**16.060 Špargľová omáčka 100 porcií**

**Receptúra**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Potravina | Veková skupina | | | | | | | |
| A | | B | | C | | D | |
| Hmotnosť v kg, l, ks | | | | | | | | |
|  | Hrubá | Čistá | Hrubá | Čistá | Hrubá | Čistá | Hrubá | Čistá |
| špargľa mrazená | 1,50 | 1,50 | 2,00 | 2,00 | 2,50 | 2,50 | 3,00 | 3,00 |
| smotana | 1,00 | 1,00 | 1,50 | 1,50 | 2,00 | 2,00 | 2,50 | 2,50 |
| mlieko | 2,00 | 2,00 | 2,20 | 2,50 | 3,00 | 3,00 | 3,50 | 3,50 |
| olej | 0,20 | 0,20 | 0,30 | 0,30 | 0,40 | 0,40 | 0,50 | 0,50 |
| soľ | 0,03 | 0,03 | 0,04 | 0,04 | 0,05 | 0,05 | 0,07 | 0,07 |
| syr tvrdý | 0,30 | 0,30 | 0,50 | 0,50 | 0,70 | 0,70 | 1,00 | 1,00 |
| korenie biele mleté | - | - | 0,01 | 0,01 | 0,01 | 0,01 | 0,02 | 0,02 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| hmotnosť porcie v g | 50 | | 70 | | 85 | | 105 | |

**Výrobný postup**

Špargľu rozmrazíme, pomelieme a udusíme na oleji. Pridáme smotanu, mlieko, dochutíme mletým bielym korením a soľou. Povaríme, pridáme strúhaný syr a rozmixujeme do hladka ponorným mixérom. Podávame so sekaným rezňom z králika.

**Nutričné zloženie 1 porcie**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| veková  skupina | energetická  hodnota | | bielkoviny | tuky | kyselina  linolová | sacharidy | vláknina | vápnik | železo | Vitamíny | | | | |
| A | B1 | B2 | C | E |
| kJ | kcal | g | g | g | g | g | mg | mg | mg | mg | mg | mg | mg |
| A | 215 | 51 | 2,07 | 4,4 | 0,0 | 1,2 | 0,2 | 58,0 | 0,13 | 0,123 | 0,02 | 0,08 | 3,3 | 0,05 |
| B | 321 | 77 | 3,05 | 6,3 | 0,0 | 1,7 | 0,3 | 83,0 | 0,19 | 0,181 | 0,03 | 0,11 | 4,4 | 0,07 |
| C | 417 | 100 | 4,03 | 8,5 | 0,0 | 2,5 | 0,4 | 110,0 | 0,22 | 0,235 | 0,04 | 0,15 | 5,4 | 0,08 |
| D | 532 | 127 | 5,29 | 11,2 | 0,0 | 2,9 | 0,5 | 143,0 | 0,29 | 0,279 | 0,05 | 0,18 | 6,7 | 0,10 |