

## 17.015 - Ryža zeleninová

Kategória: Prílohy

Počet porcií: 100

Druh Surovín	Veková skupina										
	MJ	A		B		C		D			
		Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
Ryža	kg	4	4	5,5	5,5	6,5	6,5	7,5	7,5		
Olej	kg	0,25	0,25	0,3	0,3	0,4	0,4	0,6	0,6		
Cibuľa	kg	0,3	0,25	0,4	0,34	0,5	0,42	0,6	0,51		
Koreňová zelenina	kg	4	3,2	6	4,8	7	5,6	8	6,4		
Klinčeky	kg	0,01	0,01	0,02	0,02	0,02	0,02	0,03	0,03		
Sol'	kg	0,06	0,06	0,08	0,08	0,1	0,1	0,12	0,12		

Alergény: 9 - Zeler

### Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :	110	145	175	210	
<b>Hmotnosť spolu:</b>	110	145	175	210	

### Technologický postup:

Ryžu preberieme, umyjeme, necháme odkvapkať a oparíme na oleji. Posolíme, pridáme očistenú cibuľu, do ktorej napicháme klinčeky, zalejeme vriacou vodou, prikryjeme a dusíme do mäkkka. Očistenú na kocky nakrájanú koreňovú zeleninu uvaríme do mäkkka. Z udusenej ryže odstránime cibuľu a zľahka primiešame s uvarenou koreňovou zeleninou.

### Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

[illegible]