

2.022 - Nátierka kelová s vajcom

Kategória: Nátierky, oblohy, bagety

Počet porcií: 100

Druh Surovin	Veková skupina										
	MJ	A		B		C		D			
		Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
Kel	kg	1,5	1,2	1,9	1,52	2,5	2	3	2,5		
Maslo	kg	0,8	0,8	0,9	0,9	1,1	1,1	1,4	1,4		
Olej	kg	0,1	0,1	0,1	0,1	0,15	0,15	0,2	0,2		
Paradajkový pretlak	kg	0,1	0,1	0,1	0,1	0,15	0,15	0,2	0,2		
Cibuľa	kg	0,2	0,17	0,2	0,17	0,25	0,21	0,3	0,25		
Cesnak	kg	0,05	0,04	0,05	0,04	0,1	0,09	0,1	0,09		
Soľ	kg	0,01	0,01	0,02	0,02	0,02	0,02	0,04	0,04		
Vajcia	ks	5	0,25	7	0,35	9	0,45	10	0,5		
Petržlenová vňať	kg	0,1	0,07	0,1	0,07	0,15	0,11	0,15	0,11		

Alergény: 3 - Vajcia, 7 - Mlieko

Hmotnosť porcie v gramoch

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

Technologický postup:

Cibuľu ošúpeme, najemno nakrájame a speníme na oleji. Pridáme očistený, umytý, na rezance nakrájaný kel a dusíme do mäkka. Takto pripravený kel vymiešame s maslom, pridáme natvrdo uvarené, postrúhané vajcia a dochutíme očisteným prelisovaným cesnakom, paradajkovým pretlakom a soľou. Podávame natreté na chlieb, alebo pečivo, dozdobené petržlenovou vňaťou, alebo pažitkou.

Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

[illegible]