

6.043 - Hovädzie dusené na hrášku

Kategória: Pokrmy z hovädzieho mäsa

Počet porcií: 100

[illegible]

Alergény: 1 - Obilniny, 7 - Mlieko

Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :	34	40	46	52	
šťava :	70	75	90	100	
Hmotnosť spolu:	104	115	136	152	

Technologický postup:

Hovädzie mäso umyjeme vcelku, osušíme a pokrájame na rezance. Na oleji speníme očistenú pokrájanú cibuľu, pridáme pokrájané mäso, soľ a dusíme vo vlastnej šťave. Počas dusenia premiešame a podľa potreby podlejeme vriacou vodou. Keď je mäso mäkké, pridáme sterilizovaný hrášok bez nálevu. Pokrm zahustíme múkou opraženou nasucho, rozmiešanou s vodou. Šťavu zjemníme maslom a varíme 20 minút.

Príloha: dusená ryža, zemiaky na rôzne spôsoby, šaláty z čerstvej zeleniny.

Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

[illegible]