

9.062 - Hydinová roláda

Kategória: Pokrmy z hydiny

Počet porcií: 100

[illegible]

Alergény: 7 - Mlieko, 9 - Zeler

Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :	60	75	90	105	
Hmotnosť spolu:	60	75	90	105	

Technologický postup:

Hydinové mäso umyjeme a osušíme. Plátky jemne naklepeme, potrieme ajvarom, očisteným prelisovaným cesnakom, osolíme, posypeme bielym korením a umytou, posekanou petržlenovou vňaťou. Zeler očistíme, umyjeme, postrúhame na hrubo, jablká ošúpeme a pokrájame na drobno, rovnako aj sušené slivky. Touto zmesou naplníme plátky, ktoré zvinieme, previažeme niťou, sprudka opečieme na oleji, podlejeme troškou vody a pečieme 20-25 minút pri teplote 200°C. Počas pečenia obraciame. Upečené rolády vyberieme, zbavíme nití a pokrájame. Výpek zahustíme kukuričným škrobom a smotanou. Povaríme 20 minút.

Príloha: zemiaková kaša, dusená ryža, šaláty z čerstvej zeleniny.

Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

[illegible]