

17.056 - Ryža dusená s hrachom a bazalkou

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	3,5	3,5	5	5	6	6	7	7		
Hrach žltý	kg	1	1	1,3	1,3	1,5	1,5	2	2		
Olej	kg	0,1	0,1	0,12	0,12	0,15	0,15	0,2	0,2		
Pór	kg	1	0,8	1,5	1,2	1,7	1,4	2	1,6		
Cesnak	kg	0,05	0,04	0,05	0,04	0,07	0,06	0,1	0,09		
Soľ	kg	0,03	0,03	0,04	0,04	0,06	0,06	0,08	0,08		
Ochucovadlo	kg			0,03	0,03	0,04	0,04	0,05	0,05		

Alergény:

Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :	100	140	160	185	
Hmotnosť spolu:	100	140	160	185	

Technologický postup:

Ryžu preberieme, umyjeme, scedíme. Hrach namočíme a uvaríme zvlášť do mäkka. Na oleji podusíme očistený, pokrájaný pór, očistený prelisovaný cesnak, vložíme ryžu, zalejeme vriacou vodou, osolíme, ochutíme ochucovadlom a uvaríme. K uvarenej ryži pridáme uvarený hrach a umytú, očistenú, posekanú petržlenovú vňať. Spolu dobre premiešame.

Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

[illegible]