

## 7.024 - Študentský rezeň

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 karé b. k.	kg	6	6	7	7	8	8	9	9		
Olej	kg	0,3	0,3	0,5	0,5	0,6	0,6	0,8	0,8		
Korenie čierne mleté	kg			0,01	0,01	0,01	0,01	0,02	0,02		
Ochucovadlo zeleninové	kg			0,05	0,05	0,07	0,07	0,1	0,1		
Sol'	kg	0,04	0,04	0,06	0,06	0,07	0,07	0,08	0,08		
Ajvar	kg	0,1	0,1	0,2	0,2	0,3	0,3	0,4	0,4		
Múka hladká	kg	0,25	0,25	0,3	0,3	0,4	0,4	0,5	0,5		
Pór	kg	0,4	0,34	0,6	0,51	0,8	0,72	1	0,85		
Syr tvrdý	kg	1	1	1,3	1,3	1,7	1,7	2	2		
Smotana 12%	l	1	1	1,3	1,3	1,7	1,7	2	2		

Alergény: 1 - Obilniny, 7 - Mlieko

### Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :	75	85	100	120	
<b>Hmotnosť spolu:</b>	75	85	100	120	

### Technologický postup:

Bravčové karé umyjeme pod tečúcou vodou, osušíme, nakrájame na plátky a vyklepeme. Rezne okoreníme, obalíme v múke a opečieme na oleji. Opečené mäso poukladáme do vymasteného pekáča a potrieme aivarom. Takto pripravené rezne posypeme ochucovadlom, umytým, očisteným a pokrájaným pórom, strúhaným syrom a zalejeme smotanou. Pečieme 30 minút pri teplote 180°C.

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

### Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

[illegible]