

Rezept mit Zusammensetzung

Blattspinat mit Sesam und Peperoncino

Angaben für 1 kg

Schritt (1)

TK-Blattspi Würf 2x2.5 Frigemo	1,000 kg	Pistor
Peperoncini rot	0,025 kg	Gemüsedepositär national
EC Knoblauch 825g Becher Haco	0,008 kg	Pistor
HOLL Rapsöl Pistor 20l	0,020 Lt	Pistor
Sesamöl LKK 1750ml	0,020 Lt	Pistor
Soja Sauce salzred. 1 lt Kikko	0,020 kg	Pistor
Blütenhonig Fl.2.8kg Nectaflor	0,013 kg	Pistor
Sesamsamen geschält 400g	0,020 kg	Pistor
Abschmecken Salz/Pfeffer UR	0,008 kg	Rezeptur

VORBEREITUNG

1. Peperoncino waschen und in schräge Scheiben schneiden
2. Sesam ohne Fettstoff goldbraun in einer Pfanne rösten
3. Spinat über Nacht im Frigo auftauen

ZUBEREITUNG

1. Peperoncino, Knoblauch im Rapsöl anschwitzen und mit dem Spinat vermischen
2. Sesamöl, Sojasauce und Honig ebenfalls unter den Spinat mischen
3. abschmecken
4. Spinat à la minute regenerieren und danach servieren

BEMERKUNG

Abschmecken Salz/Pfeffer UR

Angaben für 0,0075 kg

ZUTATEN:

Salz m.Iod/Fluor 10x1kg	0,007 kg	Pistor
Pfeffer weiss gem.440g Butty	0,000 kg	Pistor

ZUBEREITUNG:

1. Das Salz und den Pfeffer mischen.