

13.056 - Šampiňónové fašírky s bravčovým mäsom *

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		
Šampiňóny čerstvé	kg			8	6,8	9	7,65	10	8,5		
Soľ	kg			0,1	0,1	0,12	0,12	0,15	0,15		
Vajcia	ks			15	0,75	20	1	25	1,25		
Olej	kg			2,3	2,3	2,8	2,8	3,2	3,2		
Strúhanka	kg			1,5	1,5	2	2	2,5	2,5		
Cibuľa	kg			1	0,85	1,5	1,27	2	1,7		
Korenie čierne mleté	kg			0,01	0,01	0,02	0,02	0,03	0,03		
Paprika červená mletá	kg			0,05	0,05	0,08	0,08	0,1	0,1		
Vegeta bez glutamanu	kg			0,05	0,05	0,1	0,1	0,1	0,1		
Cesnak	kg			0,05	0,04	0,06	0,05	0,1	0,09		

Alergény: 1 - Obilniny, 3 - Vajcia

Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :		95	115	125	
Hmotnost' spolu:		95	115	125	

Technologický postup:

Mäso umyjeme, osušíme a pomelieme. Umyté, očistené šampiňóny oblanžujeme v slanej vode. Vyberieme, necháme vychladnúť a zomelieme. Na časti oleja opražíme očistenú nakrájanú cibuľu a pridáme umyté mleté mäso. Mäso dochutíme soľou, ochucovadlom, čiernym mletým korením, pridáme červenú mletú papriku, vajcia, prelisovaný cesnak a časť strúhanky. Z masy formujeme fašírky, ktoré obalujeme v strúhanke a vyprážame v horúcom oleji.

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

Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

[illegible]