

5.141 - Polievka vajíčková so zeleninou

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	18	18	18	18	20	20	22	22		
Vajcia	kg	10	0,5	12	0,6	16	0,8	20	1		
Paprika červená mletá	kg	0,03	0,03	0,03	0,03	0,04	0,04	0,05	0,05		
Olej olivový	kg	0,1	0,1	0,2	0,2	0,3	0,3	0,4	0,4		
Kukuričný škrob	kg	0,4	0,4	0,5	0,5	0,6	0,6	0,7	0,7		
Koreňová zelenina	kg	4,5	3,76	4,5	3,76	4,7	3,9	4,7	3,9		
Korenie čierne mleté	kg			0,01	0,01	0,01	0,01	0,02	0,02		
Soľ	kg	0,04	0,04	0,06	0,06	0,07	0,07	0,09	0,09		
Sójová omáčka	kg	0,04	0,04	0,05	0,05	0,06	0,06	0,07	0,07		
Cibuľa	kg	0,2	0,16	0,375	0,3	0,47	0,38	0,59	0,47		

Alergény: 3 - Vajcia, 9 - Zeler

Hmotnosť porcie v gramoch

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

Technologický postup:

Na masle opečieme cibuľku, pridáme červenú papriku, premiešame a zalejeme vodou. Necháme zovrieť. Pridáme kukuričný škrob rozdrobený v troške vody, zeleninu, korenie, sójovú omáčku a osolíme. Vovaríme kým nie je zelenina uvarená. V miske rozmiešame vajčka, pomaly ich lejeme do polievky a jemne miešame jedným smerom. Polievku vypneme a miešame asi 5min.

Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

[illegible]