

21.043 - Závin piškótový s džemom

Kategória: Múčniky

Počet porcií: 100

Druh Surovín	Veková skupina										
	MJ	A		B		C		D			
		Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
Múka polohrubá	kg	1,25	1,25	1,25	1,25	1,25	1,25	1,5	1,5		
Múka hladká	kg	0,15	0,15	0,15	0,15	0,15	0,15	0,2	0,2		
Cukor práškový	kg	1,4	1,4	1,4	1,4	1,4	1,4	1,65	1,65		
Vajcia	ks	28	1,4	28	1,4	28	1,4	34	1,7		
Džem ovocný	kg	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,9	1,9		
Prášok do pečiva	kg	2	0,02	2	0,02	2	0,02	2	0,02		

Alergény: 1 - Obilniny, 3 - Vajcia

Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :	45	45	45	55	
Hmotnosť spolu:	45	45	45	55	

Technologický postup:

Žltky s časťou cukru vymiešame do peny, pridáme striedavo preosiatu múku s práškom do pečiva a tuhý sneh z bielkov, vyšľahaný s druhou časťou cukru. Cesto rozotrieme na plech, na ktorý dáme papier na pečenie. Pečieme v dobre vyhriatej rúre. Upečený plát stočíme a necháme vychladnúť. Vychladnuté cesto rozvineme, papier stiahneme, potrieme džemom a znovu zviníme. Závin posypeme práškovým cukrom(A - 0,15kg, B - 0,15kg, C - 0,15kg, D - 0,15kg) a pokrájame.

Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

Skup.	Kcal	kJ	B.Živ.	B.Ras.	Tuky	Sach.	Ca	P	Fe	Vit.A	Vit.B1	Vit.B2	Vit.PP	Vit.C	Vlák.
A:	165	690	3,13	0,00	1,7	33,5	11,7		0,50					0,5	0,60
B:	165	690	3,13	0,00	1,7	33,5	11,7		0,50					0,5	0,60
C:	165	690	3,13	0,00	1,7	33,5	11,7		0,50					0,5	0,60
D:	200	838	3,81	0,00	2,1	40,6	14,3		0,60					0,6	0,80