

5.120 - Polievka zeleninová s droždím

Kategória: Polievky

Počet porcií: 100

Druh Surovin	Veková skupina										
	MJ	A		B		C		D			
		Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
Voda	l	15	15	16	16	18	18	21	21		
Mlieko	l	3	3	4	4	4	4	4	4		
Cibuľa	kg	0,3	0,25	0,3	0,25	0,3	0,25	0,35	0,29		
Múka hladká	kg	0,15	0,15	0,2	0,2	0,25	0,25	0,35	0,35		
Mrkva	kg	1,2	0,96	1,5	1,2	1,8	1,44	2	1,6		
Zeler	kg	0,5	0,4	0,75	0,6	1	0,8	1	0,8		
Petržlen	kg	0,5	0,4	0,75	0,6	1	0,8	1	0,8		
Kaleráb	kg	0,5	0,4	0,75	0,6	1	0,8	1	0,8		
Droždie	kg	0,3	0,3	0,4	0,4	0,4	0,4	0,5	0,5		
Olej	kg	0,1	0,1	0,15	0,15	0,2	0,2	0,3	0,3		
Maslo	kg	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1		
Soľ	kg	0,04	0,04	0,06	0,06	0,08	0,08	0,1	0,1		
Petržlenová vňať	kg	0,1	0,07	0,1	0,07	0,1	0,07	0,1	0,07		

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

Hmotnosť porcie v gramoch

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

Technologický postup:

Na oleji speníme očistenú, nadrobno pokrújanú cibuľu, pridáme droždie, opražíme, primiešame nasucho opraženú múku, zalejeme vodou, dobre rozmiešame, osolíme a varíme. Potom pridáme umytú, očistenú postrúhanú koreňovú zeleninu, varíme do mäkkka, prilejeme mlieko, zjemníme maslom a varíme ešte 20 minút. Pred podávaním pridáme umytú, posekanú petržlenovú vňať.

Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

[illegible]