

### 9.036 - Morčacie prsia poľovnícke \*

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		
Cibuľa	kg	0,8	0,68	0,9	0,76	1	0,85	1,2	1,02		
Múka hladká	kg	0,2	0,2	0,3	0,3	0,35	0,35	0,6	0,6		
Olej	kg	0,35	0,35	0,5	0,5	0,7	0,7	0,9	0,9		
Soľ	kg	0,07	0,07	0,09	0,09	0,12	0,12	0,15	0,15		
Slanina údená bez kože	kg			0,3	0,3	0,4	0,4	0,5	0,5		
Mrkva	kg	1,5	1,2	1,7	1,36	2	1,6	2,5	2		
Zeler	kg	0,5	0,4	0,6	0,5	0,8	0,6	0,9	0,7		
Petržlen	kg	0,5	0,4	0,6	0,5	0,7	0,6	0,9	0,7		
Šunka dusená	kg	0,1	0,1								
Paradajkový pretlak	kg	0,25	0,25	0,3	0,3	0,35	0,35	0,4	0,4		
Citróny	kg	0,1	0,04	0,2	0,08	0,3	0,12	0,3	0,12		

Alergény: 1 - Obilniny, 9 - Zeler

### Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :	36	42	48	54	
šťava :	75	90	110	130	
<b>Hmotnosť spolu:</b>	111	132	158	184	

### Technologický postup:

Morčacie prsia umyjeme, osušíme, pokrájame na kocky. Na oleji speníme očistenú pokrájanú cibuľu, pridáme slaninu (MŠ šunku), pokrájané mäso a opečieme. Koreňovú zeleninu očistíme, pokrájame na kocky pridáme k mäsu, osolíme, podlejeme horúcou vodou a dusíme do mäkka. Šťavu zahustíme nasucho opraženou múkou, pridáme paradajkový pretlak, dochutíme citrónovou šťavou a ešte 20 minút varíme.

Príloha: dusená ryža, tarhoňa.

### Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

[illegible]