

7.035 - Bravčový rezeň vyprážaný *

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			7	7	8	8	9	9		
Soľ	kg			0,08	0,08	0,1	0,1	0,13	0,13		
Múka hrubá	kg			0,8	0,8	1	1	1,2	1,2		
Vajcia	ks			15	0,75	18	0,9	22	1,1		
Mlieko	l			1	1	1,25	1,25	1,5	1,5		
Strúhanka	kg			2	2	2,25	2,25	3	3		
Olej	kg			2,6	2,6	2,9	2,9	3,2	3,2		

Alergény: 1 - Obilniny, 3 - Vajcia, 7 - Mlieko

Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :		90	100	115	
Hmotnosť spolu:		90	100	115	

Technologický postup:

Bravčové karé umyjeme vcelku pod tečúcou vodou a osušíme. Nakrájame na rezne, ktoré mierne naklepeme a osolíme. Pripravené rezne obalíme v múke, vajciach rozšľahaných v mlieku a strúhanke. Vyprážame po oboch stranách v horúcom oleji. Použitím hrubej múky sú rezne krehké.

Príloha: zemiaky na rôzne spôsoby, dusená ryža, šaláty z čerstvej zeleniny, ovocný kompót, zeleninová obloha.

Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

[illegible]