

15.017 - Lievance s lekvárom, jogurtom a ovsenými vločkami

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
Mlieko	l	7	7	10	10	13	13	16	16		
Múka hladká	kg	3	3	4,5	4,5	5,3	5,3	6,5	6,5		
Vajcia	ks	10	0,5	15	0,75	20	1	25	1,25		
Droždie	kg	0,25	0,25	0,35	0,35	0,35	0,35	0,4	0,4		
Soľ	kg	0,03	0,03	0,04	0,04	0,05	0,05	0,06	0,06		
Olej	kg	1,5	1,5	1,8	1,8	2,3	2,3	2,8	2,8		
Lekvár slivkový	kg	2,5	2,5	3,5	3,5	4,5	4,5	5,5	5,5		
Cukor kryštálový	kg	0,4	0,4	0,5	0,5	0,6	0,6	0,7	0,7		
Cukor práškový	kg	0,4	0,4	0,6	0,6	0,7	0,7	0,8	0,8		
Ovsené vločky	kg	1,5	1,5	2	2	2,5	2,5	3	3		
Tvaroh	kg	1,5	1,5	2,5	2,5	3	3	3,5	3,5		
Jogurt biely 1,5%	kg	2	2	3	3	3,5	3,5	3,5	3,5		

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

Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :	180	240	290	330	
Hmotnosť spolu:	180	240	290	330	

Technologický postup:

Z časti vlažného mlieka, cukru a droždia pripravíme kvások. Necháme vykysnúť. Do preosiatej múky zamiešame, vajcia, kvások, soľ, pomleté ovsené vločky a vlažným mliekom vypracujeme cesto. Na vyhriatej, olejom vymastenej panvici upečieme lievance. Hotové lievance tesne pred podávaním potrieme lekvárom, posypeme tvarohom a cukrom. Do stredu dáme jogurt.

Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

[illegible]