

5.014 - Polievka fazuľová kyslá s mäsom a zemiakmi

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	13	13	15	15	15	15	18	18		
Bravčové plece b. k.	kg	1,5	1,5	1,8	1,8	2	2	2,2	2,2		
Korenie nové	kg	0,01	0,01	0,01	0,01	0,02	0,02	0,03	0,03		
Zemiaky	kg	2	1,4	2,5	1,75	3,5	2,45	4	2,8		
Fazuľa suchá	kg	1,8	1,8	2	2	2,5	2,5	3	3		
Cibuľa	kg	1	0,85	1,5	1,27	1,5	1,27	1,7	1,44		
Ocot	l	0,15	0,15	0,2	0,2	0,25	0,25	0,3	0,3		
Bobkový list	kg	0,01	0,01	0,03	0,03	0,04	0,04	0,04	0,04		
Kôpor	kg	0,1	0,07	0,1	0,07	0,1	0,07	0,15	0,11		
Olej	kg	0,1	0,1	0,2	0,2	0,3	0,3	0,4	0,4		
Maslo	kg	0,15	0,15	0,15	0,15	0,15	0,15	0,15	0,15		
Cesnak	kg	0,05	0,04	0,05	0,04	0,05	0,04	0,05	0,04		
Cukor kryštálový	kg	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,15	0,15		
Múka hladká	kg	0,2	0,2	0,25	0,25	0,3	0,3	0,4	0,4		
Soľ	kg	0,04	0,04	0,06	0,06	0,08	0,08	0,1	0,1		
Mlieko	l	5	5	5	5	7	7	7	7		

Alergény: 1 - Obilniny, 7 - Mlieko

Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :	171	189	208	237	
mäso :	9	11	12	13	
Hmotnosť spolu:	180	200	220	250	

Technologický postup:

Umytú, prebratú a namočenú fazuľu uvaríme, spolu s bobkovým listom a novým korením. Keď je fazuľa polomäkká pridáme umyté, očistené, na kocky nakrájané zemiaky. Na oleji speníme očistenú na kocky nakrájanú cibuľu, pridáme umyté, na kocky nakrájané mäso, a dusíme do mäkka. Všetko spolu zmiešame, krátko povaríme, zahustíme zápražkou, dolejeme mlieko, dochutíme soľou, prelisovaným cesnakom, cukrom, octom, zjemníme maslom a varíme 20 minút. Umytý, posekaný kôpor dáme do mís tesne pred podávaním.

Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

[illegible]