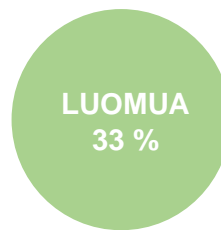


TEMPELASAGNETTE

20 annosta, á 247 g, saanto 4,93 kg



600 g luomu härkäpaputempe

100 g sipulikuutio

10 g valkosipulimurska

100 g luomu rypsiöljy

1000 g tomaattimurska

30 g luomu kasvisliemijauhe

5 g oregano

10 g suola

5 g mustapippuri

20 g sokeri

600 g luomu lasagnette

1000 g vesi

250 g kaurafraiche

1000 g kaurakerma

200 g juustoraaste

Vinkki:

Voit halutessasi vaihtaa lasagneten härkäpapupastaan. Huomioi, että härkäpapupastan lämpösäilytysaika on lyhyempi kuin lasagneten.

Myös muita raaka-aineita, kuten mausteita, juustoraastetta ja tomaattimurskaa, on saatavilla luomuna.

Murusta tempe ja sekoita kuivat aineet 1/1 GN pakkiin.

Kaada päälle nesteistä ja juustoraasteesta sekoitettu liemi.

Kypsennä yhdistelmäpaistossa 40 % kosteus 140 asteessa 50 min.

Ravintosisältö

100 g annos sisältää

Rasva	6,84 g	42,29 %
- tyydyttyneet	1,38 g	20,20 %
Hiilihydraatti	15,16 g	41,68 %
- sokeri	2,37 g	2,37 %
Proteiini	4,86 g	13,35 %
Ravintokuitu	1,17 g	
Suola	0,05 g	

Resepti, vakiointi ja testaus:
Jukka Turta, tuotekehityspäällikkö,
Päijät-Hämeen Ateriapalvelut Oy

