

9.023 - Kuracie prsia vyprážené *

Kategória: Pokrmy z hydiny

Počet porcií: 100

Druh Surovin	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			2,5	2,5	3	3	3,5	3,5		
Vajcia	ks			20	1	22	1,1	24	1,2		
Strúhanka	kg			2	2	2,5	2,5	3	3		
Múka hladká	kg			0,8	0,8	1	1	1,2	1,2		
Soľ	kg			0,1	0,1	0,12	0,12	0,15	0,15		
Mlieko	l			1	1	1,25	1,25	1,5	1,5		

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

Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :		85	100	120	
Hmotnosť spolu:		85	100	120	

Technologický postup:

Kuracie prsia umyjeme, osušíme, narežeme rezne, jemne naklepeme a osolíme. Obaľujeme v múke, rozšľahaných vajíčkach s mliekom a v preosiatej strúhanke. Takto upravené rezne vyprážame v oleji po oboch stranách.

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

Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

[illegible]