

10.025 - Losos s bylinkami

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
Losos	kg	6	6	7	7	8	8	9	9		
Olej	kg	0,2	0,2	0,3	0,3	0,4	0,4	0,5	0,5		
Maslo	kg	0,2	0,2	0,2	0,2	0,25	0,25	0,3	0,3		
Soľ	kg	0,08	0,08	0,1	0,1	0,1	0,1	0,15	0,15		
Cesnak	kg	0,1	0,09	0,12	0,11	0,15	0,13	0,2	0,18		
Petržlenová vňať	kg	0,1	0,07	0,15	0,12	0,2	0,15	0,2	0,15		
Bazalka	kg	0,1	0,07	0,15	0,11	0,2	0,15	0,2	0,15		
Citróny	kg	1	0,045	1,5	0,6	2	0,8	2	0,8		

Alergény: 4 - Ryby, 7 - Mlieko

Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :	48	56	65	73	
Hmotnosť spolu:	48	56	65	73	

Technologický postup:

Lososa umyjeme, nakrájame na porcie, osolíme a potrieme olejom Poukladáme do vymasteného pekáča, posypeme očisteným prelisovaným cesnakom, posekanými bylinkami, pokvapkáme citrónovou šťavou a na každú porciu položíme kúsok masla. Pečieme v rúre.

Príloha: rôzne druhy omáčok (syrová, kôprová, chrenová, hubová), zemiaky na rôzne spôsoby.

Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

[illegible]