

1. SOS ALB DIN SUPA DE PASARE (Suprème)

Nr. de ordine	Materie prima	Cantitate bruto ptr. 1 kg.	Cantitate bruto ptr. 10 kg.
1.	Unt	0,150 kg.	1,250 kg.
2.	Faina	0,150 kg.	?????????????
3.	Supa de pasare	????????????????	7,000 kg.
4.	Frisca lichida	0,100 kg.	?????????????
5.	Esenta de ciuperci	????????????????	0,500 kg.
6.	Sare de lamiae	0,002 kg.	?????????????
7.	Oua	????????????????	1,250 kg.- 25 buc.
8.	Sare	0,025 kg.	?????????????

Din aceasta materie prima rezulta pentru 1 kg. :

- I. Produs finit sos alb din supa de pasare : 1 kg.
- II. Valori nutritive :
 - Protide : 3,41
 - Lipide : 14,17
 - Glucide : 9,73
- III. Valori energetice :
 - Calorii : 185,62

Modul de preparare :

Dupa ce se opreste putin unt, restul se topeste intr-o cratita. Se adauga faina, care se caleste fara a se rumeni si se stinge cu supa de pasare, strecurata prin mot sau strecuratoare.

Se fierbe la foc incet timp de circa 30 de minute, amestecandu-se permanent cu telul. Se adauga sarea.

Se trage cratita la o parte de pe foc si se adauga galbenusurile de ou si frisca lichida, care se amesteca impreuna, batandu-se cu telul. Dupa aceea se pune esenta de ciuperci si sarea de lamiae si apoi se strecoara intreaga compozitie printr-o etamina (panza) si se adauga untul ramas pentru a nu prinde coaja.

Toate sosurile albe, dupa ce li se adauga galbenusurile de ou, se vor da in fiert. Acest sos se foloseste la preparatele de peste si de pasare.

2. SOS VERDE PENTRU PESTE.

Nr. de ordine	Materia prima	Cantitate bruto ptr. 1 kg	Cantitate bruto ptr. 10 kg.
1.	Maioneza – vezi reteta nr.40	0,900 kg	8,000 kg
2.	Spanac	????????????????	1,000 kg
3.	Tarhon	0,100 kg	0,750 kg
4.	Patrunjel	0,100 kg.	
5.	Ceapa verde (frunze)	????????????????	0,750 kg

I. Produs finit sos verde pentru peste : 1 kg.

II. Valori nutritive :

- Protide : 3,10

- Lipide : 69,65

- Glucide : 2,01

III. Valori energetice :

- Calorii : 668,69.

Modul de preparare :

Se spala spanacul, tarhonul, patrunjelul si ceapa verde. Se curata si se pun la fiert cu sarea intr-un vas cu apa si se lasa sa fiarba circa 20 de minute. Se strecoara zeama si zarzavatul fiert (ceapa, patrunjelul, tarhonul si spanacul), se trec printr-o sita rara, rezultand un fel de pireu subtire. Acest pireu se stoarce printr-o panza de etamina, in asa fel incat sa se obtina numai sucul verde. Acest suc se amesteca cu maioneza intr-un vas, amestecandu-se cu o lingura de lemn.

Acest sos se serveste la preparatele din peste, raci si legume.