**16.077 Zemiakové cestoviny 100 porcií**

**Receptúra**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Potravina | Veková skupina | | | | | | | | |
| A | | | B | | C | | D | |
| Hmotnosť v kg, l, ks | | | | | | | | | |
|  | | Hrubá | Čistá | Hrubá | Čistá | Hrubá | Čistá | Hrubá | Čistá |
| zemiakové cestoviny | | 5,00 | 5,00 | 6,00 | 6,00 | 7,00 | 7,00 | 8,00 | 8,00 |
| soľ | | 0,03 | 0,03 | 0,05 | 0,05 | 0,07 | 0,07 | 0,10 | 0,10 |
| olej | | 0,15 | 0,15 | 0,20 | 0,20 | 0,25 | 0,25 | 0,30 | 0,30 |
|  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
| hmotnosť porcie v g | | 120 | | 140 | | 165 | | 185 | |

**Výrobný postup**

Zemiakové cestoviny dáme variť do osolenej vriacej vody. Počas varenia občas premiešame, aby sa nelepili na dno. Varíme do mäkka 8-10 minút („al dente“). Uvarené cestoviny scedíme, prepláchneme studenou vodou, necháme odkvapkať a prelejeme olejom.

**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 | 802 | 192 | 4,5 | 2,0 | 0,0 | 38,2 | 0,0 | 0,6 | 0,0 | 0,000 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 |
| B | 970 | 232 | 5,4 | 2,6 | 0,0 | 45,9 | 0,0 | 1,0 | 0,0 | 0,000 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 |
| C | 1138 | 272 | 6,3 | 3,3 | 0,0 | 53,5 | 0,0 | 1,4 | 0,0 | 0,000 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 |
| D | 1306 | 312 | 7,2 | 3,9 | 0,0 | 61,2 | 0,0 | 1,9 | 0,0 | 0,000 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 |