

9.053 - Paella s kuracím mäsom

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
Ryža šafránová	kg	4	4	5	5	6	6	7	7		
Ryža guľatá	l	2	2	2	2	2	2	3	3		
Kuracie stehná b. k.	kg	6	6	7	7	8	8	9	9		
Paradajky	kg	1,5	1,35	2	1,8	2,5	2,25	3,5	3,15		
Kukurica sterilizovaná	kg	0,4	0,4	0,6	0,6	0,8	0,8	1	1		
Olivy čierne	kg	0,2	0,2	0,3	0,3	0,4	0,4	0,5	0,5		
Sof	kg	0,05	0,05	0,08	0,08	0,1	0,1	0,12	0,12		
Olej	kg	0,55	0,55	0,75	0,75	0,95	0,95	1,2	1,2		

Alergény:

Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :	200	230	280	310	
Hmotnost' spolu:	200	230	280	310	

Technologický postup:

Kuracie vykostoné stehná umyjeme, osušíme, nakrájame na rezance, osolíme, prudko opečieme na oleji a dusíme do mäkká. Šafranovú ryžu zmiešame s ryžou guľatou a pripravíme tradičným spôsobom. K polomäkkej ryže pridáme nakrájané vykôstkované čierne olivy bez nálevu a kukuricu bez nálevu, necháme ešte 20 minút dodusiť. Do horúcej ryže vmiešame očistené, umyté na kocky nakrájané paradajky. Mäso podávame naservírované v stredu ryže.

Príloha: zeleninová obloha, šaláty z čerstvej zeleniny.

Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

[illegible]