

Shakshuka hausgemacht Klima TrKü

Shakshuka 1_h_T HptSp Vegetarisch

100 Portionen V HptSp Vegetarisch

100 Portionen Port. je 122kcal, 506kJ, 0,58BE

Menge	Einheit	Material	Ablaufschritt / Information
Am Vortag eine pikante Letschosauce zubereiten:			
0,1667	Liter	Olivenöl 1 lt	
0,8889	kg	Zwiebel gelb lose Regional	
1,6667	kg	Paprika rot frisch Regional	
1,6667	kg	Paprika gelb/orange frisch Regional	
1,6667	kg	Paprika grün frisch Regional	
2,2222	kg	Zucchini frisch ganz Regional	
0,1389	kg	Knoblauch frisch, ganz Regional	
0,5556	kg	Tomatenmark; 5/1	
0,1111	kg	Paprikapulver Edelsüß 5 kg	
2,7778	Liter	Wasser	
55,5556	Gramm	Speisesalz jodiert 10 kg	
5,5556	Gramm	Pfeffer schwarz gemahlen 1200ccm	
11,1111	Gramm	RasElHanout Orientalische Gewürzmischung	
0,0417	kg	Normalkristallzucker 1 kg	
Für die Bindung:			
0,1667	kg	Weizenmehl glatt W 700 1 kg	
0,1667	Liter	Wasser	
8,3333	Liter	Gesamtmenge Liter	
Zubereitung:			
-Zucchini, längs halbieren, 3mm Scheiben schneiden,			
-Zwiebel und Paprika blättrig schneiden,			
-Gemüse in Öl scharf anbraten			
-Knoblauch kurz mitschwitzen,			
-tomatisieren, paprizieren,			
-mit Wasser untergießen,			
-Gewürze zugeben,-kurz aufkochen,			
-mit Mehl und Wasser binden			
-kurz kochen lassen-			
-In Bleche füllen			
-Pro GN1/1 65mm 1500g Letschosauce (ca. 3-4cm hoch)			
Für das Shakshuka:			
100,0000	Stück	Eier Größe M Bodenhaltung Regional	
0,2778	Bund	Petergrün frisch; 500g Regional	0,14 kg
Zubereitung Shakshuka:			
-Die Eier werden roh in das kalte			
Letscho gegeben,			
-Pro Blech 18 Stück,			
-Mit einem Speiselöffel tiefe Grübchen			
formen, Ei (ohne Schale!!!) hineingeben,			
RATIONAL Programm Finsalisieren			
-Behälter, Kombidampf (140°C), vorheizen			
-20 Minuten garen,			
- mit frischer Petersilie bestreuen,			
1 Portion = 1 Ei und 80g Letscho			
TIPP: Gebäck als Beilage			