

14.067 Smotanový posúch**100 porcií****Receptúra**

Potravina	Veková skupina							
	A		B		C		D	
Hmotnosť v kg, l, ks								
	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
múka polohrubá	5,00	5,00	8,50	8,50	10,50	10,50	13,50	13,50
mlieko	3,50	3,50	5,00	5,00	7,00	7,00	9,00	9,00
olej	0,60	0,60	0,80	0,80	1,00	1,00	1,30	1,30
vajcia	10	0,50	13	0,65	17	0,85	22	1,10
droždie	0,30	0,30	0,40	0,40	0,50	0,50	0,65	0,65
soľ	0,05	0,05	0,05	0,05	0,08	0,08	0,08	0,08
múka na dosku	0,40	0,40	0,60	0,60	0,90	0,90	1,00	1,00
kyslá smotana	5,00	5,00	7,00	7,00	8,50	8,50	10,50	10,50
olej na plech	0,30	0,30	0,50	0,50	0,60	0,60	0,70	0,70
hmotnosť porcie v g	150		220		250		300	

Výrobný postup

Z časti mlieka, cukru a droždia si pripravíme kvások, ktorý necháme vykysnúť. Múku preosejeme, pridáme olej, vajcia, zvyšnú časť cukru, soľ, vlažné mlieko a kvások. Vymiesime hladké cesto, ktoré necháme vykysnúť. Keď cesto zväčší objem, premiesime ho, rozdelíme na rovnaké diely a poukladáme na vymastené plechy. Necháme podkysnúť, polejeme kyslou smotanou a upečieme.

Nutričné zloženie 1 porcie

veková skupina	energetická hodnota		bieľkoviny	tuky	kyselina linolová	sacharidy	vláknina	vápnik	železo	Vitamíny				
										A	B ₁	B ₂	C	E
	kJ	kcal	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg
A	1915	476	12,6	18,6	0,8	33,2	1,2	71,8	1,6	0,5	0,21	0,3	6,2	0,7
B	2614	653	15,6	25,0	1,1	56,2	1,8	77,2	1,9	0,8	0,28	0,5	7,1	1,0
C	3360	840	17,9	32,1	1,5	79,2	2,2	101,2	2,4	0,9	0,32	0,7	8,1	1,2
D	3905	976	20,8	36,3	2,1	106,1	2,6	130,2	3,4	1,2	0,50	0,9	8,9	1,5