

### 5.078 - Polievka rybacia s lečom a zemiakmi

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		
Rybie filé	kg	2,4	2	2,4	2	3	2,5	3,6	3		
Soľ	kg	0,04	0,04	0,05	0,05	0,06	0,06	0,09	0,09		
Olej	kg	0,15	0,15	0,2	0,2	0,3	0,3	0,4	0,4		
Cibuľa	kg	0,3	0,25	0,4	0,34	0,5	0,42	0,5	0,42		
Lečo	kg	2	2	2,5	2,5	3	3	3,5	3,5		
Zemiaky	kg	3	1,8	3,5	2,1	4	2,4	5	3		

Alergény: 4 - Ryby

**Hmotnosť porcie v gramoch**

porcia :	170	190	208	235	
mäso :	10	10	12	15	
<b>Hmotnosť spolu:</b>	180	200	220	250	

### Technologický postup:

Na oleji speníme očistenú pokrúpanú cibuľu, pridáme pokrúpané rybie filé, lečo, osolíme a krátko podusíme. Do horúcej vody dáme variť umyté, očistené na kocky pokrúpané zemiaky. K uvareným zemiakom pridáme podusenú rybu s lečom bez nálevu, doplníme potrebným množstvom vody a varíme ešte 20 minút. Sterilizované lečo môžeme nahradiť čerstvou paprikou a paradajkami.

### Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

[illegible]