

24.052 - Šalát z hlávkovej kapusty s jablkami

Kategória: Šaláty

Počet porcií: 100

Druh Surovín	Veková skupina										
	MJ	A		B		C		D			
		Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
Kapusta hlávková biela	kg	4	3,2	5	4	5	4	6	4,8		
Jablká	kg	1	0,75	2	1,3	2	1,3	3	1,95		
Olej olivový	kg	0,1	0,1	0,15	0,15	0,15	0,15	0,2	0,2		
Cukor kryštálový	kg	0,25	0,25	0,35	0,35	0,35	0,35	0,4	0,4		
Ocot	l	0,1	0,1	0,2	0,2	0,2	0,2	0,2	0,2		
Soľ	kg	0,03	0,03	0,05	0,05	0,05	0,05	0,1	0,1		
Voda	l	1	1	1,8	1,8	1,8	1,8	2,5	2,5		

Alergény:

Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :	55	80	80	100	
Hmotnosť spolu:	55	80	80	100	

Technologický postup:

Hlávkovú kapustu umyjeme, očistíme a postrúhame. Jablká umyjeme, očistíme, postrúhame a pridáme k nastrúhanej kapuste. Zalejeme nálevom z vody, cukru, octu a soli. Nakoniec pridáme olej a premiešame.

Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

[illegible]