

24.061 - Šalát zelerový 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
Zeler	kg	3	2,4	4,5	3,6	4,5	3,6	6	4,8		
Jablká	kg	2	1,3	3,5	2,27	3,5	2,27	5	3,25		
Cibula	kg	0,8	0,68	1,3	1,1	1,3	1,1	2	1,7		
Olej	kg	0,08	0,08	0,1	0,1	0,1	0,1	0,15	0,15		
Cukor kryštálový	kg	0,2	0,2	0,3	0,3	0,3	0,3	0,45	0,45		
Ocot	l	0,1	0,1	0,2	0,2	0,2	0,2	0,35	0,35		
Soľ	kg	0,04	0,04	0,05	0,05	0,05	0,05	0,06	0,06		
Voda	l	0,5	0,5	1	1	1	1	1,5	1,5		

Alergény: 9 - Zeler

Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :	55	85	85	120	
Hmotnosť spolu:	55	85	85	120	

Technologický postup:

Umytý, očistený zeler dáme variť do malého množstva vody a uvaríme do mäkka. Uvarený nakrájame na plátky alebo postrúhame.

Pridáme na drobno pokrújanú cibuľu, olej a dobre premiešame. Zalejeme nálevom z vody, cukru, octu, soli. Jablka ošúpeme a postrúhame do pripraveného šalátu. Všetko spolu premiešame.

Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

[illegible]