

26.002 - Ragú z daniela s brusnicovou omáčkou

Kategória: Pokrmy zo zveriny

Počet porcií: 100

Druh Surovín	Veková skupina										
	MJ	A		B		C		D			
		Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
Stehno z daniela	kg	6	6	7	7	8	8	9	9		
Koreňová zelenina	kg	2,4	2	2,8	2,24	3,2	2,56	3,6	2,88		
Cibuľa	kg	0,94	0,8	1,1	0,93	1,26	1,07	1,42	1,2		
Korenie čierne celé	kg					0,01	0,01	0,01	0,01		
Korenie nové	kg			0,01	0,01	0,01	0,01	0,02	0,02		
Tymian	kg	0,01	0,01	0,01	0,01	0,01	0,01	0,01	0,01		
Rozmarín	kg	0,01	0,01	0,01	0,01	0,01	0,01	0,02	0,02		
Smotana 12%	l	0,4	0,4	0,47	0,47	0,53	0,53	0,6	0,6		
Kompót brusnicový	kg	1	1	1,17	1,17	1,33	1,33	1,5	1,5		
Soľ	kg	0,05	0,05	0,06	0,06	0,07	0,07	0,08	0,08		
Olej	kg	0,3	0,3	0,35	0,35	0,4	0,4	0,45	0,45		
Múka hladká	kg	0,33	0,33	0,39	0,39	0,44	0,44	0,5	0,5		
Maslo	kg	0,33	0,33	0,39	0,39	0,44	0,44	0,5	0,5		

Alergény: 1 - Obilniny, 7 - Mlieko

Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :	34	40	46	52	
omáčka :	76	90	102	113	
Hmotnosť spolu:	110	130	148	165	

Technologický postup:

Stehno z daniela si umyjeme vcelku pod tečúcou vodou, osušíme a nakrájame na väčšie kocky. Mäso osolíme, okoreníme, orestujeme na oleji. Zeler, mrkvu, petržlen a cibuľu nakrájame na stredné kocky, nakrájanú cibuľu orestujeme na masle, pridáme zeleninu a dusíme, podlievame vodou. Z masla a múky pripravíme zápražku, vlejeme do zeleniny, zjemníme smotanou, vymixujeme do hladka. Túto omáčku vlejeme na udusené mäso, povaríme, pridáme brusnicový džem a necháme povariť.

Prílohy: zemiaky, knedľa, cestoviny, ryža.

Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

[illegible]