

2.079 - Nátierka zo syra tofu so sardinkami

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
Syr Tofu	kg	0,5	0,5	0,65	0,65	0,75	0,75	0,95	0,95		
Sardinky	kg	0,5	0,5	0,6	0,6	0,7	0,7	0,8	0,8		
Uhorky sterilizované	kg	0,15	0,13	0,2	0,18	0,25	0,22	0,35	0,32		
Cibuľa	kg	0,2	0,17	0,3	0,25	0,35	0,3	0,45	0,38		
Maslo	kg	0,85	0,85	1,1	1,1	1,3	1,3	1,5	1,5		
Horčica	kg	0,05	0,05	0,1	0,1	0,15	0,15	0,2	0,2		

Alergény: 4 - Ryby, 6 - Sója, 7 - Mlieko, 10 - Horčica

Hmotnosť porcie v gramoch

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

Technologický postup:

Maslo vyšľaháme s horčicou, pridáme najemno nastrúhaný syr tofu, sardinky vo vlastnej šťave (bez nálevu), najemno nakrájané uhorky bez nálevu a očistenú, pokrájanú cibuľu. Dochutíme soľou a vyšľaháme do peny. Podávame natreté na chlieb, alebo pečivo, dozdobené petržlenovou vňaťou, alebo pažítkou.

Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

[illegible]