

13.001 - Bravčovinky

Kategória: Pokrmy z mletého mäsa a polomäsité pokrmy

Počet porcií: 100

Druh Surovín	Veková skupina										
	MJ	A		B		C		D			
		Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
Bravčové plece b. k.	kg	5	5	6	6	7	7	8	8		
Cibuľa	kg	1,5	1,28	1,5	1,28	2	1,7	2	1,7		
Soľ	kg	0,07	0,07	0,1	0,1	0,12	0,12	0,15	0,15		
Olej	kg	0,3	0,3	0,5	0,5	0,7	0,7	0,9	0,9		
Paprika červená mletá	kg	0,03	0,03	0,05	0,05	0,05	0,05	0,08	0,08		
Mlieko	l	1	1	1,5	1,5	2	2	2,5	2,5		
Pečivo	kg	0,8	0,8	1	1	1,2	1,2	1,4	1,4		
Horčica	kg	0,6	0,6	0,8	0,8	1	1	1,5	1,5		

Alergény: 1 - Obilniny, 7 - Mlieko, 10 - Horčica

Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :	50	65	75	85	
Hmotnosť spolu:	50	65	75	85	

Technologický postup:

Umyté, osušené mäso pomelieme na hrubo. Pridáme v mlieku namočené vytlačené pečivo, soľ a mletú červenú papriku. Všetko dobre premiešame, formujeme placky, ktoré pečieme v rúre na olejom vymastenom plechu. Bravčovinky podávame s horčicou a očistenou nakrájanou cibulou.

Príloha: zemiaky na rôzne spôsoby, šaláty z čerstvej zeleniny, zeleninová obloha.

Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

[illegible]