

13.041 - Mletý rezeň so syrom *

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	3	3	4	4	4,5	4,5	5,5	5,5		
Hovädzie zadné b. k.	kg	2	2	2	2	2,5	2,5	2,5	2,5		
Vajcia	ks	8	0,4	8	0,4	10	0,5	12	0,6		
Múka hladká	kg	0,5	0,5	0,6	0,6	0,7	0,7	1	1		
Cibuľa	kg	0,2	0,17	0,3	0,25	0,4	0,34	0,8	0,68		
Syr tvrdý	kg	0,8	0,8	1	1	1,2	1,2	1,5	1,5		
Soľ	kg	0,08	0,08	0,1	0,1	0,12	0,12	0,15	0,15		
Korenie čierne mleté	kg			0,01	0,01	0,01	0,01	0,02	0,02		
Olej	kg	0,35	0,35	2,2	2,2	2,5	2,5	3	3		
Cestíčko:											
Mlieko	l			1,2	1,2	1,75	1,75	3,5	3,5		
Múka hladká	kg			0,9	0,9	1,2	1,2	1,8	1,8		
Vajcia	ks			16	0,8	20	1	25	1,25		

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

Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :	65	90	110	130	
Hmotnosť spolu:	65	90	110	130	

Technologický postup:

Umyté mäso zomelieme, pridáme postrúhaný syr, očistenú nadrobno pokrújanú cibuľu, mleté čierne korenie, vajcia a časť hladkej múky, osolíme a premiešame. Z masy formujeme rezne, ktoré obaľujeme v múke a v cestičku, ktoré si pripravíme z mlieka, múky a vajec. Rezne vyprážame v horúcom oleji (MŠ rezne obalíme v múke a pečieme vo vymastenom pekáči).

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

Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

[illegible]