

2.059 - Nátierka tvarohová so zeleninou a vajcom

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
Tvaroh	kg	1	1	1,2	1,2	1,55	1,55	1,8	1,8		
Maslo	kg	0,4	0,4	0,55	0,55	0,65	0,65	0,8	0,8		
Mrkva	kg	0,2	0,16	0,25	0,2	0,3	0,25	0,6	0,48		
Vajcia	ks	5	0,25	7	0,35	8	0,4	10	0,5		
Uhorky sterilizované	kg	0,15	0,13	0,2	0,18	0,25	0,22	0,3	0,27		
Jogurt biely 1,5%	kg	0,2	0,2	0,25	0,25	0,3	0,3	0,4	0,4		
Soľ	kg	0,01	0,01	0,02	0,02	0,03	0,03	0,04	0,04		

Alergény: 3 - Vajcia, 7 - Mlieko

Hmotnosť porcie v gramoch

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

Technologický postup:

Tvaroh prelisujeme a vymiešame s maslom. Mrkvu očistíme, vajcia uvaríme natvrdo, a spolu so sterilizovanými uhorkami najemno postrúhame. Do vyšľahaného masla s tvarohom pridáme jogurt, a postrúhanú mrkvu, vajcia a uhorky bez nálevu. Dochutíme soľou a vyšľaháme. Podávame natreté na chlieb, alebo pečivo.

Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

[illegible]