

24.054 - Šalát z kyslej 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 kyslá	kg	4	4	6,5	6,5	6,5	6,5	8	8		
Jablká	kg	1	0,65	1,5	1	1,5	1	2	1,3		
Cibuľa	kg	0,2	0,17	0,35	0,3	0,35	0,3	0,6	0,5		
Olej olivový	kg	0,05	0,05	0,1	0,1	0,1	0,1	0,2	0,2		
Cukor kryštálový	kg	0,2	0,2	0,25	0,25	0,25	0,25	0,35	0,35		
Voda	l	1	1	1,5	1,5	1,5	1,5	2	2		

Alergény:

Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :	55	90	90	110	
Hmotnost' spolu:	55	90	90	110	

Technologický postup:

Jablká umyjeme, ošúpeme a postrúhame. Pridáme ich do posekanej kyslej kapusty bez nálevu. Cibuľu očistíme, umyjeme a pokrájame na drobno a pridáme do kapusty. Z vody a cukru urobíme nálev, zalejeme šalát, pridáme olej a premiešame.

Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

[illegible]