

5.152 - Polievka minestrone bez mäsa

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	20	20	22	22	25	25		
Olej	kg	0,1	0,1	0,15	0,15	0,25	0,25	0,35	0,35		
Cibula	kg	0,5	0,42	0,6	0,51	0,7	0,59	0,8	0,68		
Mrkva	kg	1	0,8	1,6	1,2	2	1,6	2,5	2		
Petržlen	kg	0,5	0,4	0,5	0,4	0,5	0,4	0,6	0,48		
Zeler	kg	0,5	0,4	0,5	0,4	0,5	0,4	0,6	0,48		
Kaleráb	kg	0,5	0,4	0,5	0,4	0,5	0,4	0,6	0,48		
Soľ	kg	0,04	0,04	0,06	0,06	0,08	0,08	0,1	0,1		
Fazuľa suchá	kg	0,7	0,7	0,9	0,9	1,2	1,2	1,5	1,5		
Kapusta hlávková	kg	2	1,6	2,5	2	3	2,4	4	3,2		
Paradajkový pretlak	kg	0,7	0,7	0,9	0,9	1	1	1,1	1,1		
Cesnak	kg	0,1	0,09	0,1	0,09	0,15	0,13	0,15	0,13		
Petržlenová vňať	kg	0,05	0,03	0,05	0,03	0,05	0,03	0,1	0,07		

Alergény: 9 - Zeler

Hmotnosť porcie v gramoch

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

Technologický postup:

Umytú, očistenú na kocky nakrájanú cibuľu opražíme na oleji, pridáme na rezance pokrájanú koreňovú zeleninu a opražíme. K zelenine pridáme uvarenú bielu fazuľu (odporúčame použiť bielu fazuľu), očistenú, umytú, pokrájanú hlávkovú kapustu, prelisovaný cesnak a opražený paradajkový pretlak. Zalejeme vodou, osolíme a varíme 20 minút. Dochutíme umytou, posekanou petržlenovou vňaťou pred podávaním.

Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

[illegible]