

9.030 - Kurča pečené s plnkou

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
Kurča	kg	12	12	15	15	17,5	17,5	22,5	22,5		
Maslo	kg	0,1	0,1	0,15	0,15	0,2	0,2	0,2	0,2		
Olej	kg	0,3	0,3	0,4	0,4	0,5	0,5	0,7	0,7		
Mlieko	l	1,4	1,4	1,7	1,7	1,8	1,8	2	2		
Vajcia	ks	14	0,7	16	0,8	20	1	24	1,2		
Petržlenová vňať	kg	0,1	0,09	0,1	0,09	0,1	0,09	0,15	0,13		
Majorán	kg	0,01	0,01	0,01	0,01	0,02	0,02	0,02	0,02		
Korenie čierne mleté	kg					0,01	0,01	0,02	0,02		
Soľ	kg	0,07	0,07	0,1	0,1	0,12	0,12	0,15	0,15		
Sendvič	kg	2	2	3	3	3,5	3,5	4	4		
Múka hladká	kg	0,1	0,1	0,1	0,1	0,15	0,15	0,2	0,2		
Cibuľa	kg	0,2	0,17	0,4	0,34	0,5	0,42	0,6	0,41		

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

Hmotnosť porcie v gramoch

mäso :	95	135	170	205	
šťava :	20	30	40	50	
Hmotnosť spolu:	115	165	210	255	

Technologický postup:

Kurčatá (celé s košťou) umyjeme, osušíme, osolíme, potrieme olejom, naplníme plnkou, podlejeme vodou a prikryté pečieme. Pred dopečením odkryjeme. Upečené kurčatá vyberieme, šťavu zahustíme nasucho opraženou múkou a ešte 20 minút varíme. Kurčatá porciujeme s plnkou. Plnku môžeme piecť aj samostatne.

Plnka: Žltky vymiešame s maslom, pridáme v mlieku namočený a vytlačený sendvič, soľ, čierne mleté korenie, umytú posekanú petržlenovú vňať, majorán, očistenú pokrájanú cibuľu a všetko dobre premiešame. Z bielkov vyšľaháme tuhý sneh, ktorý zľahka zamiešame do plnky.

Príloha: zemiaky na rôzne spôsoby, dusená ryža, šaláty z čerstvej zeleniny, ovocný kompót.

Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

[illegible]