

24.049 - Šalát z hlávkovej kapusty

Kategória: Šaláty

Počet porcií: 100

Druh Surovin	Veková skupina										
	MJ	A		B		C		D			
		Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
Kapusta hlávková biela	kg	6	4,8	8,5	6,8	8,5	6,8	11	8,8		
Rasca mletá	kg	0,03	0,03	0,04	0,04	0,04	0,04	0,05	0,05		
Cibuľa	kg	0,4	0,34	0,65	0,55	0,65	0,55	1	0,85		
Olej olivový	kg	0,1	0,1	0,15	0,15	0,15	0,15	0,2	0,2		
Cukor kryštálový	kg	0,2	0,2	0,3	0,3	0,3	0,3	0,4	0,4		
Ocot	l	0,15	0,15	0,25	0,25	0,25	0,25	0,4	0,4		
Soľ	kg	0,04	0,04	0,06	0,06	0,06	0,06	0,1	0,1		
Voda	l	1	1	2	2	2	2	2,5	2,5		

Alergény:

Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :	55	100	100	120	
Hmotnost' spolu:	55	100	100	120	

Technologický postup:

Kapustu umyjeme, očistíme, postrúhame a pridáme rascu. Cibuľu očistíme, pokrájame na drobno, pridáme k postrúhanej kapuste.

Zalejeme nálevom z vody, cukru, octu a soli. Ziemníme olejom a premiešame.

Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

[illegible]