



FICHA TÉCNICA DE PRIMER PLATO

COLEGIO SAGRADA FAMILIA - GRANADA Curso 2018/19

PLATO PARA 100 COMENSALES

TIPO DE COCCIÓN EN SARTÉN Y HORNO	INGREDIENTES	UNIDADES	CANTIDAD
ARROZ CON HORTALIZAS Y CARNE TROCEADA	Arroz	kg	4 ½
	Carne de cerdo	kg	1
	Carne de pechuga de pollo	Kg	1
	Ajos	cabeza	1 ¼
	Cebollas	Kg	½
	Calabacín	Kg	½
	Berenjena	Kg	½
	Pimientos verdes	Kg	½
	Pimientos rojos	Kg	½
	Tomate	kg	1
	Vino blanco	ml	100
	Pimienta	gramos	3
	Perejil	manejo	¼
	Aceite de oliva virgen extra	vaso	1 ¼
	Agua	litros	11 ½
Sal	gr	100	

PROCESO DE PREPARACIÓN

Se sazona la carne con sal y pimienta.

Se pasa por la sartén basculante la carne troceada, a continuación se saca y se reserva. Se introduce en la misma sartén las hortalizas ya limpias y troceadas hasta que se pochen, después se trituran.

Al sofrito de hortalizas se añade el tomate y una vez mezclado y movido todo se incorpora el vino. Por último se introduce el arroz y se rehoga con las hortalizas y la carne.

Una vez rehogado se incorpora la proporción de agua y se deja hacer durante 10 minutos. A continuación se deposita en cubeta planas de acero inoxidable y se meten en el horno a temperatura de 180 grados, calor vapor para que termine de hacerse durante 10 minutos más.

Para servir el arroz se trasladan en sus mismos recipientes de acero inoxidable y se depositan en la mesa caliente del comedor, al baño maría, a 65 grados centígrados.