

5.112 - Polievka z miešaných strukovín mliečna

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	15	15	15	15		
Mlieko	l	4	4	5	5	7	7	10	10		
Hrach suchý	kg	0,8	0,8	1	1	1,4	1,4	1,4	1,4		
Šošovica	kg	0,8	0,8	1	1	1,4	1,4	1,4	1,4		
Fazuľa suchá	kg	0,4	0,4	0,5	0,5	0,7	0,7	0,7	0,7		
Olej	kg	0,15	0,15	0,2	0,2	0,3	0,3	0,4	0,4		
Cibuľa	kg	0,3	0,25	0,3	0,25	0,4	0,34	0,4	0,34		
Múka hladká	kg	0,2	0,2	0,2	0,2	0,25	0,25	0,3	0,3		
Zemiaky	kg	2	1,4	2,2	1,54	2,5	1,75	3	2,1		
Krúpy jačmenné	kg	0,15	0,15	0,2	0,2	0,3	0,3	0,4	0,4		
Soľ	kg	0,04	0,04	0,06	0,06	0,08	0,08	0,1	0,1		
Cesnak	kg	0,05	0,04	0,06	0,05	0,08	0,07	0,1	0,09		
Petržlenová vňať	kg	0,05	0,03	0,05	0,03	0,08	0,06	0,1	0,07		

Alergény: 1 - Obilniny, 7 - Mlieko

Hmotnosť porcie v gramoch

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

Technologický postup:

Fazuľu a hrach preberieme, umyjeme, namočíme. Zalejeme vodou a varíme. K polomäkkým pridáme prebratú, umytú šošovicu a ďalej varíme. Keď sú strukoviny mäkké, pridáme umyté, očistené na kocky pokrúpané zemiaky, umyté krúpk, očistenú, pokrúpanú, na oleji opraženú cibuľu a osolíme. Zahustíme múkou opraženou nasucho, zriedenou mliekom, dochutíme rozotreným cesnakom a varíme 20 min. Pred podávaním pridáme umytú, posekanú petržlenovú vňať.

Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

[illegible]