

21.047 - Banánový šalát s jahodami

Kategória: Múčniky

Počet porcií: 100

Druh Surovín	Veková skupina										
	MJ	A		B		C		D			
		Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
Banány	kg	9	6,5	10,5	7,5	10,5	7,5	12,6	9		
Smotana kyslá	l	1,6	1,6	1,8	1,8	1,8	1,8	2	2		
Jahody	kg	2,2	2	3,3	3	3,3	3	4,4	4		
Cukor vanilkový	kg	0,4	0,4	0,5	0,5	0,5	0,5	0,6	0,6		

Alergény:

Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :	100	120	120	130	
Hmotnosť spolu:	100	120	120	130	

Technologický postup:

Banány očistíme a nakrájame na kolieska. Pridáme čerstvé umyté a očistené jahody (podľa sezóny mrazené alebo sterilizované), kyslú smotanu, ochutíme vanilkovým cukrom a zľahka premiešame. Hotový šalát môžeme dozdobit lístkami mäty, alebo medovky.

Podávame ako múčnik k obedu, alebo doplnkový pokrm s piškótou.

Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

[illegible]