

5.114 - Polievka špargľová

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	12	12	14	14	15	15	18	18		
Mlieko	l	4	4	5	5	6	6	7	7		
Špargľa	kg	3	2,4	3,6	2,88	4,8	3,84	5,4	4,42		
Zemiaky	kg	4	2,8	5	3,5	5	3,5	6	4,2		
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	0,3	0,3	0,35	0,35	0,4	0,4	0,45	0,45		
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	0,15	0,15		

Alergény: 1 - Obilniny, 7 - Mlieko

Hmotnosť porcie v gramoch

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

Technologický postup:

Očistenú, umytú špargľu uvaríme v slanej vode do polomäkka, scedíme, ošúpeme a pokrájame na menšie kúsky. Umyté, očistené a na kocky pokrájané zemiaky dáme variť do slanej vody, pridáme špargľu a povaríme. Do uvarenej polievky pridáme zápražku, ktorú pripravíme z nasucho opraženej múky, pridaním oleja a mlieka. Zjemníme maslom, dochutíme cukrom, octom a varíme ešte 20 minút. Kôpor umyje posekáme a vložíme do mís tesne pred podávaním.

Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

[illegible]