

18.019 - Kapusta hlávková s paradajkovým pretlakom

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	13	10,4	15	12	19	15,2		
Soľ	kg	0,05	0,05	0,07	0,07	0,1	0,1	0,12	0,12		
Olej	kg	0,2	0,2	0,3	0,3	0,4	0,4	0,5	0,5		
Múka hladká	kg	0,3	0,3	0,4	0,4	0,5	0,5	0,6	0,6		
Cibuľa	kg	0,5	0,42	0,5	0,42	0,7	0,59	0,7	0,59		
Rasca	kg	0,01	0,01	0,01	0,01	0,02	0,02	0,02	0,02		
Paradajkový pretlak	kg	0,9	0,9	1,1	1,1	1,3	1,3	2	2		
Cukor kryštálový	kg	0,2	0,2	0,3	0,3	0,4	0,4	0,5	0,5		

Alergény: 1 - Obilniny

Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :	110	130	160	200	
Hmotnosť spolu:	110	130	160	200	

Technologický postup:

Očistenú, pokrájanú cibuľu opražíme na oleji, pridáme očistenú na drobno pokrájanú kapustu, rascu, soľ, podlejeme vodou a dusíme.

Pridáme na sucho opraženú múku rozriedenú vodou a paradajkový pretlak. Dochutíme soľou, cukrom a povaríme.

Podávame k pečenému mäsu, sekanej, karbonátu a vareným zemiakom.

Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

[illegible]