

18.006 - Prívarok kapustový s paradajkovým pretlakom a smotanou

Kategória: Prívarky

Počet porcií: 100

Druh Surovín	Veková skupina										
	MJ	A		B		C		D			
		Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
Kapusta hlávková biela	kg	11	8,8	14	11,2	16	12,8	19	15,2		
Olej	kg	0,3	0,3	0,4	0,4	0,5	0,5	0,6	0,6		
Smotana 12%	l	0,75	0,75	1	1	1,5	1,5	2	2		
Múka hladká	kg	0,3	0,3	0,4	0,4	0,6	0,6	0,7	0,7		
Cukor kryštálový	kg	0,15	0,15	0,2	0,2	0,25	0,25	0,3	0,3		
Cibuľa	kg	0,7	0,59	1	0,85	1,3	1,1	1,5	1,27		
Paradajkový pretlak	kg	0,8	0,8	1	1	1,3	1,3	1,6	1,6		
Soľ	kg	0,06	0,06	0,08	0,08	0,1	0,1	0,12	0,12		
Rasca	kg	0,02	0,02	0,04	0,04	0,06	0,06	0,08	0,08		
Ocot	l	0,2	0,2	0,2	0,2	0,25	0,25	0,3	0,3		

Alergény: 1 - Obilniny, 7 - Mlieko

Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :	120	150	190	220	
Hmotnosť spolu:	120	150	190	220	

Technologický postup:

Na oleji opražíme očistenú, pokrajanú cibuľu, pridáme očistenú, na rezance pokrájanú kapustu, soľ, rascu, podlejeme vodou a dusíme do mäkkka. Do udusenej kapusty pridáme paradajkový pretlak, v smotane rozšľahanú na sucho opraženú múku, dochutíme octom a cukrom. Povaríme 20 minút.

Podávame so zemiakmi, knedľou a s rôzne upraveným mäsom.

Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

[illegible]