

5.091 - Polievka šošovicová s párkom *

Kategória: Polievky

Počet porcií: 100

Druh Surovín	Veková skupina										
	MJ	A		B		C		D			
		Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
Šošovica	kg	1,5	1,5	2	2	2,5	2,5	2,8	2,8		
Párky jemné	kg	1,5	1,43	2	1,9	2	1,9	2,5	2,37		
Olej	kg	0,15	0,15	0,2	0,2	0,3	0,3	0,4	0,4		
Cibuľa	kg	0,2	0,17	0,3	0,25	0,3	0,25	0,4	0,34		
Múka hladká	kg	0,3	0,3	0,3	0,3	0,4	0,4	0,5	0,5		
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		
Maslo	kg	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1		
Majorán	kg	0,01	0,01	0,01	0,01	0,01	0,01	0,01	0,01		
Cesnak	kg	0,1	0,09	0,1	0,09	0,1	0,09	0,1	0,09		
Soľ	kg	0,04	0,04	0,06	0,06	0,07	0,07	0,09	0,09		
Voda	l	18	18	20	20	22	22	25	25		

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

Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :	180	200	220	250	
párky :	9	13	14	15	
Hmotnosť spolu:	189	213	234	265	

Technologický postup:

Šošovicu preberieme, umyjeme a dáme variť do studenej vody spolu s očisteným cesnakom. K polomäkkej šošovici pridáme umytú, očistenú, nastrúhanú zeleninu. Na časti oleja speníme očistenú, pokrájanú cibuľu, pridáme múku, opražíme, zalejeme studenou vodou, necháme prevrieť, pridáme do polievky a varíme. Na zvyšenej časti oleja opražíme umytú, očistenú a nastrúhanú zeleninu, podusíme a uvaríme. Pridáme do uvarenej šošovice. Párky pokrájame a pridáme do polievky. Zjemníme maslom, dochutíme majoránom a povaríme ešte 20 minút.

Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

[illegible]