

13.042 - Nemecký biftek

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	0,5	0,5	1,7	1,7	1,8	1,8	1,9	1,9		
Mlieko	l	1	1	1,2	1,2	1,5	1,5	1,8	1,8		
Syr tvrdý	kg	1	1	1,2	1,2	1,5	1,5	1,7	1,7		
Vajcia	ks	10	0,5	15	0,75	20	1	25	1,25		
Pečivo	kg	1	1	1,5	1,5	1,8	1,8	2	2		
Kečup jemný	kg	0,4	0,4	0,5	0,5	0,7	0,7	1	1		
Cibuľa	kg	0,2	0,17	0,4	0,37	0,4	0,37	0,8	0,74		
Soľ	kg	0,08	0,08	0,12	0,12	0,15	0,15	0,2	0,2		
Korenie čierne mleté	kg			0,01	0,01	0,01	0,01	0,02	0,02		

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

Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :	75	95	120	140	
Hmotnosť spolu:	75	95	120	140	

Technologický postup:

Mäso vcelku umyjeme a pomelieme spolu s pečivom namočeným v mlieku, pridáme očistenú cibuľu. Do zmesi pridáme vajcia, čierne mleté korenie, osolíme a dobre premiešame. Formujeme malé rezne, ktoré opekáme na horúcom oleji po oboch stranách. Takto opečené rezne ukladáme do vymasteného pekáča. Na každý rezeň dáme plátok syra, kečup a zapečieme v rúre 20 minút.

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

Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

[illegible]