

Plánovač množství ovoce a zeleniny

Zde se dozvíme, kolik ovoce a zeleniny potřebujeme na naše recepty na zavařování.

V receptech na zavařování Dr.Oetker se vždy používá připravené (tj. umyté, očištěné, případně odepeckované) ovoce a zelenina. Každý druh ovoce a zeleniny však obsahuje podle odrůdy určitý podíl odpadu.

Pokud chceme vědět, kolik ovoce, resp. zeleniny potřebujeme na recept, můžeme uvedená množství **vynásobit faktorem**. Tento faktor zohledňuje průměrný podíl odpadu.

Příklad: V receptu je uvedeno 600 g jahod (připravených, odvážených).

Abychom získali potřebná množství ovoce, resp. zeleniny, vynásobíme 600 g faktorem 1,03 (z tabulky). V tomto případě se jedná po zaokrouhlení o 620 g jahod.

Nebo potřebujeme na recept 600 g karotky (připravené, odvážené).

Toto množství vynásobíme faktorem 1,22 a hned budeme vědět, že potřebujeme asi 730 g karotky.



Množství ovoce, resp. zeleniny v g (připravené, odvážené) x přepočtový faktor = potřebné množství ovoce, resp. zeleniny.

V uvedených tabulkách najdeme přepočtové faktory na nejběžnější druhy ovoce a zeleniny:

Druh ovoce	Přepočtový faktor
Ananas	1,92
Jablka	1,09
Meruňky	1,10
Banány	1,43
Hrušky	1,08
Jahody	1,03
Grapefruit	1,52
Filátka z grapefruitu	2,00
Maliny	1,04
Bezinky	1,43
Rybíz	1,02
Kiwi	1,11
Limetky	1,30
Filátka z limetky	2,00
Mirabelky, švestky, blumy	1,06
Nektarinky	1,09
Pomeranče	1,39
Filátka z pomeranče	2,00
Broskve	1,09

Druh ovoce	Přepočtový faktor
Kdoule	1,19
Rebarbora	1,28
Višně	1,12
Angrešt	1,02
Třešně	1,14
Citróny	1,56
Filátka z citrónu	2,00

Druh zeleniny	Přepočtový faktor
Lilek	1,22
Kedlubna	1,54
Dýně	1,43
Karotka	1,22
Paprika	1,19
Pórek	1,72
Rajčata	1,10
Cukety	1,18
Cibule	1,09