

19.007 - Omáčka brokolicovo syrová

Kategória: Omáčky

Počet porcií: 100

Druh Surovín	Veková skupina										
	MJ	A		B		C		D			
		Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
Olej	kg	0,2	0,2	0,3	0,3	0,4	0,4	0,5	0,5		
Múka hladká	kg	0,75	0,75	0,9	0,9	1,1	1,1	1,3	1,3		
Mlieko	l	9	9	11	11	13	13	15	15		
Smotana 12%	l	0,7	0,7	1	1	1,2	1,2	1,5	1,5		
Brokolica	kg	2,5	2,25	3,5	3,15	4	3,6	5	4,5		
Syr tvrdý	kg	0,5	0,5	0,7	0,7	1	1	1,2	1,2		
Maslo	kg	0,1	0,1	0,1	0,1	0,15	0,15	0,15	0,15		
Soľ	kg	0,05	0,05	0,07	0,07	0,1	0,1	0,12	0,12		
Korenie biele mleté	kg			0,01	0,01	0,01	0,01	0,01	0,01		
Muškatový orech	kg			0,01	0,01	0,01	0,01	0,01	0,01		

Alergény: 1 - Obilniny, 7 - Mlieko

Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :	125	145	170	200	
Hmotnosť spolu:	125	145	170	200	

Technologický postup:

Z časti múky opraženej nasucho, oleja a mlieka pripravíme bešamel, do ktorého pridáme uvarenú brokolicu, rozobratú na ružičky.

Zvyšnú časť múky rozšľaháme so smotanou, pridáme do pripravenej omáčky spolu so strúhaným syrom. Necháme prejsť varom.

Dochutíme soľou, bielym korením a postrúhaným muškátovým orechom. Nakoniec zjemníme maslom.

Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

[illegible]