

5.081 - Polievka sedliacka

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		
Olej	kg	0,1	0,1	0,2	0,2	0,3	0,3	0,4	0,4		
Mrkva	kg	0,8	0,64	0,9	0,72	1	0,8	1,1	0,88		
Zeler	kg	0,4	0,32	0,4	0,32	0,5	0,4	0,5	0,4		
Petržlen	kg	0,3	0,24	0,4	0,32	0,4	0,32	0,5	0,4		
Kaleráb	kg	0,3	0,24	0,3	0,24	0,4	0,32	0,4	0,32		
Soľ	kg	0,04	0,04	0,06	0,06	0,07	0,07	0,1	0,1		
Cibuľa	kg	0,3	0,25	0,3	0,25	0,4	0,34	0,5	0,42		
Maslo	kg	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1		
Zemiaky	kg	2	1,4	3	2,1	3,5	2,45	3,5	2,45		
Cestovina	kg	0,25	0,25	0,3	0,3	0,35	0,35	0,4	0,4		
Paprika červená mletá	kg	0,03	0,03	0,03	0,03	0,04	0,04	0,05	0,05		

Alergény: 1 - Obilniny, 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, pokrájanú cibuľu, pridáme umytú, očistenú, pokrájanú zeleninu, opražíme, pridáme červenú papriku, zalejeme vodou, osolíme, varíme. Pred dovarením pridáme umyté, očistené na kocky pokrájané zemiaky. Zjemníme maslom. Varíme 20 min. V slanej vode zvlášť uvaríme cestovinu a pridáme do polievky.

Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

[illegible]