

Sweet & Sour Nyhtis -kastike (Varuke)

Reseptiryhmä	Nimen tarkenne	Ruokavaliot	Annosmäärä	Annoskoko
-			10	150 g

	Vetomitta	Ostopaino	Ph-%	Käyttöpaino	Ruoka-aineen nimi
1		0,093 kg	0%	0,093 kg	Tomaattikastikepohja (kylmävalm.)
	7 1/3 dl	0,730 kg	0%	0,730 kg	Vesi

Sekoita Knorr Tomaattikastikepohja (kylmävalmistus) kylmään veteen nopeasti. Anna turvota hetki. Kaada GN 1/2 -65 -vuokaan.

	Vetomitta	Ostopaino	Ph-%	Käyttöpaino	Ruoka-aineen nimi
2		0,008 kg	0%	0,008 kg	Kasvisliemijauhe
	~ 1 2/3 tl	0,008 kg	0%	0,008 kg	Valkoviinietikka
	~ 1 1/4 tl	0,008 kg	0%	0,008 kg	Hunaja LUOMU

Lisää mausteet. Sekoita hyvin.

	Vetomitta	Ostopaino	Ph-%	Käyttöpaino	Ruoka-aineen nimi
3	~ 3/4 dl	0,040 kg	0%	0,040 kg	Sipuli kuutio PA
		0,075 kg	0%	0,075 kg	Paprika kuutio, PA
		0,100 kg	0%	0,100 kg	Porkkana suikale PA
	2 1/3 dl	0,220 kg	0%	0,220 kg	Ananas pala, omassa liemessään

Lisää jäiset kasvikset ja säilyke ananas palat mehuineen.

	Vetomitta	Ostopaino	Ph-%	Käyttöpaino	Ruoka-aineen nimi
4		0,300 kg	0%	0,300 kg	Nyhtökaura tomaatti

Lisää nyhtökaura. Sekoita hyvin.

5 KYLMÄSÄILYTYS

5

Säilytä kylmässä max 72h valmistuksesta.

6 KYPSENNYS

6

Kypsennä yhdistelmäuunissa; yhdistelmäpaisto +150°C, kosteus 60 %, noin 30 minuuttia.

PAINOT

	Käyttö	Kypsymishävikki	Kypsä	Jakeluhävikki	Saanto
Kokonaispaino	1,582 kg	5 %	1,503 kg	0 %	1,503 kg
Annoskoko	158 g		150 g		150 g

RAVINTOSISÄLTÖ

saanti 100 grammaa kohden

				Kivennäis- ja hivenaineet		RI	
Energia		RI		Suola		16 %	
Energia				RI			
59,14 kcal				3 %			
247,44 kJ							

ENERGIAN OSUUS

