

2.076 - Nátierka zelerová s jablkami

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
Zeler	kg	0,9	0,72	1,2	0,96	1,4	1,12	1,5	1,2		
Jablká	kg	0,5	0,32	0,65	0,43	0,8	0,52	1	0,65		
Syr smotanový	kg	0,8	0,8	1	1	1,2	1,2	1,4	1,4		
Jogurt biely 1,5%	kg	0,25	0,25	0,35	0,35	0,45	0,45	0,5	0,5		
Horčica	kg	0,05	0,05	0,1	0,1	0,1	0,1	0,15	0,15		
Citróny	kg	0,2	0,08	0,2	0,08	0,3	0,12	0,4	0,16		

Alergény: 7 - Mlieko, 9 - Zeler, 10 - Horčica

Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :	20	26	32	40	
Hmotnost' spolu:	20	26	32	40	

Technologický postup:

Zeler a jablká umyjeme, očistíme, najemno postrúhame a pokvapkáme citrónovou šťavou. Smotanový syr vymiešame s jogurtom a dochutíme horčicou. Pridáme nastrúhaný zeler a jablká, a dobre vyšľaháme. Podávame natreté na chlieb, alebo pečivo, dozdobené petržlenovou vňaťou, pažitkou alebo plátkom jablka.

Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

[illegible]