

# 15.062 - Žemľovka s tvarohom II

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
Žemle	kg	5	5	7	7	8	8	10	10		
Mlieko	l	8	8	10	10	12	12	14	14		
Tvaroh	kg	5	5	7	7	8	8	9,5	9,5		
Maslo	kg	1,1	1,1	1,35	1,35	1,5	1,5	1,9	1,9		
Soľ	kg	0,03	0,03	0,04	0,04	0,05	0,05	0,07	0,07		
Vajcia	ks	20	1	24	1,2	28	1,4	32	1,6		
Cukor kryštálový	kg	1,1	1,1	1,3	1,3	1,5	1,5	1,8	1,8		
Cukor práškový	kg	0,3	0,3	0,5	0,5	0,5	0,5	0,6	0,6		
Hrozienka	kg	0,4	0,4	0,5	0,5	0,5	0,5	0,6	0,6		
Cukor vanilkový	kg	0,1	0,1	0,1	0,1	0,15	0,15	0,15	0,15		
Olej	kg	0,1	0,1	0,2	0,2	0,2	0,2	0,3	0,3		
Strúhanka	kg	0,2	0,2	0,2	0,2	0,25	0,25	0,25	0,25		

Alergény: 1 - Obilniny, 3 - Vajcia, 7 - Mlieko, 12 - Siročítany

## Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :	200	250	290	340	
<b>Hmotnosť spolu:</b>	200	250	290	340	

## Technologický postup:

Žemle pokrájame na kocky, pokropíme mliekom, do ktorého zamiešame žltky a sneh z polovice vajec, soľ, časť cukru a masla.

Polovicu žemlí poukladáme na vymastený a strúhankou vysypaný pekáč, potrieme tvarohovou plnkou, prikryjeme druhou polovicou žemlí. Pokvapkáme maslom a upečieme. Upečenú žemľovku posypeme práškovým cukrom.

Plnka: žltka vymiešame s cukrom, pridáme vanilkový cukor, umyté hrozienka, soľ, prelisovaný tvaroh a tuhý sneh. Zľahka zamiešame.

## Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

Skup.	Kcal	kJ	B.Živ.	B.Ras.	Tuky	Sach.	Ca	P	Fe	Vit.A	Vit.B1	Vit.B2	Vit.PP	Vit.C	Vlák.
A:	474	1983	14,79	0,00	20,7	55,3	169,5		1,80					1,0	2,90
B:	636	2660	20,00	0,00	27,6	74,3	219,9		2,40					1,2	4,00
C:	740	3098	23,50	0,00	31,2	88,3	260,4		2,90					1,4	4,80
D:	884	3699	27,66	0,00	38,5	103,1	306,2		3,30					1,7	5,70