

## 17.046 - Bulgur

Kategória: Prílohy

Počet porcií: 100

Druh Surovín	Veková skupina										
	MJ	A		B		C		D			
		Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
Bulgur	kg	4	4	5	5	6	6	7	7		
Voda	l	9	9	11,5	11,5	13	13	15	15		
Maslo	kg	0,15	0,15	0,2	0,2	0,25	0,25	0,3	0,3		
Ochucovadlo zeleninové	kg			0,05	0,05	0,1	0,1	0,15	0,15		
Sol'	kg	0,03	0,03	0,05	0,05	0,07	0,07	0,08	0,08		

**Alergény: 1 - Obilniny**

### Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :	110	140	160	190	
<b>Hmotnosť spolu:</b>	110	140	160	190	

### Technologický postup:

Bulgur celý zalejeme predpísaným množstvom vody, dochutíme ochucovadlom a soľou. Prikryjeme a pečieme v rúre 30 - 40 minút pri teplote 180°C. Po upečení premiešame vidličkou.

### Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

[illegible]