

### 13.058 - Špagety po bolonsky

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	8	8	9	9	10	10		
Cibuľa	kg	0,5	0,43	0,6	0,5	0,7	0,6	1	0,9		
Olej	kg	0,3	0,3	0,5	0,5	0,6	0,6	0,7	0,7		
Hovädzie zadné b. k.	kg	3	3	4	4	5	5	6	6		
Cesnak	kg	0,1	0,09	0,1	0,08	0,15	0,1	0,2	0,16		
Soľ	kg	0,1	0,1	0,15	0,15	0,2	0,2	0,25	0,25		
Syr tvrdý	kg	1	1	1,2	1,2	1,5	1,5	2	2		
Kečup jemný	kg	0,5	0,5	0,8	0,8	0,9	0,9	1	1		
Paradajkový pretlak	kg	1,6	1,6	2	2	2,6	2,6	3,6	3,6		
Bazalka	kg	0,05	0,04	0,06	0,05	0,1	0,07	0,1	0,07		
Korenie čierne mleté	kg			0,01	0,01	0,01	0,01	0,02	0,02		

Alergény: 1 - Obilniny, 7 - Mlieko

### Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :	180	240	280	320	
<b>Hmotnosť spolu:</b>	180	240	280	320	

### Technologický postup:

Mäso umyjeme vcelku, osušíme a pomelieme. Cibulu očistíme, pokrájame, opražíme na oleji, pridáme pomleté mäso, očistený prelisovaný cesnak, paradajkový pretlak, osolíme, podlejeme vodou a podusíme. Do uduseného mäsa pridáme kečup. Špagety uvaríme v slanej vode s troškou oleja. Uvarené prepláchneme vlažnou vodou a scedíme.

Pred podávaním špagety polejeme omáčkou, posypeme strúhaným syrom a umytou posekanou bazalkou.

### Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

[illegible]