

21.053 - Chrumkavé crumble

Kategória: Múčniky

Počet porcií: 100

| Druh Surovín | Veková skupina | | | | | | | | | | |
|----------------|----------------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| | MJ | A | | B | | C | | D | | | |
| | | Hrubá | Čistá | Hrubá | Čistá | Hrubá | Čistá | Hrubá | Čistá | Hrubá | Čistá |
| Hrušky | kg | 2,2 | 2 | 3 | 2,7 | 3 | 2,7 | 4 | 3,6 | | |
| Jablká | kg | 2,2 | 2 | 3 | 2,7 | 3 | 2,7 | 4 | 3,6 | | |
| Broskyne | kg | 2,2 | 2 | 3 | 2,7 | 3 | 2,7 | 4 | 3,6 | | |
| Ovsené vločky | kg | 0,7 | 0,7 | 0,8 | 0,8 | 0,8 | 0,8 | 1 | 1 | | |
| Cukor práškový | kg | 0,7 | 0,7 | 0,8 | 0,8 | 0,8 | 0,8 | 1 | 1 | | |
| Múka špaldová | kg | 0,3 | 0,3 | 0,4 | 0,4 | 0,4 | 0,4 | 0,5 | 0,5 | | |
| Maslo | kg | 0,7 | 0,7 | 0,8 | 0,8 | 0,8 | 0,8 | 1 | 1 | | |
| Škorica mletá | kg | 0,06 | 0,06 | 0,08 | 0,08 | 0,08 | 0,08 | 0,1 | 0,1 | | |
| Citróny | kg | 0,7 | 0,28 | 0,8 | 0,32 | 0,8 | 0,32 | 1 | 0,4 | | |

Alergény: 1 - Obilniny, 7 - Mlieko

Hmotnosť porcie v gramoch

| | | | | | |
|------------------------|----|----|----|-----|--|
| porcia : | 60 | 75 | 75 | 100 | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| Hmotnosť spolu: | 60 | 75 | 75 | 100 | |

Technologický postup:

Ovocie umyjeme, očistíme, nakrájame na kocky, pokvapkáme citrónovou šťavou, vložíme do maslom vymasteného pekáča. Posypeme posýpkou, ktorú si pripravíme z ovsených vločiek, múky, cukru, škoric a masla. Pečieme pri 180°C asi 30 minút. Chrumkavé crumble sú výborné teplé, môžeme ich poliať aj bielym jogurtom.

Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

[illegible]