

## 13.039 - Mäsový nákyp

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		
Olej	kg	0,3	0,3	0,5	0,5	0,7	0,7	0,9	0,9		
Cibuľa	kg	0,5	0,42	0,6	0,5	0,7	0,6	0,8	0,68		
Sol'	kg	0,07	0,07	0,1	0,1	0,12	0,12	0,15	0,15		
Vajcia	ks	16	0,8	20	1	24	1,2	28	1,4		
Maslo	kg	0,1	0,1	0,15	0,15	0,2	0,2	0,3	0,3		
Sendvič	kg	1,1	1,1	1,4	1,4	1,7	1,7	2,2	2,2		
Mlieko	l	1,2	1,2	1,4	1,4	1,7	1,7	2,3	2,3		
Korenie čierne celé	kg			0,01	0,01	0,01	0,01	0,02	0,02		
Strúhanka	kg	0,25	0,25	0,35	0,35	0,5	0,5	0,7	0,7		
Petržlenová vňať	kg	0,1	0,07	0,1	0,07	0,1	0,07	0,1	0,07		

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

### Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :	65	80	95	115	
<b>Hmotnosť spolu:</b>	65	80	95	115	

### Technologický postup:

Umyté mäso pomelieme. Očistenú, nadrobno pokrújanú cibuľu speníme na časti oleja, pridáme pomleté mäso, soľ, mleté čierne korenie, opražíme, podlejeme vodou a podusíme. Sendvič nakrájame na plátky, navlhčíme mliekom, pomelieme a zmiešame s mäsom. Pridáme žltka, umytú posekanú petržlenovú vňať a zľahka vmiešame vyšľahaný sneh z bielkov. Dáme do vymasteného a strúhankou vysypaného pekáča, pokvapkáme maslom a upečieme.

Príloha: zemiaky na rôzne spôsoby, šaláty z čerstvej zelelniny, zeleninová obloha, ovocný kompót.

### Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

[illegible]