

13.019 - Karbonátok pečený

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
Hovädzie zadné b. k.	kg	1,5	1,5	2	2	2,5	2,5	2,5	2,5		
Bravčové plece b. k.	kg	3,5	3,5	4	4	4,5	4,5	5,5	5,5		
Soľ	kg	0,1	0,1	0,15	0,15	0,15	0,15	0,2	0,2		
Vajcia	ks	10	0,5	13	0,65	15	0,75	20	1		
Olej	kg	0,4	0,4	0,7	0,7	0,8	0,8	1	1		
Mlieko	l	1,5	1,5	2	2	2,5	2,5	3	3		
Múka hladká	kg	0,2	0,2	0,3	0,3	0,5	0,5	0,6	0,6		
Strúhanka	kg	0,5	0,5	0,7	0,7	0,8	0,8	1	1		
Cibuľa	kg	0,3	0,15	0,5	0,42	0,8	0,68	0,8	0,68		
Korenie čierne mleté	kg			0,01	0,01	0,01	0,01	0,02	0,02		
Majorán	kg	0,01	0,01	0,01	0,01	0,01	0,01	0,01	0,01		
Cesnak	kg	0,1	0,09	0,15	0,13	0,15	0,13	0,2	0,18		
Sendvič	kg	1	1	1,4	1,4	1,4	1,4	2	2		

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

Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :	60	80	95	110	
Hmotnosť spolu:	60	80	95	110	

Technologický postup:

Mäso umyjeme vcelku, každé zvlášť. Sendvič namočíme v mlieku a pomelieme spolu s mäsom a očistenou cibuľou. Osolíme, pridáme očistený prelisovaný cesnak, mleté čierne korenie, majorán, vajcia a múku. Masu dobre premiešame a formujeme rezne, ktoré obalujeme v strúhanke a pečieme vo vymastenom pekáči.

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

Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

[illegible]