

5.126 - Polievka z tekvice hokkaidó

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		
Tekvica hokkaido	kg	6	3,9	8	5,2	10	6,5	12	7,8		
Zemiaky	kg	3	2,1	4	2,8	4,5	3,15	5	3,5		
Cibuľa	kg	0,3	0,25	0,4	0,34	0,4	0,34	0,5	0,43		
Cesnak	kg	0,08	0,07	0,1	0,09	0,1	0,09	0,12	0,1		
Mlieko	l	3	3	4	4	4	4	4,5	4,5		
Smotana 12%	l	0,75	0,75	1	1	1,3	1,3	1,5	1,5		
Olej	kg	0,1	0,1	0,15	0,15	0,2	0,2	0,25	0,25		
Maslo	kg	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,15	0,15		
Korenie čierne mleté	kg			0,01	0,01	0,01	0,01	0,02	0,02		
Bazalka	kg	0,1	0,07	0,1	0,07	0,15	0,12	0,15	0,12		
Soľ	kg	0,04	0,04	0,05	0,05	0,06	0,06	0,07	0,07		
Tekvicové jadierka	kg	0,2	0,2	0,25	0,25	0,3	0,3	0,35	0,35		

Alergény: 7 - Mlieko

Hmotnosť porcie v gramoch

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

Technologický postup:

Tekvicu očistíme a nakrájame. Na oleji speníme očistenú, pokrájanú cibuľu, pridáme pokrájanú tekvicu, soľ, podusíme, zalejeme vodou a pridáme očistené na kocky pokrájané zemiaky. Rozvaríme a varíme 25 minút. Rozmixujeme, pridáme mlieko, ochutíme prelisovaným cesnakom, korením a smotanou. Zjemníme maslom a varíme ešte 20 minút. Pridáme očistenú, posekanú, umytú bazalku. Podávame s opraženými semienkami alebo s krutónmi.

Ak na prípravu použijeme tekvicové pyrė, normujeme čistú hmotnosť.

Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

[illegible]