

9.004 - Kurací paprikáš

Kategória: Pokrmy z hydiny

Počet porcií: 100

Druh Surovín	Veková skupina										
	MJ	A		B		C		D			
		Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
Kuracie stehná b. k.	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		
Smotana 12%	l	0,5	0,5	0,75	0,75	0,85	0,85	1	1		
Múka hladká	kg	0,35	0,35	0,5	0,5	0,65	0,65	0,8	0,8		
Cibuľa	kg	0,5	0,42	1	0,85	1	0,85	1,5	1,27		
Korenie čierne mleté	kg					0,01	0,01	0,02	0,02		
Soľ	kg	0,06	0,06	0,08	0,08	0,1	0,1	0,12	0,12		
Paprika červená mletá	kg	0,04	0,04	0,06	0,06	0,08	0,08	0,1	0,1		
Ochucovadlo	kg			0,02	0,02	0,03	0,03	0,04	0,04		
Mlieko	l	2	2	3	3	4	4	5	5		

Alergény: 1 - Obilniny, 7 - Mlieko

Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :	36	42	48	54	
šťava :	80	100	110	120	
Hmotnosť spolu:	116	142	158	174	

Technologický postup:

Vykostené kuracie stehná umyjeme, osušíme a nakrájame na kocky. Očistenú pokrúžanú cibuľu opražíme na oleji a pridáme pokrúžané mäso, ktoré opečieme. Opečené mäso osolíme, posypeme mletou červenou paprikou, mletý čiernym korením a podlejeme vodou.

Prikryté dusíme do mäkka. Štavu zahustíme nasucho opraženou múkou rozšľahanou s mliekom, dochutíme ochucovadlom a smotanou, a ešte 20 minút varíme.

Príloha: halušky, rôzne cestoviny.

Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

[illegible]