

18.002 - Prívarok fazuľkový so zemiakmi

Kategória: Prívarky

Počet porcií: 100

Druh Surovín	Veková skupina										
	MJ	A		B		C		D			
		Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
Fazuľka sterilizovaná	kg	5	5	6	6	8	8	10	10		
Soľ	kg	0,06	0,06	0,08	0,08	0,1	0,1	0,12	0,12		
Cibuľa	kg	0,5	0,42	0,7	0,59	0,8	0,68	1	0,85		
Olej	kg	0,15	0,15	0,25	0,25	0,3	0,3	0,4	0,4		
Mlieko	l	5	5	7	7	8	8	9	9		
Smotana kyslá	l	0,75	0,75	1	1	1,2	1,2	1,5	1,5		
Múka hladká	kg	0,45	0,45	0,6	0,6	0,7	0,7	0,9	0,9		
Kôpor	kg	0,15	0,11	0,15	0,11	0,2	0,15	0,2	0,15		
Cukor kryštálový	kg	0,1	0,1	0,1	0,1	0,15	0,15	0,2	0,2		
Ocot	l	0,15	0,15	0,2	0,2	0,3	0,3	0,4	0,4		
Zemiaky	kg	5	4	6	4,8	6	4,8	7	5,6		

Alergény: 1 - Obilniny, 7 - Mlieko

Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :	140	170	200	230	
Hmotnosť spolu:	140	170	200	230	

Technologický postup:

Na oleji opražíme očistenú na drobno pokrújanú cibuľu, zasypeme múkou, jemne opražíme, rozriedime vodou z fazuľky bez nálevu a mliekom. Pridáme umyté, očistené, na kocky pokrújané, uvarené zemiaky, fazuľku (sterilizovanú alebo mrazenú) a prevaríme. Pridáme smotanu, dochutíme soľou, cukrom, octom, očisteným, posekaným kôprom a varíme 20 minút.

Podávame ako prílohu k pečenému, dusenému mäsu , karbonátku alebo k varenému vajcu.

Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

[illegible]