

14.040 - Švajčiarsky tofu rezeň *

Kategória: Pokrmy bezmäsité

Počet porcií: 100

Druh Surovín	Veková skupina										
	MJ	A		B		C		D			
		Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
Syr Tofu údený	kg			7	7	8	8	9	9		
Šunka dusená	kg			1	1	1,2	1,2	1,5	1,5		
Syr tvrdý	kg			1	1	1,2	1,2	1,5	1,5		
Múka hladká	kg			0,6	0,6	0,7	0,7	0,8	0,8		
Mlieko	l			1	1	1	1	1	1		
Vajcia	ks			18	0,9	20	1	22	1,1		
Strúhanka	kg			1,5	1,5	2	2	2,5	2,5		
Olej	kg			3	3	3,3	3,3	3,5	3,5		

Alergény: 1 - Obilniny, 3 - Vajcia, 6 - Sója, 7 - Mlieko

Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :		110	130	150	
Hmotnosť spolu:		110	130	150	

Technologický postup:

Syr tofu nakrájame na plátky. Na každý plátok položíme plátok šunky a syra. Obalíme v múke, namočíme do rozšľahaných vajíčok s mliekom a obalíme v strúhanke. Vyprážame v horúcom oleji.

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

Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

[illegible]