

17.025 - Zemiakový šalát so zeleninou I.

Kategória: Prílohy

Počet porcií: 100

Druh Surovín	Veková skupina										
	MJ	A		B		C		D			
		Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
Zemiaky XII - II	kg	18	12,6	24	16,8	29	20,3	32	22,4		
Soľ	kg	0,08	0,08	0,1	0,1	0,12	0,12	0,15	0,15		
Uhorky sterilizované	kg	1,2	1,08	1,5	1,35	1,8	1,62	2	1,8		
Cibuľa	kg	0,7	0,59	1,2	1,02	1,5	1,27	1,5	1,27		
Hrášok	kg	0,3	0,3	0,5	0,5	0,7	0,7	1	1		
Cukor kryštálový	kg	0,1	0,1	0,15	0,15	0,2	0,2	0,25	0,25		
Ocot	l	0,1	0,1	0,2	0,2	0,25	0,25	0,3	0,3		
Korenie čierne mleté	kg			0,01	0,01	0,01	0,01	0,02	0,02		
Olej olivový	kg	0,1	0,1	0,2	0,2	0,25	0,25	0,35	0,35		
Horčica	kg	0,1	0,1	0,15	0,15	0,15	0,15	0,2	0,2		
Koreňová zelenina	kg	1,5	1,2	2,5	2	3	2,4	3,5	2,8		

Alergény: 9 - Zeler, 10 - Horčica

Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :	150	190	240	280	
Hmotnosť spolu:	150	190	240	280	

Technologický postup:

Očistené, umyté zemiaky dáme variť do vriacej osolenej vody. Scedíme, necháme vychladnúť a pokrájame na malé kocky. Pridáme očistenú, nadrobno pokrájanú cibuľu, ktorú sparíme vriacou vodou. Uhorky bez nálevu a očistenú, osobitne uvarenú koreňovú zeleninu pokrájame na drobné kocky a spolu s hráškom pridáme k zemiakom. Vo vode rozmiešame soľ, cukor, ocot, olej, korenie, horčicu a prevaríme. Touto marinádou šalát dochutíme, rozriedime podľa potreby s vývarom z koreňovej zeleniny a zľahka premiešame.

Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

[illegible]