

5.036 - Polievka hrášková so zeleninou

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	0,08	0,08	0,1	0,1		
Hrášok mrazený	kg	2	2	2,5	2,5	3	3	3,5	3,5		
Cibuľa	kg	0,15	0,12	0,2	0,17	0,25	0,21	0,4	0,34		
Oleĳ	kg	0,1	0,1	0,2	0,2	0,2	0,2	0,3	0,3		
Mrkva	kg	1,3	1,04	1,5	1,2	2	1,6	2,5	2		
Petržlen	kg	0,6	0,48	0,9	0,72	1,1	0,88	1,5	1,2		
Zeler	kg	0,7	0,56	0,8	0,64	0,9	0,72	1,25	1		
Korenie čierne celé	kg			0,01	0,01	0,01	0,01	0,02	0,02		
Maslo	kg	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,15	0,15		
Petržlenová vňať	kg	0,05	0,04	0,05	0,04	0,1	0,07	0,1	0,07		

Alergény: 7 - Mlieko, 9 - Zeler

Hmotnosť porcie v gramoch

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

Technologický postup:

Na oleji speníme očistenú na kocky pokrájanú cibuľu, pridáme umytú, očistenú, pokrájanú koreňovú zeleninu, čierne celé korenie, podlejeme vodou a uvaríme do mäkka. Pridáme hrášok, dochutíme soľou, zjemníme maslom a varíme 20 minút. Umytú posekanú petržlenovú vňať pridávame pred konzumáciu. Podávame so závätkou. Polievku môžeme aj rozmixovať na krém a podávať s opekanou žemľou (chlebom).

Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

[illegible]