

5.103 - Polievka z fazuľkových strukov

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	14	14	15	15	16	16	18	18		
Mlieko	l	4	4	5	5	6	6	7	7		
Fazuľka sterilizovaná	kg	2,5	2,5	3	3	4	4	4,5	4,5		
Zemiaky	kg	5	3,5	5	3,5	6	4,2	7	4,9		
Soľ	kg	0,04	0,04	0,06	0,06	0,08	0,08	0,1	0,1		
Kôpor	kg	0,1	0,07	0,1	0,07	0,1	0,07	0,15	0,11		
Olej	kg	0,1	0,1	0,2	0,2	0,3	0,3	0,4	0,4		
Múka hladká	kg	0,25	0,25	0,3	0,3	0,35	0,35	0,4	0,4		
Maslo	kg	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1		
Ocot	l	0,1	0,1	0,2	0,2	0,25	0,25	0,3	0,3		
Cukor kryštálový	kg	0,1	0,1	0,15	0,15	0,15	0,15	0,2	0,2		

Alergény: 1 - Obilniny, 7 - Mlieko

Hmotnosť porcie v gramoch

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

Technologický postup:

Umyté, očistené a na kocky pokrájané zemiaky dáme variť do slanej vody. Keď sú zemiaky polomäkké, pridáme fazuľkové struky (bez nálevu, alebo mrazené) a povaríme. Do uvarenej polievky pridáme zápražku, ktorú sme pripravili z nasucho opraženej múky pridaním oleja, mlieka a vody. Rozšľaháme, zjemníme maslom, dochutíme cukrom, octom a varíme 20 minút. Kôpor umyjeme, posekáme a vkladáme do hotovej polievky pred podávaním.

Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

[illegible]