

17.066 - Ratatouille

Kategória: Prílohy

Počet porcií: 100

Druh Surovín	Veková skupina										
	MJ	A		B		C		D			
		Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
Baklažán	kg	3	2,55	4	2,8	5	4,25	6	5,1		
Cibuľa	kg	1,2	1,02	1,5	1,28	2	1,85	2,5	2,17		
Šampiňóny čerstvé	kg	0,6	0,5	1	0,85	1,5	1,28	2	1,7		
Paprika kalifornská farebná	kg	1,5	1,13	2	1,5	2,5	1,68	3	2,25		
Paradajky	kg	1,5	1,35	2	1,8	2,5	2,25	3	2,7		
Cuketa	kg	2,5	2	3	2,55	4	3,4	5	4,25		
Cesnak	kg	0,08	0,07	0,09	0,08	0,1	0,09	0,12	0,1		
Olej	kg	0,25	0,25	0,3	0,3	0,35	0,35	0,4	0,4		
Soľ	kg	0,04	0,04	0,04	0,04	0,05	0,05	0,06	0,06		
Korenie provensálske	kg			0,01	0,01	0,01	0,01	0,02	0,02		

Alergény:

Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :	80	100	120	150	
Hmotnosť spolu:	80	100	120	150	

Technologický postup:

Cuketu, baklažán a šampiňóny očistíme a pokrájame na kocky. Paradajky očistíme, olúpeme a lyžičkou z nich vyberieme semienka a dužinu pokrájame na kocky. Papriku očistíme, pokrájame na pásiky. Cibulu očistíme, pokrájame, opražíme na oleji, pridáme pripravenú zeleninu. Opražíme a za občasného miešania dusíme asi 10 minút. Primiešame bylinky, prelisovaný cesnak a dusíme, aby sa šťava zredukovala. Jedlo musí mať hustejšiu konzistenciu.

Podáva sa ako príloha k mäsu.

Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

[illegible]