

7.031 - Bravčový rezeň belehradský

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	0,4	0,4	0,6	0,6	0,7	0,7	0,9	0,9		
Múka hladká	kg	0,2	0,2	0,25	0,25	0,3	0,3	0,4	0,4		
Cesnak	kg	0,1	0,08	0,15	0,12	0,15	0,12	0,2	0,16		
Zemiaky	kg	18	12,6	25	17,5	34	23,8	40	28		
Lečo	kg	2	2	3	3	3,5	3,5	4	4		
Soľ	kg	0,05	0,05	0,07	0,07	0,1	0,1	0,13	0,13		
Cibuľa	kg	0,8	0,68	1	0,85	1,2	1,02	1,5	1,27		

Alergény: 1 - Obilniny

Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :	36	42	48	54	
zemiaky :	100	140	180	220	
Hmotnosť spolu:	136	182	228	274	

Technologický postup:

Bravčové karé umyjeme vcelku pod tečúcou vodou a osušíme. Nakrájame na rezne, ktorých okraje narežeme, naklepeme, osolíme a obalíme v múke. Opečieme z oboch strán na časti oleja, podlejeme vriacou vodou a dusíme do mäkka. Na zvyšnom oleji opražíme očistenú pokrájanú cibuľu, očistený prelisovaný cesnak, pridáme umyté, očistené a uvarené zemiaky pokrájané na plátky a lečo bez nálevu, spolu dusíme.

Belehradský rezeň podávame na zemiakoch poliatych zeleninovou šťavou.

Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

[illegible]