**14.074 Zapekané rezance s tvarohom a orechmi 100 porcií**

**Receptúra**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Potravina | Veková skupina | | | | | | | | |
| A | | | B | | C | | D | |
| Hmotnosť v kg, l, ks | | | | | | | | | |
|  | | Hrubá | Čistá | Hrubá | Čistá | Hrubá | Čistá | Hrubá | Čistá |
| rezance | | 4,50 | 4,50 | 6,00 | 6,00 | 7,50 | 7,50 | 9,00 | 9,00 |
| tvaroh | | 2,00 | 2,00 | 3,00 | 3,00 | 4,50 | 4,50 | 6,00 | 6,00 |
| slivkový lekvár | | 1,50 | 1,50 | 2,00 | 2,00 | 2,50 | 2,50 | 3,00 | 3,00 |
| orechy vlašské | | 1,00 | 1,00 | 1,50 | 1,50 | 2,00 | 2,00 | 2,50 | 2,50 |
| maslo | | 1,20 | 1,20 | 1,50 | 1,50 | 1,80 | 1,80 | 2,20 | 2,20 |
| vajcia | | 18 | 0,90 | 20 | 1,00 | 25 | 1,25 | 30 | 1,50 |
| mlieko | | 1,50 | 1,50 | 2,50 | 2,50 | 3,50 | 3,50 | 4,50 | 4,50 |
| cukor kryštálový | | 1,30 | 1,30 | 1,60 | 1,60 | 1,90 | 1,90 | 2,60 | 2,60 |
| cukor práškový - posýpka | | 0,25 | 0,25 | 0,40 | 0,40 | 0,60 | 0,60 | 0,80 | 0,80 |
| maslo - vymastenie | | 0,20 | 0,20 | 0,20 | 0,20 | 0,30 | 0,30 | 0,40 | 0,40 |
| vanilkový cukor | | 0,10 | 0,10 | 0,10 | 0,10 | 0,15 | 0,15 | 0,15 | 0,15 |
| vajcia do tvarohu | | 8 | 0,40 | 10 | 0,50 | 12 | 0,60 | 14 | 0,70 |
| soľ | | 0,05 | 0,05 | 0,08 | 0,08 | 0,10 | 0,10 | 0,12 | 0,12 |
| olej | | 0,15 | 0,15 | 0,20 | 0,20 | 0,20 | 0,20 | 0,25 | 0,25 |
| strúhanka | | 0,20 | 0,20 | 0,25 | 0,25 | 0,25 | 0,25 | 0,30 | 0,30 |
|  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
| hmotnosť porcie v g | | 175 | | 225 | | 275 | | 335 | |

**Výrobný postup**

Rezance uvaríme v slanej vode, scedíme, prepláchneme vlažnou vodou a pomastíme olejom.   
Tvaroh vymiešame s vajcami a cukrom. Orechy pomelieme, zmiešame s cukrom a vanilkovým cukrom. Do vymasteného pekáča vysypaného strúhankou vrstvíme uvarené cestoviny, tvaroh, orechy, slivkový lekvár, prikryjeme ďalšou vrstvou cestovín a znovu vrstvíme tvarohom, orechmi a slivkovým lekvárom. Posledná vrstva sú cestoviny. Každú vrstvu pokvapkáme maslom. Zapečieme v rúre, zalejeme v mlieku rozšľahanými vajcami a pečieme 25 až 30 minút. Hotový pokrm zlatej farby pokrájame na porcie a posypeme práškovým cukrom.

**Nutričné zloženie 1 porcie**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| veková  skupina | energetická  hodnota | | bielkoviny | tuky | kyselina  linolová | sacharidy | vláknina | vápnik | železo | Vitamíny | | | | |
| A | B1 | B2 | C | E |
| kJ | kcal | g | g | g | g | g | mg | mg | mg | mg | mg | mg | mg |
| A | 2095 | 501 | 10,87 | 22,8 | 0,0 | 61,8 | 2,0 | 66,6 | 1,2 | 0,136 | 0,1 | 0,2 | 1,1 | 0,4 |
| B | 2789 | 667 | 14,97 | 30,3 | 0,0 | 81,9 | 2,8 | 97,7 | 1,6 | 0,171 | 0,1 | 0,2 | 1,7 | 0,6 |
| C | 3566 | 852 | 19,79 | 39,3 | 0,0 | 102,7 | 3,6 | 133,5 | 2,1 | 0,220 | 0,2 | 0,3 | 2,2 | 0,8 |
| D | 4442 | 1062 | 24,67 | 49,2 | 0,0 | 127,4 | 4,4 | 169,7 | 2,5 | 0,273 | 0,2 | 0,4 | 2,8 | 1,0 |