

18.001 - Prívarok cuketový

Kategória: Prívarky

Počet porcií: 100

Druh Surovín	Veková skupina										
	MJ	A		B		C		D			
		Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
Cuketa	kg	13	9,1	15	10,5	17	11,9	19	13,3		
Soľ	kg	0,06	0,06	0,08	0,08	0,1	0,1	0,12	0,12		
Olej	kg	0,15	0,15	0,25	0,25	0,35	0,35	0,45	0,45		
Múka hladká	kg	0,4	0,4	0,5	0,5	0,55	0,55	0,6	0,6		
Mlieko	l	5	5	6	6	7	7	8	8		
Rasca	kg	0,01	0,01	0,01	0,01	0,01	0,01	0,01	0,01		
Cibuľa	kg	0,25	0,21	0,3	0,25	0,4	0,35	0,5	0,42		
Kôpor čerstvý	kg	0,1	0,07	0,1	0,07	0,15	0,11	0,2	0,15		
Citróny	kg	0,5	0,2	0,6	0,24	0,6	0,24	0,6	0,24		
Maslo	kg	0,1	0,1	0,15	0,15	0,15	0,15	0,2	0,2		
Smotana kyslá	l	0,75	0,75	1	1	1	1	1,25	1,25		

Alergény: 1 - Obilniny, 7 - Mlieko

Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :	130	160	190	210	
Hmotnosť spolu:	130	160	190	210	

Technologický postup:

Umytú cuketu ošúpeme, zbavíme jadierok, postrúhame, posolíme a necháme postáť, aby pustila vodu. Na oleji opražíme očistenú, pokrájanú cibulu, pridáme cuketu, rascu a dusíme. Múku opražíme na sucho, roztrieďme vodou, mliekom a smotanou. Povaríme a vlejeje na cuketu. Dochutíme soľou, citrónovou šťavou, posekaným umytým kôprom, zjemníme maslom a varíme ešte 20 minút.

Podávame ako prílohu k rôzne upravenému mäsu, varenému vajcu s varenými zemiakmi.

Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

[illegible]