



FICHA TÉCNICA DE SEGUNDO PLATO

COLEGIO SAGRADA FAMILIA - GRANADA

Curso 2018/19

PLATO PARA 100 COMENSALES

TIPO DE COCCIÓN EN FREIDORA Y SARTÉN BASCULATE	INGREDIENTES	UNIDADES	CANTIDAD
ALBÓNDIGAS GUISADAS	Albóndigas de pollo	kg	10
	Cebolla	kg	1
	Ajo	cabezas	1
	Pimiento choriceros secos	unidades	2
	Laurel	hojas	3
	Zanahoria	kg	1
	Orégano	gr	3
	Vino blanco	litros	¼
	Aceite de oliva virgen extra	litro	1 ¼
	Agua	litros	4
Sal	gr	100	

PROCESO DE PREPARACIÓN

Para hacer la salsa primeramente se limpian y fríen los pimientos, una vez hechos se reservan.

Se limpian y trocean las cebollas, las zanahorias y los ajos, después se rehogan hasta “pocharlos” en el aceite de los pimientos, se añade el orégano, una vez hecho se retira de la sartén y se tritura con el vino y agua.

Se sellan en la freidora las albóndigas y se vierten en la sartén basculante cubriéndolas de agua, se deja que se hagan un poco y después se incorpora la salsa ya cocinada, a continuación se introduce el laurel (ya limpio) y los pimientos.

Se rectifica el punto de agua y sal y se deja que se haga durante 30 minutos.

Para servir las albóndigas se introducen en recipientes hondos de acero inoxidable y se depositan en la mesa caliente del comedor, al baño maría, a 65 grados centígrados.