

7.030 - Bravčový perkelt

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	0,8	0,8		
Mlieko	l	2,25	2,25	2,6	2,6	3	3	3,3	3,3		
Smotana 12%	l	0,75	0,75	1	1	1,2	1,2	1,5	1,5		
Múka hladká	kg	0,4	0,4	0,6	0,6	0,7	0,7	0,8	0,8		
Paprika červená mletá	kg	0,03	0,03	0,04	0,04	0,04	0,04	0,05	0,05		
Cibuľa	kg	0,75	0,65	1	0,85	1	0,85	1,2	1,02		
Soľ	kg	0,05	0,05	0,08	0,08	0,1	0,1	0,15	0,15		

Alergény: 1 - Obilniny, 7 - Mlieko

Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :	36	42	48	54	
šťava :	80	100	120	160	
Hmotnosť spolu:	116	142	168	214	

Technologický postup:

Bravčové mäso umyjeme vcelku pod tečúcou vodou, osušíme a nakrájame na kocky. Na oleji opražíme očistenú, pokrájanú cibuľu, pridáme pokrájané mäso a spolu opečieme. Do zmesi mäsa a cibule pridáme mletú červenú papriku, osolíme, podlejeme vodou a dusíme. Keď je mäso mäkké, šťavu zahustíme nasucho opraženou múkou rozriedenou mliekom a smotanou. Povaríme ešte 20 minút.

Príloha: cestovina, halušky.

Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

[illegible]