

14.059 - Pizza zeleninová

Kategória: Pokrmý bezmäsité

Počet porcií: 100

Druh Surovín	Veková skupina										
	MJ	A		B		C		D			
		Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
Múka polohrubá	kg	4	4	5	5	7	7	10	10		
Olej	kg	0,6	0,6	1	1	1,2	1,2	1,4	1,4		
Droždie	kg	0,25	0,25	0,3	0,3	0,4	0,4	0,5	0,5		
Cukor kryštálový	kg	0,2	0,2	0,2	0,2	0,3	0,3	0,4	0,4		
Soľ	kg	0,07	0,07	0,09	0,09	0,1	0,1	0,12	0,12		
Mlieko	l	3	3	4,5	4,5	5,5	5,5	7,5	7,5		
Vajcia	ks	8	0,4	12	0,6	16	0,8	20	1		
Korenie na pizzu	kg	0,02	0,02	0,05	0,05	0,06	0,06	0,1	0,1		
Syr tvrdý	kg	2	2	2,5	2,5	3	3	4	4		
Lečo	kg	1,5	1,5	2	2	2,5	2,5	3	3		
Kečup	kg	1,5	1,5	2	2	2,5	2,5	3	3		
Šampiňóny sterilizované	kg	1	1	1,5	1,5	2	2	2,5	2,5		
Kukurica sterilizovaná	kg	1	1	1,5	1,5	2	2	2,5	2,5		
Brokolica	kg	1,5	1,3	2,5	2,13	3,5	3,08	4	3,4		

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

Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :	160	220	280	350	
Hmotnosť spolu:	160	220	280	350	

Technologický postup:

Z časti mlieka, cukru a rozdrobeného droždia pripravíme kvások. Múku preosejeme, pridáme cukor, soľ, vajcia, vyskysnutý kvások, vlašné mlieko, časť oleja a vypracujeme vláčne cesto. Vykysnuté cesto rozdelíme na rovnaké diely a rozvaľkáme na pláty hrubé asi 1 cm. Pláty dáme na olejom vymastený plech, potrieme kečupom, posypeme korením na pizzu, obložíme lečom bez nálevu, kukuricou bez nálevu, šampiňónmi bez nálevu a sparenou brokolicou. Pečieme vo vyhriatej rúre. 20 minút pred dopečením posypeme strúhaným syrom.

Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

[illegible]