

### 9.034 - Morčacie prsia na pražský spôsob

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		
Vajcia	ks	9	0,45	9	0,45	12	0,6	14	0,7		
Hrášok sterilizovaný	kg	0,3	0,3	0,3	0,3	0,4	0,4	0,5	0,5		
Šunka dusená	kg	0,3	0,3	0,3	0,3	0,4	0,4	0,5	0,5		
Olej	kg	0,5	0,5	0,6	0,6	0,7	0,7	0,9	0,9		
Cibuľa	kg	0,5	0,42	0,6	0,51	0,7	0,59	0,8	0,68		
Múka hladká	kg	0,4	0,4	0,5	0,5	0,6	0,6	0,7	0,7		
Soľ	kg	0,06	0,06	0,08	0,08	0,12	0,12	0,15	0,15		
Horčica	kg	0,05	0,05	0,1	0,1	0,15	0,15	0,2	0,2		

**Alergény:** 1 - Obilniny, 3 - Vajcia, 10 - Horčica

### Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :	43	53	64	70	
šťava :	50	50	60	70	
<b>Hmotnosť spolu:</b>	93	103	124	140	

### Technologický postup:

Morčacie prsia umyjeme, osušíme, nakrájame na väčšie pláty, naklepeme, osolíme a potrieme horčicou. Na časti oleja pripravíme z vajíec, hrášku bez nálevu a nakrájanej šunky praženicu, ktorou plníme pripravené mäso. Naplnené rolády zaistíme ihlou a opečieme na oleji. Pridáme očistenú nakrájanú cibuľu, podlejeme vodou a dusíme do mäkkka. Mäkké mäso vyberieme, odstránime ihly a nakrájame na porcie. Šťavu zahustíme nasucho opraženou múkou a varíme ešte 20 minút.

Prílohy: zemiaky na rôzne spôsoby, dusená ryža, šaláty z čerstvej zeleniny, zeleninová obloha.

### Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

[illegible]