

7.017 - Bravčové stehno po taliansky

Kategória: Pokrmy z bravčového mäsa

Počet porcií: 100

Druh Surovín	Veková skupina										
	MJ	A		B		C		D			
		Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
Bravčové stehno	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		
Múka hladká	kg	0,3	0,3	0,3	0,3	0,35	0,35	0,4	0,4		
Cibuľa	kg	0,7	0,6	1	0,85	1,2	1,02	1,5	1,27		
Paradajkový pretlak	kg	0,5	0,5	0,6	0,6	0,8	0,8	1,2	1,2		
Cukor kryštálový	kg	0,15	0,15	0,2	0,2	0,25	0,25	0,3	0,3		
Soľ	kg	0,06	0,06	0,08	0,08	0,1	0,1	0,13	0,13		

Alergény: 1 - Obilniny

Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :	36	42	48	54	
šťava :	70	80	90	100	
Hmotnosť spolu:	106	122	138	154	

Technologický postup:

Bravčové mäso umyjeme vcelku pod tečúcou vodou, osušíme a pokrájame na kocky. Na oleji speníme očistenú pokrájanú cibuľu, vložíme pokrájané mäso, osolíme a opražíme. Pridáme paradajkový pretlak, podlejeme horúcou vodou a dusíme do mäčka. Šťavu zahustíme múkou opraženou nasucho, rozriedime vodou, dochutíme cukrom a 20 minút povaríme.

Príloha: dusená ryža, zemiaky na rôzne spôsoby, cestoviny.

Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

[illegible]