**14.078 Guľky z tofu syra so strúhankou 100 porcií**

**Receptúra**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Potravina | Veková skupina | | | | | | | | |
| A | | | B | | C | | D | |
| Hmotnosť v kg, l, ks | | | | | | | | | |
|  | | Hrubá | Čistá | Hrubá | Čistá | Hrubá | Čistá | Hrubá | Čistá |
| tofu biele | | 10,00 | 10,00 | 14,00 | 14,00 | 17,50 | 17,50 | 20,00 | 20,00 |
| krupica | | 2,00 | 2,00 | 2,50 | 2,50 | 3,00 | 3,00 | 4,00 | 4,00 |
| soľ | | 0,03 | 0,03 | 0,05 | 0,05 | 0,08 | 0,08 | 0,10 | 0,10 |
| vajcia | | 25 | 1,25 | 30 | 1,50 | 40 | 2,00 | 45 | 2,25 |
| múka hrubá | | 0,50 | 0,50 | 0,70 | 0,70 | 0,90 | 0,90 | 1,10 | 1,10 |
| cukor práškový | | 1,10 | 1,10 | 1,50 | 1,50 | 1,80 | 1,80 | 2,20 | 2,20 |
| maslo | | 1,00 | 1,00 | 1,50 | 1,50 | 2,00 | 2,00 | 2,50 | 2,50 |
| strúhanka | | 1,00 | 1,00 | 1,50 | 1,50 | 2,00 | 2,00 | 2,50 | 2,50 |
| džem s kúskami ovocia | | 1,50 | 1,50 | 2,50 | 2,50 | 3,50 | 3,50 | 4,50 | 4,50 |
| strúhanka - posýpka | | 1,00 | 1,00 | 1,50 | 1,50 | 2,00 | 2,00 | 2,50 | 2,50 |
| cukor práškový - posýpka | | 1,00 | 1,00 | 1,50 | 1,50 | 2,00 | 2,00 | 2,50 | 2,50 |
|  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
| hmotnosť porcie v g | | 170 | | 240 | | 290 | | 340 | |
| Hmotnosť džemu v g | | 15 | | 25 | | 35 | | 45 | |

**Výrobný postup**

Cukor vyšľaháme so žĺtkami, pridáme pomleté tofu, krupicu, soľ, strúhanku, časť múky a sneh z bielkov. Dobre premiešame, necháme odpočinúť a tvoríme guľky na pomúčenej doske, ktoré uvaríme vo vriacej vode. Guľky podávame s opraženou strúhankou, džemom, poliate rozpusteným maslom a posypané práškovým cukrom.

**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 | 2121 | 507 | 19,84 | 18,9 | 0,0 | 63,4 | 1,1 | 243,8 | 2,5 | 0,106 | 0,1 | 0,1 | 0,5 | 0,7 |
| B | 3026 | 729 | 27,42 | 27,0 | 0,0 | 91,1 | 1,6 | 341,2 | 3,5 | 0,149 | 0,1 | 0,1 | 0,8 | 0,9 |
| C | 3902 | 933 | 34,61 | 34,9 | 0,0 | 117,9 | 2,2 | 429,1 | 4,5 | 0,197 | 0,2 | 0,2 | 1,1 | 1,2 |
| D | 4790 | 1145 | 40,55 | 417, | 0,0 | 149,1 | 2,7 | 494,3 | 5,2 | 0,237 | 0,2 | 0,2 | 1,5 | 1,4 |