

## 5.026 - Polievka gulášová srbská

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		
Soľ	kg	0,04	0,04	0,06	0,06	0,07	0,07	0,1	0,1		
Lečo	kg	2	2	2,25	2,25	2,5	2,5	2,75	2,75		
Cibuľa	kg	0,5	0,42	0,6	0,51	0,7	0,59	0,8	0,68		
Olej	kg	0,1	0,1	0,2	0,2	0,3	0,3	0,4	0,4		
Cesnak	kg	0,1	0,09	0,1	0,09	0,12	0,1	0,15	0,13		
Múka hladká	kg	0,15	0,15	0,2	0,2	0,2	0,2	0,3	0,3		
Zemiaky	kg	5	3,5	6	4,2	7	4,9	8,5	5,95		
Majorán	kg	0,01	0,01	0,01	0,01	0,02	0,02	0,02	0,02		
Rasca	kg	0,01	0,01	0,01	0,01	0,02	0,02	0,03	0,03		
Paprika červená mletá	kg	0,03	0,03	0,04	0,04	0,05	0,05	0,06	0,06		
Hovädzie zadné b. k.	kg	2	2	2,2	2,2	2,5	2,5	3	3		

**Alergény: 1 - Obilniny**

### Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :	168	187	205	232	
mäso :	12	13	15	18	
<b>Hmotnosť spolu:</b>	<b>180</b>	<b>200</b>	<b>220</b>	<b>250</b>	

## Technologický postup:

Mäso umyjeme a pokrájame na kocky. Na časti oleja opražíme očistenú, pokrájanú cibuľu, pridáme mäso, očistený cesnak, červenú mletú papriku a soľ. Pred dodusením pridáme lečo bez nálevu (v letnom období môžeme nahradiť čerstvou zeleninovou paprikou a paradajkami) a podlejeme vodou. Pridáme umyté, očistené, na kocky nakrájané zemiaky a spolu dovaríme. Z múky a oleja si pripravíme zápražku, ktorú vlejeme do polievky. Dochutíme rascou a majoránom. Varíme 20 min.

### Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

[illegible]