

18.005 - Prívarok kalerábový

Kategória: Prívarky

Počet porcií: 100

Druh Surovín	Veková skupina										
	MJ	A		B		C		D			
		Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
Kaleráb	kg	11,5	9,2	13	10,4	15	12	18	14,4		
Mlieko	l	5	5	7	7	8	8	9	9		
Maslo	kg	0,2	0,2	0,3	0,3	0,4	0,4	0,5	0,5		
Soľ	kg	0,06	0,06	0,08	0,08	0,1	0,1	0,12	0,12		
Múka hladká	kg	0,7	0,7	0,8	0,8	1	1	1,2	1,2		
Petržlenová vňať	kg	0,1	0,07	0,1	0,07	0,15	0,11	0,15	0,11		
Cukor kryštálový	kg	0,1	0,1	0,15	0,15	0,2	0,2	0,25	0,25		
Citróny	kg	0,4	0,16	0,5	0,2	0,5	0,2	0,6	0,24		
Smotana 12%	l	0,8	0,8	1	1	1,3	1,3	1,5	1,5		
Olej	kg	0,1	0,1	0,15	0,15	0,15	0,15	0,2	0,2		

Alergény: 1 - Obilniny, 7 - Mlieko

Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :	130	150	180	200	
Hmotnosť spolu:	130	150	180	200	

Technologický postup:

Očistený, umytý kaleráb postrúhame, podusíme na oleji, podlejeme malým množstvom vody, osolíme a udusíme. Zahustíme nasucho opraženou hladkou múkou, ktorú rozriedime mliekom a smotanou. Dochutíme soľou, cukrom, citrónovou šťavou, maslom, očistenou, posekanou petržlenovou vňaťou a varíme ešte 20 minút.

Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

[illegible]