

10.006 - Fishburger

Kategória: Pokrmy z rybieho mäsa

Počet porcií: 100

| Druh Surovín | Veková skupina | | | | | | | | | | |
|--------------------|----------------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| | MJ | A | | B | | C | | D | | | |
| | | Hrubá | Čistá | Hrubá | Čistá | Hrubá | Čistá | Hrubá | Čistá | Hrubá | Čistá |
| Rybíe filé | kg | | | 8 | 8 | 9 | 9 | 10 | 10 | | |
| Soľ | kg | | | 0,1 | 0,1 | 0,15 | 0,15 | 0,2 | 0,2 | | |
| Múka hladká | kg | | | 0,9 | 0,9 | 1 | 1 | 1,2 | 1,2 | | |
| Vajcia | ks | | | 15 | 0,75 | 25 | 1,25 | 30 | 1,5 | | |
| Strúhanka | kg | | | 2 | 2 | 2,5 | 2,5 | 3 | 3 | | |
| Olej | kg | | | 2,5 | 2,5 | 2,8 | 2,8 | 3,2 | 3,2 | | |
| Mlieko | l | | | 1 | 1 | 1,2 | 1,2 | 1,4 | 1,4 | | |
| Žemľa na burger | kg | | | 100 | 8 | 100 | 9 | 100 | 9 | | |
| Dressing jogurtový | kg | | | 0,8 | 0,8 | 1 | 1 | 1,4 | 1,4 | | |
| Syr plátkový | kg | | | 1,2 | 1,2 | 1,2 | 1,2 | 1,2 | 1,2 | | |
| Paradajky | kg | | | 1 | 1 | 1,3 | 1,3 | 1,5 | 1,5 | | |

Alergény: 1 - Obilniny, 3 - Vajcia, 4 - Ryby, 7 - Mlieko

Hmotnosť porcie v gramoch

| | | | | | |
|------------------------|--|-----|-----|-----|--|
| porcia : | | 115 | 131 | 140 | |
| mäso : | | 50 | 54 | 60 | |
| | | | | | |
| Hmotnosť spolu: | | 165 | 185 | 200 | |

Technologický postup:

Rybie filé pokrájame na porcie a osolíme. Pripravené rybie filé obalíme v múke, pripravenom cestíčku z mlieka a vajec, a nakoniec obalíme v strúhanke. Vyprážame v horúcom tuku po oboch stranách. Žemle rozkrojíme, zvnútra ich opečieme na grile, potrieme dresingom a uložíme plátok syra, vypráženú rybu, na plátky pokrúpané paradajky a priložíme druhú časť žemle. Servírujeme.

Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

[illegible]