

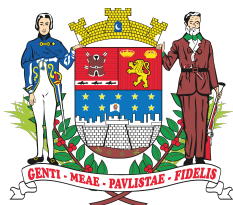
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
SETOR DE NUTRIÇÃO

Macarrão ao sugo + Almôndegas (Carne bovina formatada)

INGREDIENTES	MEDIDA CASEIRA	QUANTIDADE (g)
MACARRÃO	6 pacotes	3 kg
EXTRATO DE TOMATE	1 UNIDADE E ½	1,5 KG
CEBOLA RALADA/OU BEM PICADA	20 colheres de sopa cheia	200g
ÓLEO	15 colheres de sopa	150ml
SAL	10 colher de chá (rasa) de sal	50g
RENDIMENTO TOTAL		10,5 Kg

MODO DE PREPARO

1. Cozinhe o macarrão **al dente** e reserve;
2. Em outra panela refogue a cebola, acrescente o “tempero alho e sal ”. Após, refogar o extrato de tomate até reduzir a acidez ;
3. Colocar o macarrão no molho , e deixar cozinhar um pouco para absorver o sabor;
4. Porcionar 1 colher de servir por aluno;
5. Rendimento do macarrão (3 kg rende 7,5 kg);
6. Rendimento do extrato (1,5 kg 3kg).



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
SETOR DE NUTRIÇÃO

(Carne bovina formatada)

INGREDIENTES	MEDIDA CASEIRA	QUANTIDADE (g)
Almôndegas congeladas (carne formatada)	2 e ½ pacotes	3 kg
EXTRATO DE TOMATE	1 UNIDADE e ½	1,5 Kg
CEBOLA RALADA/OU BEM PICADA	20 colheres de sopa cheia	200g
ÓLEO	8 colheres de sopa	80ml
SAL	10 colher de chá (rasa) de sal	50g
RENDIMENTO TOTAL		6,5 Kg

MODO DE PREPARO

- Refogue a cebola, acrescente o extrato de tomate e a mesma medida de água(1,5L) acrescente o sal e mantenha sob fervera até reduzir a acidez pode colocar em média 1 e ½ copo de café de açúcar para retirar a acidez do molho;
- Colocar as almôndegas **congeladas diretamente** do freezer para o molho, deixar cozinhar para absorver o sabor e tempero **SEM MEXER** para não quebrar muito as almôndegas ;
- Porcionar por aluno macarrão ao sugo na quantidade habitual, almôndegas:
- Servir de 1 à 2 unidades juntamente com a porção habitual de macarrão, sendo se necessário “cortar”em pedaços menores dependendo da faixa etária.