

## 5.030 - Polievka hrachová

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		
Hrach suchý	kg	1	1	1,3	1,3	1,5	1,5	1,8	1,8		
Olej	kg	0,1	0,1	0,2	0,2	0,3	0,3	0,4	0,4		
Maslo	kg	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1		
Múka hladká	kg	0,2	0,2	0,3	0,3	0,4	0,4	0,5	0,5		
Cibula	kg	0,2	0,17	0,3	0,25	0,4	0,34	0,5	0,42		
Cesnak	kg	0,1	0,09	0,1	0,09	0,15	0,13	0,15	0,13		
Mrkva	kg	0,8	0,64	0,9	0,72	1	0,8	1,1	0,88		
Zeler	kg	0,4	0,32	0,4	0,32	0,4	0,32	0,5	0,4		
Petržlen	kg	0,3	0,24	0,4	0,32	0,4	0,32	0,5	0,4		
Kaleráb	kg	0,3	0,24	0,3	0,24	0,4	0,32	0,4	0,32		
Paprika červená mletá	kg	0,03	0,03	0,03	0,03	0,04	0,04	0,05	0,05		
Soľ	kg	0,04	0,04	0,06	0,06	0,07	0,07	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:

Suchý hrach preberieme, umyjeme, namočíme a uvaríme do mäkka. Na časti oleja speníme očistenú, pokrájanú cibuľu, pridáme umytú, očistenú, postrúhanú koreňovú zeleninu, podusíme, zalejeme vodou a varíme do mäkka. Spojíme s uvarým hrachom, zahustíme paprikovou zápražkou, dochutíme prelisovaným cesnakom a soľou. Zjemníme maslom. Varíme 20 minút. Podávame so závärkou.

### Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

[illegible]