

9.032 - Morčací perkelt

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
Morčacie prsia 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	0,9	0,9		
Smotana 12%	l	0,5	0,5	0,75	0,75	0,85	0,85	1	1		
Múka hladká	kg	0,4	0,4	0,5	0,5	0,7	0,7	0,75	0,75		
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	0,12	0,12	0,15	0,15		
Paprika červená mletá	kg	0,04	0,04	0,06	0,06	0,08	0,08	0,1	0,1		
Voda	l	5	5	6	6	7	7	8	8		

Alergény: 1 - Obilniny, 7 - Mlieko

Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :	36	42	48	54	
šťava :	80	100	110	130	
Hmotnosť spolu:	116	142	158	184	

Technologický postup:

Morčacie prsia umyjeme, osušíme nakrájame na kocky. Cibul'u očistíme, nakrájame, speníme na oleji, vložíme pokrájané mäso, ktoré opečieme, pridáme mletú červenú papriku, soľ, mleté čierne korenie, podlejeme horúcou vodou a dusíme do mäkka. Mäkké mäso vyberieme, šťavu zahustíme nasucho opraženou múkou rozšľahanou v smotane a ešte 20 minút varíme.

Príloha: halušky, rôzne cestoviny.

Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

[illegible]