

### 5.017 - Polievka fazuľová s fľačkami

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	18	18	20	20	22	22	25	25		
Fazuľa suchá	kg	1,1	1,1	1,2	1,2	1,4	1,4	2	2		
Mrkva	kg	0,7	0,56	0,8	0,64	0,9	0,72	1	0,8		
Zeler	kg	0,5	0,4	0,5	0,4	0,5	0,4	0,6	0,48		
Kaleráb	kg	0,3	0,24	0,4	0,32	0,5	0,4	0,6	0,48		
Petržlen	kg	0,5	0,4	0,5	0,4	0,5	0,4	0,6	0,48		
Olej	kg	0,1	0,1	0,2	0,2	0,3	0,3	0,3	0,3		
Maslo	kg	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1		
Cesnak	kg	0,1	0,09	0,1	0,09	0,1	0,09	0,15	0,13		
Cestoviny - fliačky	kg	0,4	0,4	0,5	0,5	0,6	0,6	0,7	0,7		
Paprika červená mletá	kg	0,03	0,03	0,05	0,05	0,07	0,07	0,1	0,1		
Múka hladká	kg	0,3	0,3	0,3	0,3	0,4	0,4	0,5	0,5		
Soľ	kg	0,04	0,04	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	
<b>Hmotnosť spolu:</b>	180	200	220	250	

## Technologický postup:

Prebratú, umytú a namočenú fazuľu uvaríme, pridáme umytú, očistenú na kocky nakrájanú koreňovú zeleninu opraženú na časti oleja. Paprikovú zápražku si pripravíme z nasucho opraženej múky, z druhej časti oleja, mletej červenej papriky, rozriedime vodou a povaríme. Dochutíme prelisovaným cesnakom, soľou a zjemníme maslom. Varíme 20 minút. Do hotovej polievky pridáme osobitne uvarené fľačky.

### Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

[illegible]