

### 13.011 - Špagety s bolonskou omáčkou

Kategória: Pokrmy z mletého mäsa a polomäsité pokrmy

Počet porcií: 100

Druh Surovín	Veková skupina										
	MJ	A		B		C		D			
		Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
Špagety	kg	6	6	7	7	8	8	8	8		
Olivový olej	kg	0,2	0,2	0,4	0,4	0,5	0,5	0,6	0,6		
Maslo	kg	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1		
Cibuľa	kg	0,5	0,43	0,6	0,5	0,7	0,6	1	0,9		
Zeler	kg	1,25	1	1,5	1,2	2	1,6	2,5	2		
Mrkva	kg	1,25	1	3,12	2,5	3,75	3	5	4		
Mlieko	l	0,4	0,4	0,4	0,4	0,5	0,5	0,6	0,6		
Muškatový orech	kg	0,01	0,01	0,01	0,01	0,02	0,02	0,02	0,02		
Korenie čierne mleté	kg			0,01	0,01	0,01	0,01	0,02	0,02		
Soľ	kg	0,1	0,1	0,15	0,15	0,2	0,2	0,25	0,25		
Paradajkový pretlak	kg	1	1	1	1	1,25	1,25	1,6	1,6		
Paradajky	kg	6	5,4	8	7,2	10	9	12,5	11,25		
Cesnak	kg	0,02	0,01	0,03	0,02	0,04	0,03	0,05	0,04		
Hovädzie zadné b. k.	kg	3	3	4	4	5	5	6	6		

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

### Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :	180	240	290	350	
<b>Hmotnosť spolu:</b>	180	240	290	350	

### Technologický postup:

Mäso umyjeme, osušíme a zomelieme. Cibulu očistíme, nakrájame najemno a orestujeme na oleji a masle. K cibuli pridáme očistenú nastrúhanú mrkvu a zeler, pár minút opečieme a pridáme pomleté mäso. Zmes podusíme, okoreníme, osolíme, pridáme muškátový oriešok a zalejeme mliekom. Premiešame. Mlieko necháme vyvariť a pridáme nakrájane paradajky. Podľa potreby ešte podlievame vodou. Pred podávaním môžeme dochutiť parmezánom.

### Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

[illegible]