

### 9.006 - Kurací rezeň obal'ovaný v syre \*

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 prsia b. k.	kg			7	7	8	8	9	9		
Olej	kg			2	2	2,5	2,5	3	3		
Syr tvrdý	l			1	1	1,1	1,1	1,2	1,2		
Vajcia	kg			20	1	22	1,1	24	1,2		
Múka hladká	kg			1	1	1,1	1,1	1,2	1,2		
Soľ	kg			0,09	0,09	0,12	0,12	0,15	0,15		
Cesnak	kg			0,1	0,09	0,1	0,09	0,15	0,13		
Paprika červená mletá	kg			0,02	0,02	0,03	0,03	0,04	0,04		

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

### Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :		75	85	95	
<b>Hmotnosť spolu:</b>		75	85	95	

### Technologický postup:

Kuracie prsia umyjeme, osušíme a nakrájame na rezne. Jemne naklepeme, osolíme a potrieme prelisovaným cesnakom. Obalíme najskôr v rozšľahaných vajciach, zmesí z múky, strúhaného syra a mletej červenej papriky. Po oboch stranách vyprážame v horúcom oleji.

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

### Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

[illegible]