

## 6.072 - Roštenka znojemska so smotanou

Kategória: Pokrmy z hovädzieho mäsa

Počet porcií: 100

Druh Surovín	Veková skupina										
	MJ	A		B		C		D			
		Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
Hovädzia roštenka b. k.	kg	6	6	7	7	8	8	9	9		
Olej	kg	0,3	0,3	0,5	0,5	0,7	0,7	0,9	0,9		
Smotana 12%	l	0,5	0,5	0,8	0,8	0,8	0,8	1	1		
Strúhanka	kg	0,3	0,3	0,4	0,4	0,4	0,4	0,5	0,5		
Cibuľa	kg	1	0,85	1,2	1,02	1,5	1,27	2	1,7		
Uhorky sterilizované	kg	1	0,9	1,5	1,35	2	1,8	2,5	2,25		
Korenie čierne mleté	kg			0,01	0,01	0,01	0,01	0,02	0,02		
Soľ	kg	0,05	0,05	0,07	0,07	0,1	0,1	0,13	0,13		
Múka hladká	kg	0,25	0,25	0,3	0,3	0,4	0,4	0,4	0,4		
Ochucovadlo	kg					0,05	0,05	0,05	0,05		

Alergény: 1 - Obilniny, 7 - Mlieko

### Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :	34	40	46	52	
šťava :	70	80	90	100	
<b>Hmotnosť spolu:</b>	104	120	136	152	

## Technologický postup:

Hovädziu roštenku vcelku umyjeme, osušíme, pokrájame na plátky, ktoré naklepeme, osolíme, okoreníme mletým čiernym korením a opečieme na časti oleja. Na zvyšnom oleji speníme očistenú pokrájanú cibuľu, pridáme opečené plátky mäsa, podlejeme vodou a dusíme. Pred dokončením posypeme mäso strúhankou a podusíme. Nakoniec pridáme na rezance pokrájané kyslé uhorky bez nálevu, dochutíme ochucovadlom, zjemníme smotanou, v ktorej rozmiešame nasucho opraženú múku a 20 minút povaríme.

Príloha: knedľa, zemiaky na rôzne spôsoby, cestovina.

### Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

[illegible]