

5.104 - Polievka z fazuľkových strukov (česká kuchyňa)

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 | 16 | 16 | 18 | 18 | 20 | 20 | 23 | 23 | | |
| Fazuľka sterilizovaná | kg | 2 | 2 | 3 | 3 | 4 | 4 | 5 | 5 | | |
| Zemiaky | kg | 3,5 | 3,5 | 4 | 2,8 | 5 | 3,5 | 6 | 4,2 | | |
| Mrkva | kg | 1,2 | 0,96 | 1,5 | 1,2 | 2 | 1,6 | 2,5 | 2 | | |
| Múka fazuľová | kg | 0,25 | 0,25 | 0,35 | 0,35 | 0,4 | 0,4 | 0,5 | 0,5 | | |
| Olej | kg | 0,1 | 0,1 | 0,25 | 0,25 | 0,3 | 0,3 | 0,45 | 0,45 | | |
| Smotana 12% | l | 1,2 | 1,2 | 1,5 | 1,5 | 1,7 | 1,7 | 2 | 2 | | |
| Maslo | kg | 0,1 | 0,1 | 0,15 | 0,15 | 0,15 | 0,15 | 0,15 | 0,15 | | |
| Soľ | kg | 0,05 | 0,05 | 0,07 | 0,07 | 0,09 | 0,09 | 0,12 | 0,12 | | |
| Ocot | l | 0,05 | 0,05 | 0,05 | 0,05 | 0,1 | 0,1 | 0,15 | 0,15 | | |
| Cukor kryštálový | kg | 0,05 | 0,05 | 0,05 | 0,05 | 0,1 | 0,1 | 0,1 | 0,1 | | |

Alergény: 7 - Mlieko

Hmotnosť porcie v gramoch

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

Technologický postup:

Z oleja a fazuľovej múky si pripravíme svetlú zápražku, ktorú zalejeme vodou, pridáme očistené, na kocky pokrúpané zemiaky, očistenú, na rezance pokrúpanú mrkvu, fazuľku sterilizovanú bez nálevu (alebo mrazenú), rascu a soľ a necháme variť. Nakoniec pridáme smotanu, maslo, dochutíme soľou a octom. Varíme ešte 20 minút.

Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

[illegible]