

2.010 - Nátierka cícerová s tuniakom

Kategória: Nátierky, oblohy, bagety

Počet porcií: 100

Druh Surovín	Veková skupina										
	MJ	A		B		C		D			
		Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
Cícerová múka	kg	0,45	0,45	0,6	0,6	0,7	0,7	0,9	0,9		
Voda	l	0,9	0,9	1,2	1,2	1,4	1,4	1,8	1,8		
Maslo	kg	0,7	0,7	0,85	0,85	1	1	1,15	1,15		
Pór	kg	0,1	0,08	0,15	0,12	0,2	0,16	0,25	0,2		
Cesnak	kg	0,05	0,04	0,05	0,04	0,07	0,06	0,1	0,09		
Horčica	kg	0,05	0,05	0,1	0,1	0,1	0,1	0,15	0,15		
Citróny	kg	0,3	0,12	0,3	0,12	0,4	0,16	0,5	0,2		
Tuniak vo vlastnej šťave	kg	0,25	0,25	0,35	0,35	0,4	0,4	0,5	0,5		
Petržlenová vňať	kg	0,1	0,07	0,1	0,07	0,15	0,11	0,15	0,11		

Alergény: 4 - Ryby, 7 - Mlieko, 10 - Horčica

Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :	20	26	32	40	
Hmotnosť spolu:	20	26	32	40	

Technologický postup:

Cícerovú múku zalejeme vriacou vodou a uvaríme na hustú kašu, ktorú rozmixujeme dohladka. Necháme vychladnúť. Vychladený krém pridáme do vymiešaného masla s horčicou, dochutíme citrónovou šťavou, očisteným, prelisovaným cesnakom, jemne nakrájaným pórom. Na záver do zmesi pridáme tuniaka (bez nálevu). Dobre vymiešame, necháme cca 30 minút v chlade odstať. Znovu prešľaháme. Podávame natreté na chlieb, alebo pečivo, dozdobené čerstvou petržlenovou vňaťou alebo pažítkou.

Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

[illegible]