

9.020 - Kuracie prsia s broskyňami

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	6	6	7	7	8	8	9	9		
Cibuľa	kg	0,6	0,51	0,7	0,59	0,8	0,68	1	0,85		
Soľ	kg	0,06	0,06	0,08	0,08	0,1	0,1	0,15	0,15		
Hrozienka	kg	0,4	0,4	0,5	0,5	0,6	0,6	0,7	0,7		
Kompót broskyňový	kg	1,5	1,5	2	2	2,5	2,5	3	3		
Vajcia	ks	12	0,6	16	0,8	19	0,95	22	11		
Múka hladká	kg	0,3	0,3	0,4	0,4	0,4	0,4	0,5	0,5		
Olej	kg	0,3	0,3	0,5	0,5	0,7	0,7	0,9	0,9		

Alergény: 1 - Obilniny, 3 - Vajcia

Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :	36	42	48	54	
šťava :	70	70	80	100	
Hmotnosť spolu:	106	112	128	154	

Technologický postup:

Kuracie prsia umyjeme, osušíme, nakrájame na tenké rezance a rýchlo opražíme na oleji. Pridáme očistenú pokrúpanú cibuľu, osolíme, premiešame, zalejeme malým množstvom vody a dusíme. K mäkkému mäsu pridáme umyté hrozienka, na rezance pokrúpaný broskyňový kompót bez nálevu a natvrdo uvarené vajcia. Šťavu zahustíme nasucho opraženou múkou a varíme 20 minút.

Príloha: zemiaky na rôzne spôsoby, dusená ryža.

Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

[illegible]