- Молоко ..... 130 гр
- Соус сметанный ..... 250 гр
- Сыр ..... 50 гр

### Описание:






Курицу промываем, просушиваем и обрабатываем, оставляя филе на коже.

Мясо птицы нарезаем на кусочки и пропускаем через мясорубку.

Измельченное мясо соединяем с замоченным в молоке хлебом, кладем соль, хорошо перемешиваем, пропускаем через мясорубку и выбиваем.

Из готовой котлетной массы формуем котлеты, выкладываем на гостроемкость GN 1/1-20, в середине по длине делаем углубление, заполняем его густым сметанным соусом, посыпаем тертым сыром, и ставим в разогретый пароконвектомат.

### Режим приготовления:

-  Время 15 минут
-  Температура 175 C°
-  Влажность 0%
-  Вентилятор V3
-  Заслонка открыта

# Птица



## Птица запеченная 10 порций

### Ингредиенты:

- Курица тушка ..... 1,2 кг
- Масло растительное

### Описание:

Обработанную тушку птицы кладем на гастроемкость GN 1/1-20, сбрызгивают маслом.

Ставим в разогретый пароконвектомат.






Во время запекания птицы тушки периодически переворачиваем и поливаем жиром и соком, выделившимся при запекании.

Взрослых кур перед запеканием рекомендуется предварительно отварить до полуголовности.






На порцию птицу рубят непосредственно перед подачей. отпускают по 1-2 кусочка.

### Режим приготовления:

#### 1 шаг приготовления

-  Время 10 минут
-  Температура 165 C°
-  Влажность 50%
-  Вентилятор V3
-  Заслонка полуоткрыта

#### 2 шаг приготовления

-  Время 10 минут
-  Температура 195 C°
-  Влажность 0%
-  Вентилятор V3
-  Заслонка открыта



## Рыба, запеченная под соусом на 10 порция

### Ингредиенты:

- Филе трески, окуня или минтая (с кожей без костей) . 750 гр
- Лук репчатый (очищенный) ..... 60 гр
- Соус молочный ..... 500 гр
- Сыр ..... 40 гр
- Масло растительное






### Описание:

Филе рыбы припускаем -- выкладываем на гастроемкость GN 1/1-20 и выполняем шаг № 1






После на гастроемкость с припущенной рыбой выкладываем соус молочный (в соус молочный добавляем пассерованный лук репчатый, доводим до кипения), после чего заливаем им рыбу, посыпаем тертым сыром и выполняем шаг №2.

### Режим приготовления:

#### 1 шаг приготовления

-  Время 10 минут
-  Температура 100 C°
-  Влажность 100%
-  Вентилятор V3
-  Заслонка закрыта

#### 2 шаг приготовления

-  Время 10 минут
-  Температура 195 C°
-  Влажность 0%
-  Вентилятор V3
-  Заслонка открыта



## Шницель рыбный 10 порций

### Ингредиенты:






- Филе судака или трески (на кофе без кости) ..... 650 гр
- Лук репчатый (очищенный) ..... 130 гр
- Молоко ..... 60 гр
- Яйцо куриное ..... 30 гр
- Сухари панировочные ..... 90 гр
- Зелень петрушки

### Описание:

Филе рыбы без кожи и костей нарезаем на куски, перемешиваем с луком репчатым, зеленью петрушки и пропускаем через мясорубку с крупной решеткой. Подготовленную массу солят, формуем изделия овальной формы, смачиваем в яйце, взбитом с молоком, панируем в сухарях.

Выкладываем на гостроемкость GN 1/1-20

### Режим приготовления:

-  Время 15 минут
-  Температура 180 C°
-  Влажность 0%
-  Вентилятор V3
-  Заслонка открыта



## Котлеты или биточки рыбные 10 порций

### Ингредиенты:

- Треска или судак (филе без кожи и кости) ..... 500 гр
- Хлеб пшеничный ..... 135 гр
- Молоко ..... 195 гр
- Сухари панировочные ..... 75 гр
- Масло растительное






### Описание:

Филе рыбы без кожи и костей нарезаем на куски, пропускаем через мясорубку вместе с замоченным в молоке черствым хлебом, добавляем соль, тщательно перемешиваем и выбиваем

Из полученной рыбной котлетной массы формируем котлеты или биточки, панируем в сухарях, выкладываем на гастоюемкость GN 1/1-20 и слегка сбрызгиваем маслом сверху.

Ставим в разогретый пароконвектомат и готовим согласно режиму.

### Режим приготовления:

-  Время 15 минут
-  Температура 180 C°
-  Влажность 0%
-  Вентилятор V3
-  Заслонка открыта



## Рыба припущенная 10 порций

### Ингредиенты:






- Судак, окунь или минтай (филе с кожей без кости) .... 900 гр
- Лук репчатый очищенный ..... 30 гр

### Описание:

Порционные куски рыбы, нарезанные на филе с кожей без костей, выкладываем на гостроемкость GN 1/1-20, солим, добавляем лук репчатый.

Ставим в разогретый пароконвектомат и готовим согласно режиму.

### Режим приготовления:

-  Время 15 минут
-  Температура 100 C°
-  Влажность 100%
-  Вентилятор V3
-  Заслонка закрыта





## Рыба тушенная 10 порций

### Ингредиенты:

- Филе трески, окуня или минтая (филе с кожей без костей) ..... 650 гр
- Лук репчатый (очищенный) ..... 280 гр
- Морковь очищенная ..... 630 гр
- Сельдерей корень ..... 35 гр
- Томатное пюре ..... 350 гр
- Сахар ..... 40 гр
- Гвоздика, корица, лавровый лист
- Масло растительное






### Описание:

Филе рыбы припускаем – выкладываем на гостроемкость GN 1/1-40 и выполняем шаг №1.






Далее выкладываем пассивированные овощи, специи и томатное пюре и выполняем шаг №2.

### Режим приготовления:

#### 1 шаг приготовления

-  Время 10 минут
-  Температура 100 C°
-  Влажность 100%
-  Вентилятор V3
-  Заслонка закрыта

#### 2 шаг приготовления

-  Время 15 минут
-  Температура 185 C°
-  Влажность 0%
-  Вентилятор V3
-  Заслонка открыта

# Овощи и гарниры



## Рагу из овощей на 10 порций

### Ингредиенты:

- Картофель (очищенный) ..... 500 гр
- Морковь (очищенная) ..... 100 гр
- Лук репчатый (очищенный) ..... 125 гр
- Репа (очищенный) ..... 130 гр
- Капуста свежая ..... 210 гр
- Вода ..... 470 гр
- Масло сливочное ..... 50 гр

### Описание:

Нарезаем дольками или кубиками картофель и коренья.






Капусту белокочанную нарезаем шашками.

Картофель и коренья тушим отдельно от капусты 15-20 минут






Затем картофель и овощи соединяем с соусом сметанным и тушим 10-15 мин. После этого добавляем белокочанную капусту и продолжаем тушить 10-15 мин.

### Режим приготовления:

#### 1 шаг приготовления

-  Время 30-40 минут
-  Температура 165 C°
-  Влажность 50%
-  Вентилятор V3
-  Заслонка полуоткрыта

#### 2 шаг приготовления

-  Время 10 минут
-  Температура 195 C°
-  Влажность 0%
-  Вентилятор V3
-  Заслонка открыта

## Овощи и гарниры



### Картофель отварной на 10 минут

#### Ингредиенты:

- Картофель (очищенный) ..... 1,7 кг (среднего размера)
- Масло сливочное ..... 60 гр

#### Описание:

Картофель кладем на перфорированную или простую гостроемкость размером GN 1/1-20

Ставим в разогретый пароконвектомат и и готовим согласно режиму.

При увеличении или уменьшении размера картофеля, соответственно увеличивается или уменьшается время приготовления.

После приготовления смазываем картофель маслом.

#### Режим приготовления:



Время 30 минут



Температура 100 C°



Влажность 100%



Вентилятор V3



Заслонка закрыта



# Омлет с сыром 10 порций

## Ингредиенты:

- Яйцо куриное ..... 920 гр (23 шт)
- Молоко ..... 320 гр
- Масло сливочное ..... 70 гр
- Сыр ..... 200 гр

## Описание:






Яйцо обрабатывают, просушивают.

К обработанным яйцам добавляют молоко и соль и тертый сыр.






В глубокую гостроемкость GN 1/1-60 заливают омлетную смесь, перемешивают и запекают полностью пропекая.

## Режим приготовления:

### 1 шаг приготовления

-  Время 3-5 минут
-  Температура 100 C°
-  Влажность 100%
-  Вентилятор V3
-  Заслонка закрыта

### 2 шаг приготовления

-  Время 10 минут
-  Температура 195 C°
-  Влажность 0%
-  Вентилятор V3
-  Заслонка открыта



## Омлет с колбасой 10 порций

### Ингредиенты:

- Яйцо куриное ..... 920 гр (23 шт)
- Молоко ..... 320 гр
- Масло сливочное ..... 70 гр
- Колбаса вареная ..... 375 гр

### Описание:

Яйцо обрабатывают, просушивают.






К обработанным яйцам добавляют молоко и соль.

Очищенную колбасу нарезают мелкими кубиками или ломтиками отваривают или обжаривают на сливочном масле.






В глубокую гостроемкость выкладывают колбасу заливают омлетную смесь, перемешивают и запекают полностью пропекая.

### Режим приготовления:

#### 1 шаг приготовления

-  Время 3-5 минут
-  Температура 100 C°
-  Влажность 100%
-  Вентилятор V3
-  Заслонка закрыта

#### 2 шаг приготовления

-  Время 10 минут
-  Температура 195 C°
-  Влажность 0%
-  Вентилятор V3
-  Заслонка открыта

## Из творога и яиц



### Запеканка из творога 10 порций

#### Ингредиенты:

- Творог ..... 1,75 кг
- Крупа манная ..... 115 гр
- Сахар ..... 150 гр
- Яйцо куриное ..... 75 гр
- Масло сливочное ..... 75 гр
- Сухари панировочные ..... 75 гр
- Сметана ..... 120 гр

#### Описание:






Протертый творог смешиваем с предварительно заваренной в воде и охлажденной манной крупой, яйцами, сахаром, солью, маслом сливочным. Подготовленную массу выкладываем слоем 3-4 см посыпанный сухарями гастро-емкость GN 1/2-40.

Поверхность массы разравниваем, смазываем сметаной, ставим в разогретый пароконвектомат, согласно режиму приготовления.






Запеканку при подаче нарезают квадратиками, прямоугольниками или ромбиками.

#### Режим приготовления:

##### 1 шаг приготовления

-  Время 10 минут
-  Температура 165 C°
-  Влажность 50%
-  Вентилятор V3
-  Заслонка полуоткрыта

##### 2 шаг приготовления

-  Время 20-30 минут
-  Температура 195 C°
-  Влажность 0%
-  Вентилятор V3
-  Заслонка открыта



## Пирог фруктовый 10 порций

### Ингредиенты:

- Мука пшеничная ..... 250 гр
- Масло сливочное ..... 50 гр
- Молоко ..... 150 гр
- Сахар ..... 40 гр
- Дрожжи ..... 10 гр
- Фрукты (яблоко, черешня, черная смородина) ..... 150 гр

### Описание:






Все ингредиенты для теста смешиваем до однородной массы,

Дрожжевое тесто, приготовленное безопасным способом выкладываем на гастроемкость GN 1/1-40 , добавляем подготовленные фрукты.

Пирог у нас должен расстояться, после чего выпекаем.

После приготовления пирогу дают остыть и порционируем.

### Режим приготовления:

-  Время 25-30 минут
-  Температура 175 C°
-  Влажность 0%
-  Вентилятор V2
-  Заслонка открыта



## Пирог Кубанский 10 порций

### Ингредиенты:

- Мука пшеничная ..... 395 гр
- Какао порошок ..... 40 гр
- Масло сливочное ..... 50 гр
- Молоко ..... 225 гр
- Сахар ..... 150 гр
- Яйцо куриное ..... 60 гр
- Дрожжи сухие ..... 10 гр
- Фрукты (яблоки, вишня, черная смородина) ..... 200 гр

### Описание:






Все ингредиенты для теста смешиваем до однородной массы,

Жидкое дрожжевое тесто, приготовленное безопарным способом выкладываем на гастроячейку GN 1/1-40 , добавляем подготовленные фрукты.

Пирог даем расстояться, после чего выпекаем.

После приготовления пирогу дают остыть и порционируем.

### Режим приготовления:

-  Время 15 минут
-  Температура 180 °C
-  Влажность 0%
-  Вентилятор V2
-  Заслонка открыта