

4.015 - Špenátové kocky

Kategória: Závarky

Počet porcií: 100

Druh Surovín	Veková skupina										
	MJ	A		B		C		D			
		Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
Maslo	kg	0,2	0,2	0,2	0,2	0,2	0,2	0,2	0,2		
Vajcia	ks	8	0,4	8	0,4	10	0,5	10	0,5		
Múka hladká	kg	0,5	0,5	0,6	0,6	0,6	0,6	0,7	0,7		
Špenát	kg	0,55	0,55	0,65	0,65	0,65	0,65	0,7	0,7		
Múka na plech	kg	0,05	0,05	0,05	0,05	0,05	0,05	0,05	0,05		
Maslo na plech	kg	0,05	0,05	0,05	0,05	0,05	0,05	0,05	0,05		
Soľ	kg	0,01	0,01	0,02	0,02	0,03	0,03	0,03	0,03		

Alergény: 1 - Obilniny, 3 - Vajcia, 7 - Mlieko

Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :	20	25	25	35	
Hmotnosť spolu:	20	25	25	35	

Technologický postup:

Špenát mierne podlejeme vodou, dusíme do odparenia vody. Maslo vymiešame so žĺtkami, pridáme tuhý sneh z bielkov, múku a vychladený špenát. Všetko spolu zľahka premiešame, natrieme na vymastený, múkou vysypaný plech na hrúbku cca 1 cm a upečieme. Po upečení cesto pokrájame na malé kocky, ktoré vkladáme do každej porcie polievky zvlášť.

Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

[illegible]