**2.118 Nátierka z tofu syra so šunkou 100 porcií**

**Receptúra**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Potravina | Veková skupina | | | | | | | | |
| A | | | B | | C | | D | |
| Hmotnosť v kg, l, ks | | | | | | | | | |
|  | | Hrubá | Čistá | Hrubá | Čistá | Hrubá | Čistá | Hrubá | Čistá |
| lahôdkové tofu | | 0,50 | 0,50 | 0,70 | 0,70 | 0,70 | 0,70 | 0,80 | 0,80 |
| maslo | | 1,00 | 1,00 | 1,30 | 1,30 | 1,60 | 1,60 | 2,00 | 2,00 |
| šunka | | 0,30 | 0,30 | 0,40 | 0,40 | 0,50 | 0,50 | 0,60 | 0,60 |
| mlieko | | 0,10 | 0,10 | 0,10 | 0,10 | 0,20 | 0,20 | 0,20 | 0,20 |
| soľ | | 0,01 | 0,01 | 0,01 | 0,01 | 0,02 | 0,02 | 0,03 | 0,03 |
| cibuľa | | 0,20 | 0,17 | 0,20 | 0,17 | 0,35 | 0,30 | 0,35 | 0,30 |
| cesnak | | 0,05 | 0,04 | 0,05 | 0,04 | 0,07 | 0,06 | 0,07 | 0,06 |
|  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
| hmotnosť porcie v g | | 20 | | 23 | | 28 | | 34 | |

**Výrobný postup**

Očistenú cibuľu a cesnak na jemno nakrájame a speníme na 1/3 masla. Pridáme postrúhaný syr tofu a podusíme. Necháme vychladnúť. Zvyšné 2/3 masla vyšľaháme s horúcim mliekom, pridáme vychladený syr tofu a pomletú šunku. Dochutíme soľou a vyšľaháme na penu.

**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 | 364 | 87 | 1,38 | 9,0 | 0,0 | 0,4 | 0,0 | 15,5 | 0,2 | 0,052 | 0,0 | 0,0 | 0,3 | 0,0 |
| B | 474 | 113 | 1,85 | 11,7 | 0,0 | 0,5 | 0,0 | 20,6 | 0,2 | 0,067 | 0,0 | 0,0 | 0,3 | 0,0 |
| C | 579 | 138 | 2,12 | 14,3 | 0,0 | 0,7 | 0,1 | 23,3 | 0,2 | 0,083 | 0,0 | 0,0 | 0,5 | 0,0 |
| D | 714 | 171 | 2,45 | 17,8 | 0,0 | 0,7 | 0,1 | 26,6 | 0,3 | 0,103 | 0,1 | 0,0 | 0,5 | 0,0 |