

13.014 - Kahirské špagety

Kategória: Pokrmý z mletého mäsa a polomäsité pokrmý

Počet porcií: 100

Druh Surovín	Veková skupina										
	MJ	A		B		C		D			
		Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
Hovädzie zadné b. k.	kg	5	5	6	6	7	7	8,5	8,5		
Špagety	kg	4	4	6	6	7	7	8	8		
Cibuľa	kg	0,5	0,43	0,7	0,6	0,8	0,68	1	0,85		
Olej	kg	0,3	0,3	0,5	0,5	0,7	0,7	0,8	0,8		
Soľ	kg	0,08	0,08	0,12	0,12	0,15	0,15	0,2	0,2		
Syr tvrdý	kg	0,7	0,7	1	1	1,2	1,2	1,5	1,5		
Paradajkový pretlak	kg	0,8	0,8	1,5	1,5	1,5	1,5	2	2		

Alergény: 1 - Obilniny, 7 - Mlieko

Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :	180	240	280	320	
Hmotnosť spolu:	180	240	280	320	

Technologický postup:

Cestovinu uvaríme v slanej vode, scedíme, prepláchneme vodou a pomastíme malou časťou oleja. Na zvyšnom oleji speníme očistenú pokrájanú cibuľu, pridáme nahrubo pomleté mäso, soľ, paradajkový pretlak, opražíme, zalejeme vodou a dusíme do mäčka. Pri podávaní cestovinu polejeme omáčkou a posypeme strúhaným syrom.

Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

[illegible]