

# **Щи из свежей капусты с картофелем**

*Щи – национальное русское блюдо. Если говорить просто, то щи – это суп из капусты, щи можно сварить и с мясом, и с рыбой, и постные. В качестве мяса для щей рекомендуется брать говяжью грудинку. а так же можно добавить в щи зеленую фасоль, помидоры, грибы, сладкий перец или просто любую зелень.*

Наименование сырья	Расход сырья и п/фабрикатов	
	1 порция	
	брутто, г	нетто, г
Капуста белокочанная	63	50
Морковь	16	13
Картофель	40	30
Лук репчатый	12	10
Масло растительное	3	3
Томатное пюре	7	7
Вода или бульон	200	200
<b>Выход</b>		<b>250</b>

### **Технология приготовления:**

*В кипящий бульон или воду кладут подготовленную капусту нарезанную шашками, доводят до кипения, вводят морковь и петрушку, нарезанные соломкой и припущенные со сливочным маслом, затем бланшированный и пассерованный репчатый лук и варят 10 мин, добавляют картофель, йодированную соль и варят до готовности всех овощей. В конце варки добавляют сметану, лавровый лист, доводят до кипения. Настаивают 10-12 мин.*



**Приятного аппетита !**