

RECEPTOVÝ LIST

Receptura a kalkulace na 1 porcí

Název receptu: Kuřecí steak s ořechovou šťávou

Stručná charakteristika:

Plátek kuřecího masa s ořechovou šťávou, doplněný bramborovou kaší s celerovou natí a krátce podušenou dýní.

DRUH POTRAVINY	hmotnost v g/ml
 Bramborová kaše s mlékem 2,5kg	150 g
 Drůbeží šťáva 1kg	90 g
 Koření NATUR VEGETA 843g	14 g
 Olivový olej z pokrutin Sansa/Pomace	50 ml
Celerová nať	16 g
Citrónová šťáva	50 ml
Dýně Hokaido	450 g
Hladká mouka	50 g
Kuřecí prsa	700 g
Máslo	16 g
Máslo	40 g
Studená voda	130 ml
Sůl	3 g
Vlašské ořechy loupané	70 g
Voda do šťávy	1000 ml
Voda na zalití	70 ml
Vroucí voda	740 ml
Hmotnost/objem potravin celkem	3639 g/ml

Výrobní postup:

Kuřecí prsa nakrájíme na plátky- porce, mírně naklepeme, okořeníme kořenící směsí natur vegeta a obalíme v hladké mouce. Skládáme do vymaštěné GN a pečeme ve vyhřátém konvektomatu při 140 °C asi 10 minut. Drůbeží šťávu uvaříme podle návodu, přidáme jemně strouhané ořechy a citrónovou šťávu. Ořechovou šťávu nalijeme přes maso, zvolíme kombinovaný provoz a upravujeme při 160 °C asi 10 minut podle zvolené výšky masa. Nakonec pokrm dochutíme citrónovou šťávou. Příprava přílohy : Bramborovou kaši s mlékem připravíme podle návodu. Před výdejem vmícháme překrájenou celerovou nať. Dýni Hokaido omyjeme, vyřízneme jádřinec a hrubě nastrouháme (neloupeme). Vložíme na rozpuštěné máslo, chvíli restujeme a pak zakápneme trochou vody. Dusíme do poloměkka a ochutíme kořenící směsí natur vegeta nejen pro děti. Při podávání k přílohám přidáváme kuřecí steak s ořechovou šťávou.

Alergeny: 1a - Obiloviny obsahující lepek pšeničný a výrobky z nich, 3 - Vejce a výrobky z nich, 7 - Mléko a výrobky z něj včetně laktózy, 8 - Skořápkové plody - lískové ořechy a výrobky z nich, 9 - Celer a výrobky z něj, 12 - Oxid siřičitý o koncentraci nad 10 mg/kg a siřičitany
Alergeny uvedené u receptury se mohou lišit v závislosti na surovinách přidaných k výrobkům Vitana

Sestavil: Kulinářský kolektiv
Vitana food service