

5.052 - Polievka krémová s mäsom a 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	13	13	15	15	16	16	18	18		
Hovädzie zadné b. k.	kg	2	2	2	2	2,2	2,2	2,5	2,5		
Mrkva	kg	1	0,8	1,2	0,96	1,5	1,2	1,8	1,44		
Zeler	kg	0,5	0,4	0,5	0,4	0,75	0,6	1	0,8		
Petržlen	kg	0,5	0,4	0,5	0,4	0,6	0,48	0,6	0,48		
Kaleráb	kg	0,5	0,4	0,5	0,4	0,6	0,48	0,6	0,48		
Múka hladká	kg	0,2	0,2	0,25	0,25	0,3	0,3	0,4	0,4		
Maslo	kg	0,15	0,15	0,2	0,2	0,25	0,25	0,25	0,25		
Cibuľa	kg	0,2	0,17	0,2	0,17	0,3	0,25	0,4	0,34		
Mlieko	l	5	5	5	5	6	6	7	7		
Rasca	kg	0,01	0,01	0,01	0,01	0,02	0,02	0,03	0,03		
Soľ	kg	0,04	0,04	0,06	0,06	0,07	0,07	0,1	0,1		
Petržlenová vňať	kg	0,05	0,03	0,05	0,03	0,1	0,07	0,1	0,07		

Alergény: 1 - Obilniny, 7 - Mlieko, 9 - Zeler

Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :	168	188	207	235	
mäso :	12	12	13	15	
Hmotnosť spolu:	180	200	220	250	

Technologický postup:

Hovädzie mäso umyjeme vcelku, vložíme do studenej vody, osolíme, pridáme očistenú cibuľu a rascu. Mäso varíme do mäkka. Pred dovarením pridáme umytú, očistenú a postrúhanú koreňovú zeleninu. Mäso vyberieme a zomelieme. Múku nasucho opražíme, zalejeme vodou, rozšľaháme, povaríme a vlejeme do polievky. Nakoniec pridáme mlieko, vložíme pomleté mäso, dochutíme maslom a varíme ešte 20 minút. Pred konzumáciou pridávame umytú posekanú petržlenovú vňať.

Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

[illegible]