



## FICHA TÉCNICA DE PRIMER PLATO

COLEGIO SAGRADA FAMILIA - GRANADA

Curso 2018/19

### PLATO PARA 100 COMENSALES

TIPO DE COCCIÓN	INGREDIENTES	UNIDADES	CANTIDAD
SARTÉN Y MARMITA			
CAZUELA DE FIDEOS	Patatas	kg	5
	Fideos	gr	750
	Pescado (merluza)	kg	1 ¼
	Pimientos rojos	kg	½
	Pimientos verdes	Kg	½
	Ajos	cabezas	1
	Calabacín	kg	¼
	Zanahorias	kg	¼
	Apio	gr	200
	Puerro	Kg	¼
	Tomate	Kg	1
	Cebolla	Kg	½
	Laurel	hojas	5
	Aceite de oliva virgen extra	vaso	1 ¼
Sal	gr	100	

### PROCESO DE PREPARACIÓN

Se limpian y trocean las hortalizas siguientes: cebollas, ajos, apio, pimientos verdes, pimientos rojos, calabacín, berenjenas y zanahorias.

Se pelan, limpian las patatas y trocean las patatas y se reservan.

Se rehogan las hortalizas ya nombrada hasta que estén "pochadas" y se incorpora el tomate

En la marmita, con 50 litros de agua, se pone a hervir el pescado, una vez cocido se saca, se desmenuza y se vuelve a echar.

Se añaden las hortalizas pochadas y trituradas, las patatas, los fideos, el laurel y la sal. Se deja hervir durante 15 minutos.

Ajustar el punto de sal y el agua necesaria.

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