

15.011 - Kapustné šatôčky

Kategória: Pokrmy múčne

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	6,3	6,3	8,4	8,4	10,5	10,5	12,6	12,6		
Mlieko	l	3,5	3,5	4,5	4,5	6	6	8	8		
Vajcia	ks	10	0,5	13	0,65	15	0,75	18	0,9		
Droždie	kg	0,3	0,3	0,4	0,4	0,5	0,5	0,6	0,6		
Soľ	kg	0,05	0,05	0,05	0,05	0,08	0,08	0,1	0,1		
Cukor kryštálový	kg	0,5	0,5	0,8	0,8	1	1	1,2	1,2		
Cukor vanilkový	kg	0,04	0,04	0,06	0,06	0,08	0,08	0,1	0,1		
Olej	kg	0,8	0,8	1,2	1,2	1,7	1,7	1,9	1,9		
Cukor škoricový	kg	0,1	0,1	0,12	0,12	0,15	0,15	0,2	0,2		
Plnka:											
Kapusta hlávková	kg	6	4,8	8	6,4	10	8	12	9,6		
Olej	kg	0,4	0,4	0,6	0,6	0,8	0,8	1	1		
Cukor kryštálový	kg	0,5	0,5	0,6	0,6	0,8	0,8	1	1		
Pudingový prášok - vanilkový	kg	0,5	0,5	0,6	0,6	0,7	0,7	0,8	0,8		
Maslo	kg	0,2	0,2	0,3	0,3	0,4	0,4	0,5	0,5		

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

Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :	150	200	260	310	
Hmotnosť spolu:	150	200	260	310	

Technologický postup:

Z časti vlažného mlieka, cukru a droždia si pripravíme kvások. Po vykysnutí ho pridáme do múky, spolu so soľou, vajčkami, olejom a mliekom. Vypracujeme cesto a necháme vykysnúť. Potom cesto rozdelíme, naplníme vychladnutou plnkou, nakrájame na štvorce.

Spojíme vždy dva protiahlé rohy k sebe. Pomastíme, necháme vykysnúť, upečieme. Horúce posypeme škoricovým cukrom.

Plinka: z oleja a kryštálového cukru spravíme karamel, vložíme najemno pokrájanú hlávkovú kapustu, vanilkový cukor a udušíme.

Zmiešame s vanilkovým pudíngom, odstavíme a necháme vychladnúť. Na ziemnenie pridáme do plnky maslo.

Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

[illegible]