

5.159 - Polievka brokolicovo-karfiolová

Kategória: Polievky

Počet porcií: 100

Druh Surovín	Veková skupina										
	MJ	A		B		C		D			
		Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
Brokolica	kg	2,5	2,25	3,5	3,15	4	3,6	5	4,5		
Karfiol	kg	2	1,6	3	2,55	4	3,4	5	4,25		
Zemiaky	kg	2	1,4	3	2,1	3	2,1	4	2,8		
Smotana 12%	l	1	1	1,2	1,2	1,5	1,5	2	2		
Maslo	kg	0,15	0,15	0,2	0,2	0,25	0,25	0,3	0,3		
Sol'	kg	0,04	0,04	0,06	0,06	0,08	0,08	0,1	0,1		
Muškatový orech	kg			0,01	0,01	0,02	0,02	0,03	0,03		
Korenie čierne mleté	kg					0,01	0,01	0,02	0,02		
Syr tvrdý	kg	0,5	0,5	0,6	0,6	0,7	0,7	0,9	0,9		
Voda	l	17	17	19	19	21	21	23	23		
Mlieko	l	2	2	3	3	3	3	4	4		

Alergény: 7 - Mlieko

Hmotnosť porcie v gramoch

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

Technologický postup:

Karfiol a brokolicu rozoberieme na ružičky a dáme variť do slanej vody. Pridáme umyté, očistené na kocky nakrájané zemiaky. Po uvarení rozmixujeme. Dochutíme soľou, strúhaným muškátovým orechom a korením. Pridáme smotanu, mlieko a maslo. Povaríme ešte 20 minút. Podávame so strúhaným syrom alebo opečeným celozrnným pečivom.

Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

[illegible]