

Witam Was serdecznie!

Dzisiaj proponuję Wam kopytka z sosem pieczarkowym i surówką z białej kapusty.

Oblicz ilość mąki pszennej, którą należy pozostawić do posypania stolnicy, wiedząc, że stanowi ona  $\frac{1}{4}$  części jej całkowitej ilości.

Normatyw surowcowy na 3 porcje		Sposób wykonania
<b>Kopytka</b>		
ziemniaki ugotowane w skórkach	700 g	Zmieszać ziemniaki za pomocą maszynki do mielenia. Do zmieszanych ziemniaków dodać przesianą mąkę pszenną, ziemniaczaną i jajo, zarobić ciasto. Po wyrobieniu uformować wałki, lekko spłaszczyć nożem, krajać ukośne kawałki długości około 4 cm. Gotować partiami w dużej ilości osolonej, wrzącej wody. Ugotowane wyjąć łyżką cedzakową i przepłukać gorącą wodą. Wyporcjować, podawać z sosem pieczarkowym. Porcja kopytek powinna wynosić 250- 300 g.
mąka pszenna	200 g	
mąka ziemniaczana	15 g	
jaja	1 sztuka	
sól	do smaku	
<b>Sos pieczarkowy</b>		
wywar ( warzywno-mięsny)	500 cm <sup>3</sup>	Pieczarki umyć, pokrajać w plastry, podsmażyć na margarynie. Połączyć z wywarem, zagotować. Zagęścić sos zawiesiną z mąki i śmietany. Przyprawić sos solą i pieprzem. Wyporcjować. Posypać zieloną pietruszką. Porcja sosu powinna wynosić 100 g.
pieczarki	100 g	
margaryna	30 g	
mąka pszenna	30 g	
śmietana 18%	60 g	
sól,	do smaku	
pieprz mielony	do smaku	
natka pietruszki	do dekoracji	
<b>Surówka z kapusty białej</b>		
kapusta biała	200 g	Przeprowadzić obróbkę wstępną brudną warzyw i jabłek. Kapustę poszatkować, marchew i jabłko zetrzeć na tarce o grubych oczkach. Wymieszać z majonezem, doprawić do smaku. Udekorować natką pietruszki. Wyporcjować. Porcja surówki powinna wynosić 100 g.
marchew	100 g	
jabłka	100 g	
majonez	60 g	
sól	do smaku	
sok z cytryny	do smaku	
pieprz mielony	do smaku	
natka pietruszki	do dekoracji	

Zdjęcia potraw wyślijcie na [niemiecki.zsozir@gmail.com](mailto:niemiecki.zsozir@gmail.com)