

5.008 - Polievka cibul'ová

Kategória: Polievky

Počet porcií: 100

Druh Surovín	Veková skupina										
	MJ	A		B		C		D			
		Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
Voda	l	14	14	16	16	17	17	18	18		
Mlieko	l	4	4	4	4	5	5	7	7		
Cibuľa	kg	1,5	1,27	2	1,7	2,2	1,87	2,5	2,13		
Olej	kg	0,1	0,1	0,2	0,2	0,3	0,3	0,4	0,4		
Múka hladká	kg	0,2	0,2	0,25	0,25	0,25	0,25	0,4	0,4		
Mrkva	kg	0,8	0,64	1	0,8	1,1	0,88	1,2	0,96		
Zeler	kg	0,4	0,32	0,4	0,32	0,5	0,4	0,5	0,4		
Petržlen	kg	0,4	0,32	0,4	0,32	0,4	0,32	0,4	0,32		
Kaleráb	kg	0,3	0,26	0,4	0,32	0,5	0,4	0,5	0,4		
Pažítka	kg	0,07	0,05	0,1	0,07	0,1	0,07	0,15	0,11		
Soľ	kg	0,05	0,05	0,06	0,06	0,08	0,08	0,1	0,1		

Alergény: 1 - Obilniny, 7 - Mlieko, 9 - Zeler

Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :	180	200	220	250	
Hmotnosť spolu:	180	200	220	250	

Technologický postup:

Na oleji speníme očištenú, pokrâjanú cibuľu, pridáme umytú, očištenú, pokrâjanú koreňovú zeleninu, soľ a dusíme. Neskôr zalejeme horúcou vodou a uvaríme. Uvarenú cibuľu a zeleninu prepasírujeme, zahustíme zátrepkou z múky a mlieka, povaríme 20 minút. Umytú na drobno pokrâjanú pažitku vkladáme do mís tesne pred podávaním.

Ako závarku môžeme použiť opraženú na drobno opečenú žemľu, ktorú vkladáme osobitne do každej porcie.

Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

[illegible]