

5.062 - Polievka mrkvová

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		
Maslo	kg	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1		
Olej	kg	0,1	0,1	0,2	0,2	0,3	0,3	0,4	0,4		
Múka hladká	kg	0,2	0,2	0,2	0,2	0,25	0,25	0,3	0,3		
Cibuľa	kg	0,3	0,25	0,3	0,25	0,4	0,34	0,4	0,42		
Mrkva	kg	3,5	2,8	4	3,2	4,5	3,6	5	4		
Soľ	kg	0,04	0,04	0,06	0,06	0,07	0,07	0,1	0,1		
Petržlenová vňať	kg	0,1	0,07	0,1	0,07	0,15	0,11	0,15	0,11		

Alergény: 1 - Obilniny, 7 - Mlieko

Hmotnosť porcie v gramoch

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

Technologický postup:

Na oleji opražíme očistenú nadrobno pokrúšanú cibuľu, pridáme umytú, očistenú, na malé kocky pokrúšanú, alebo postrúhanú mrkvu. Zalejeme vodou a privedieme do varu. Múku opražíme nasucho, zalejeme vodou, dobre rozšľaháme, povaríme a vlejeme do polievky. Zjemníme maslom a varíme 20 minút. Podávame so závarkou. Umytú, posekanú petržlenovú vňať pridáme do mís pred podávaním. Polievku môžeme rozmixovať na krém a podávať s opekanou žemľou.

Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

[illegible]