

## 5.146 - Polievka benátska

Kategória: Polievky

Počet porcií: 100

Druh Surovín	Veková skupina										
	MJ	A		B		C		D		Hrubá	Čistá
		Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá		
Olej	kg	0,1	0,1	0,15	0,15	0,2	0,2	0,25	0,25		
Voda	l	20	20	22	22	24	24	28	28		
Paradajky lúpané	kg	3	3	4	4	5	5	6	6		
Bazalka	kg	0,06	0,05	0,08	0,06	0,1	0,08	0,15	0,12		
Smotana 12%	l	0,7	0,7	0,8	0,8	0,9	0,9	1,1	1,1		
Múka hladká	kg	0,25	0,25	0,3	0,3	0,4	0,4	0,5	0,5		
Soľ	kg	0,04	0,04	0,06	0,06	0,08	0,08	0,1	0,1		
Cukor kryštalový	kg	0,35	0,35	0,4	0,4	0,45	0,45	0,6	0,6		

Alergény: 1 - Obilniny, 7 - Mlieko

### Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :	180	200	220	250	
<b>Hmotnosť spolu:</b>	180	200	220	250	

### Technologický postup:

Lúpané paradajky, olej, nasekanú bazalku zalejeme vodou, privedieme do varu a varíme asi 5 až 10 minút. Vriacu polievku zahustíme hladkou múkou, opraženou nasucho a znovu varíme. Polievku prepasírujeme, dochutíme cukrom, soľou a zjemníme smotanou. Varíme ešte 20 minút.

### Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

Skup.	Kcal	kJ	B.Živ.	B.Ras.	Tuky	Sach.	Ca	P	Fe	Vit.A	Vit.B1	Vit.B2	Vit.PP	Vit.C	Vlák.
A:	102	426	2,90	0,00	3,0	10,2	22,1		0,20					7,9	1,00
B:	113	472	3,10	0,00	3,3	12,7	25,3		0,30					9,3	1,20
C:	142	594	3,40	0,00	3,5	14,1	28,2		0,30					10,3	1,40
D:	168	702	3,80	0,00	3,9	15,9	32,3		0,40					12,6	1,70