

- ◆ různé druhy zeleninových salátů
- ◆ kompoty.

13108 - VEPŘOVÁ KÝTA NA ČESNEKU

10 porcí

1 porce včetně šťávy

A: 84 g z toho 48 g masa

B: 100 g z toho 64 g masa

Plátek pečené vepřové kýty ukrojený přes vlákno, na řezu jsou v mase patrné kousky česneku. Porce jsou přelité řídkou neza-
huštěnou šťávou masité vůně a chuti, částečně ovlivněné čes-
nekem. Maso je šťavnaté.

Výrobní postup:

Opláchnutou vepřovou kýtu protkeme oloupaným česnekem, osolíme a opeříme.

Do pekáče dáme tuk, cibuli nakrájenou na kolečka, vložíme při-
pravené maso a pečeme v rozehřáté troubě. Během pečení
maso přeléváme vypečenou šťávou, obracíme podle potřeby
doléváme teplou vodou.

Měkkou, dozlatova upečenou vepřovou kýtu vyjmeme a šťávu
přecedíme.

Při podávání krájíme přes vlákno a jednotlivé porce podléváme
vlastní šťávou - výpekem.

Vhodné přílohy:

- ◆ vařené brambory,
- ◆ dušené zelí,
- ◆ zelné saláty.

Druh potravin	hmotnost v g			
	A		B	
	hrubá	čistá	hrubá	čistá
vepřová kýta k. u.	750	750	1 000	1 000
česnek	30	27	30	27
sůl	20	20	30	30
pepř mletý	1	1	1	1
tuk	200	200	200	200
cibule	100	85	100	85
voda pitná	400	400	400	400
hmotnost potravin		1 483		1 743
ztráty celkem		643		743
hmotnost hotového výrobku		840		1 000
energetická hodnota v kilojoulech		1 452		1 707