**Jaja – receptury**

|  |  |
| --- | --- |
| **Jaja poszetowe ( w koszulce )** | |
| Normatyw surowcowy | Wykonanie | |
| Jaja 100 g ( 2 szt.)  Woda 500 ml  Ocet 20 ml  Sól do posolenia wody | 1. Zagotować wodę z solą 2. Każde jajo wybić oddzielnie do miseczki 3. Łyżką zrobić w wodzie mocny wir, w który, tuz nad wodą, wlać jajo. Gotować 3 minuty 4. Jajo wiruje, odbija się od dna i wypływa na powierzchnię. Wówczas należy je wyjąć łyżką cedzakową | |

|  |  |
| --- | --- |
| **Jaja nadziewane** | |
| Normatyw surowcowy - 5 porcji | Wykonanie | |
| Jaja 5 szt.  Cebula 50 g  Pieczarki 150 g  Majonez 20 g  Olej 20 g  Sól, pieprz do smaku | 1. Jaja ugotować na twardo 2. Po wystudzeniu obrać i przekroić wzdłuż na pół 3. Wyjąć żółtka 4. Pieczarki obrać, zetrzeć na tarce, usmażyć 5. Cebulę pokroić w kostkę, zeszklić 6. Żółtka rozetrzeć z majonezem, połączyć z przesmażonymi, ostudzonymi pieczarkami i cebulą, doprawić do smaku 7. Napełnić farszem miejsca po żółtku szprycerką lub formując kulki | |

Podawać jako zakąskę. Porcja powinna ważyć 70 g

|  |  |
| --- | --- |
| **Omlet** | |
| Normatyw surowcowy (1 porcja) | Wykonanie | |
| Jaja 100 g ( 2 szt. )  Masło 10 g  Woda 10 g  Sól do smaku | 1. Jaja wybić do naczynia, dodać wodę, sól, roztrzepać na jednolita masę 2. Na patelni rozgrzać masło 3. Masę jajeczną wlać na patelnię i powoli ogrzewać 4. Gdy zetnie się warstwa przylegająca do pstelni, odchylić lekko omlet, aby surowa masa z góry spłynęła na dno patelni 5. Gdy białko zetnie się, powierzchnia omletu będzie jeszcze galaretowata, można nałożyć na środek nadzienie, złożyć i zsunąć z patelni na talerz. **Smażyć tylko z jednej strony** | |

|  |  |
| --- | --- |
| **Omlet biszkoptowy** | |
| Normatyw surowcowy – 1 porcja | Wykonanie | |
| Jaja 100 g( 2 szt.)  Mąka pszenna 14 g  Masło 10 g  Sól do smaku | 1. Białka oddzielić od żółtek, ubić pianę z białek i delikatnie dodawać do niej żółtka. Wymieszać, dodać mąkę i sól, wymieszać 2. Rozgrzać tłuszcz, wyłożyć masę, przykryć, smażyć na wolnym ogniu, odwrócić i dosmażyć | |

**Podawać na słodko z owocami i bitą śmietanką**

|  |  |
| --- | --- |
| **Kotlety z jaj** | |
| Normatyw surowcowy | Wykonanie | |
| Jaja 6 szt.  Mleko 100 ml  Masło 30 g  Bułka tarta 30 g  Bułka czerstwa 50 g  Tłuszcz do smażenia  Szczypiorek 20 g  Sól, pieprz do smaku | 1. Bułkę namoczyć w mleku, lekko odcisnąć 2. 5 jaj ugotować na twardo, obrać, zemleć wraz z bułką tartą 3. Do zmielonej masy dodać roztarte masło, posiekany szczypiorek, przyprawy, surowe jajo. 4. Masę wymieszać, podzielić na 3 części 5. Formować okrągłe kotlety, obtoczyć w tartej bułce, smażyć do zrumienienia z dwóch stron | |

**Podawać jako danie zasadnicze z surówkami, sosami, ziemniakami. Porcja powinna ważyć 100 g**