

7.038 - Horehronský 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			7	7	8	8	9	9		
Olej	kg			2,7	2,7	3	3	3,5	3,5		
Mlieko	l			1,2	1,2	1,5	1,5	1,8	1,8		
Vajcia	ks			15	0,75	20	1	25	1,25		
Múka hladká	kg			0,8	0,8	0,9	0,9	1,1	1,1		
Soľ	kg			0,1	0,1	0,15	0,15	0,2	0,2		
Zemiaky	kg			3	1,95	4	2,6	5	3,25		
Múka polohrubá	kg			1,2	1,2	1,4	1,4	1,6	1,6		
Cesnak	kg			0,1	0,09	0,1	0,09	0,15	0,13		

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

Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :		105	120	135	
Hmotnosť spolu:		105	120	135	

Technologický postup:

Bravčové karé umyjeme vcelku pod tečúcou vodou, osušíme a nakrájame na rezne. Rezne mierne naklepeme, osolíme a obalíme v hladkej múke. Pripravené rezne namáčame do zemiakového cestíčka: zemiaky umyjeme, očistíme, postrúhame, pridáme vajcia, polohrubú múku, mlieko, očistený, prelisovaný cesnak a nakoniec osolíme. Vyprážame v horúcom oleji.

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

Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

[illegible]