

15.055 - Závin kysnutý s makovou plnkou

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	7,8	7,8	9,9	9,9	11	11	13,1	13,1		
Mlieko	l	4	4	5,5	5,5	6,5	6,5	8,5	8,5		
Tuk	kg	0,7	0,7	1	1	1,2	1,2	1,4	1,4		
Soľ	kg	0,02	0,02	0,03	0,03	0,04	0,04	0,05	0,05		
Droždie	kg	0,35	0,35	0,45	0,45	0,5	0,5	0,6	0,6		
Vajcia	ks	8	0,4	12	0,6	14	0,7	16	0,8		
Cukor kryštálový	kg	0,4	0,4	0,6	0,6	0,8	0,8	1	1		
Cukor práškový	kg	0,3	0,3	0,4	0,4	0,5	0,5	0,6	0,6		
Plnka:											
Mak	kg	2,5	2,5	3,5	3,5	4	4	4,5	4,5		
Cukor kryštálový	kg	1,2	1,2	1,6	1,6	2	2	2,2	2,2		
Cukor vanilkový	kg	0,02	0,02	0,05	0,05	0,05	0,05	0,06	0,06		
Lekvár slivkový	kg	1,2	1,2	1,5	1,5	1,7	1,7	2	2		

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

Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :	130	200	230	290	
Hmotnosť spolu:	130	200	230	290	

Technologický postup:

Do časti vlašného mlieka pridáme trochu cukru, rozdrobené droždie a zamiešame. Necháme vykysnúť. Múku preosejeme, pridáme cukor, žltka, roztopený tuk, vykysnutý kvások a soľ. Vlažným mliekom vypracujeme vláčne cesto, ktoré necháme vykysnúť. Vykysnuté cesto rozdelíme na diely, rozvaľkáme, naplníme plnkou, zvinieme a dáme na olejom vymastený plech. Potrieme olejom, necháme vykysnúť a upečieme. Po vychladnutí krájame na porcie a pred podávaním posypeme práškovým cukrom.

Plnka: do pomletého maku zamiešame slivkový lekvár, kryštálový, vanilkový cukor a natrieme na pripravené cesto.

Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

[illegible]