

14.054 - Osúch slaný (langoš) s jogurtom *

Kategória: Pokrmy bezmäsité

Počet porcií: 100

Druh Surovín	Veková skupina										
	MJ	A		B		C		D			
		Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
Múka hladká	kg			2	2	4	4	6	6		
Múka polohrubá	kg			4	4	5	5	7	7		
Zemiaky	kg			4	2,8	4,5	3,15	6	4,2		
Vajcia	ks			8	0,4	10	0,5	12	0,6		
Droždie	kg			0,3	0,3	0,4	0,4	0,5	0,5		
Mlieko	l			4	4	6	6	8	8		
Cukor kryštálový	kg			0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1		
Olej do cesta	kg			0,15	0,15	0,2	0,2	0,3	0,3		
Soľ	kg			0,04	0,04	0,05	0,05	0,06	0,06		
Olej	kg			3,25	3,25	4,25	4,25	5,25	5,25		
Jogurt biely 1,5%	kg			2	2	2,5	2,5	3	3		
Cesnak	kg			0,1	0,09	0,15	0,14	0,15	0,14		

Alergény: 1 - Obilniny, 3 - Vajcia, 7 - Mlieko

Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :		160	220	300	
Hmotnost' spolu:		160	220	300	

Technologický postup:

Z časti vlažného mlieka, cukru a droždia si pripravíme kvások, ktorý necháme vykysnúť. Do preosiatej múky dáme vajcia, mlieko, olej, soľ, očistené postrúhané zemiaky a vykysnutý kvások. Vypracujeme vláčne cesto, necháme vykysnúť. Z vykysnutého formujeme malé bochníčky, ktoré rozvaľkame, vkladáme do horúceho tuku a vyprážame z oboch strán. Podávame s jogurtom.

Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

[illegible]