

20.045 Závin piškótový s džemom**100 porcií****Receptúra**

Potravina	Veková skupina							
	A		B		C		D	
Hmotnosť v kg, l, ks								
	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
múka polo-hrubá	1,25	1,25	1,25	1,25	1,25	1,25	1,50	1,50
múka hladká	0,15	0,15	0,15	0,15	0,15	0,15	0,20	0,20
cukor práškový	1,25	1,25	1,25	1,25	1,25	1,25	1,50	1,50
prášok do pečiva	2	0,02	2	0,02	2	0,02	2	0,02
vajcia	28	1,40	28	1,40	28	1,40	34	1,70
džem	1,50	1,50	1,50	1,50	1,50	1,50	1,90	1,90
cukor práškový	0,15	0,15	0,15	0,15	0,15	0,15	0,15	0,15
hmotnosť porcie v g	45		45		45		55	

Výrobný postup

Žltky s časťou cukru vymiešame do peny, striedavo pridáme preosiatu múku s práškom do pečiva a z bielkov tuhý sneh, vyšľahaný s druhou časťou cukru. Cesto rozotrieme na plech, na ktorý dáme papier na pečenie. Pečieme v dobre vyhriatej rúre. Upečený plát stočíme a necháme vychladnúť. Vychladnuté cesto rozvineme, papier stiahneme, potrieme džemom a znovu zviníme. Závin posypeme práškovým cukrom a krájame.

Nutričné zloženie 1 porcie

veková skupina	energetická hodnota		bielkoviny	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	690	166	3,13	1,7	0,0	33,5	0,6	11,7	0,5	0,042	0,0	0,1	0,5	0,2
B	690	166	3,13	1,7	0,0	33,5	0,6	11,7	0,5	0,042	0,0	0,1	0,5	0,2
C	690	166	3,13	1,7	0,0	33,5	0,6	11,7	0,5	0,042	0,0	0,1	0,5	0,2
D	838	201	3,81	2,1	0,0	40,6	0,8	14,3	0,6	0,052	0,0	0,1	0,6	0,2