

13.036 - Mäsové krokety

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	2,2	2,2	2	2	2,5	2,5	2,5	2,5		
Bravčové plece b. k.	kg	3,3	3,3	4	4	4,5	4,5	5,5	5,5		
Soľ	kg	0,08	0,08	0,1	0,1	0,12	0,12	0,15	0,15		
Vajcia	ks	10	0,5	13	0,65	16	0,8	20	1		
Olej	kg	1	1	1,5	1,5	1,8	1,8	2	2		
Mlieko	l	1,2	1,2	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5		
Múka hladká	kg	0,5	0,5	0,7	0,7	0,8	0,8	0,9	0,9		
Strúhanka	kg	1,1	1,1	1,2	1,2	1,2	1,2	1,5	1,5		
Cibuľa	kg	0,1	0,08	0,5	0,42	0,8	0,68	0,8	0,68		
Korenie čierne mleté	kg					0,01	0,01	0,02	0,02		

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

Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :	60	70	80	100	
Hmotnosť spolu:	60	70	80	100	

Technologický postup:

Umyté mäso vcelku pomelieme. Na časti oleja speníme očistenú nadrobno pokrúšanú cibuľu, pridáme múku a opražíme. Múka zalejeme mliekom, rozšľaháme a uvaríme na hustú kašu. Pridáme pomleté mäso, soľ, čierne mleté korenie, vajcia a podľa potreby strúhanku. Na doske formujeme malé krokety, ktoré na vymastenom pekáči rýchlo opečieme. Podlejeme vodou a pomaly dopekáme. Mäso dobre prepečieme.

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

Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

[illegible]