

## 5.075 - Polievka rascová s vajcom

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    |       |       |
| 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   | 0,75  | 0,6   | 1     | 0,8   |       |       |
| Kaleráb          | kg             | 0,5   | 0,4   | 0,5   | 0,4   | 0,75  | 0,6   | 1     | 0,8   |       |       |
| Soľ              | kg             | 0,04  | 0,04  | 0,06  | 0,06  | 0,07  | 0,07  | 0,1   | 0,1   |       |       |
| Múka hladká      | kg             | 0,2   | 0,2   | 0,2   | 0,2   | 0,25  | 0,25  | 0,3   | 0,3   |       |       |
| Maslo            | kg             | 0,1   | 0,1   | 0,1   | 0,1   | 0,1   | 0,1   | 0,1   | 0,1   |       |       |
| Rasca            | kg             | 0,02  | 0,02  | 0,03  | 0,03  | 0,05  | 0,05  | 0,05  | 0,05  |       |       |
| Cibuľa           | kg             | 0,3   | 0,25  | 0,3   | 0,25  | 0,3   | 0,25  | 0,4   | 0,34  |       |       |
| Petržlenová vňať | kg             | 0,1   | 0,07  | 0,1   | 0,07  | 0,15  | 0,11  | 0,15  | 0,11  |       |       |
| Vajcia           | ks             | 10    | 0,5   | 12    | 0,6   | 16    | 0,8   | 20    | 1     |       |       |
| Olej             | kg             | 0,1   | 0,1   | 0,2   | 0,2   | 0,3   | 0,3   | 0,4   | 0,4   |       |       |

Alergény: 1 - Obilniny, 3 - Vajcia, 7 - Mlieko, 9 - Zeler

### Hmotnosť porcie v gramoch

|                        |     |     |     |     |  |
|------------------------|-----|-----|-----|-----|--|
| porcia :               | 180 | 200 | 220 | 250 |  |
|                        |     |     |     |     |  |
|                        |     |     |     |     |  |
| <b>Hmotnosť spolu:</b> | 180 | 200 | 220 | 250 |  |

### Technologický postup:

Prípravíme si vývar z rasce. Na oleji speníme očistenú, pokrájanú cibuľu, pridáme umytú, očistenú a pokrájanú zeleninu, soľ, vývar z rasce, zalejeme vriacou vodou a krátko povaríme. Múku nasucho opražíme, zalejeme vodou, dobre rozšľaháme a vlejeme do polievky. Zahustíme rozšľahanými vajcami a zjemníme maslom. Varíme ešte 20 minút. Pred podávaním pridáme umytú, posekanú petržlenovú vňať.

### Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

[illegible]