

Klimatsmarta köttbullar



Varav 60 % vegetabiliska proteiner



Observera att detta recept trots inblandning av vegetabiliska proteiner har ett klimatavtryck över föreslaget maxutsläpp (RISE). Avtrycket kan minskas genom att minska andelen nötfärs ytterligare genom att ex blanda in vildsvinsfärs. Om nötfärs används, använd gärna svensk naturbetesfärs för att värna om vår biologiska mångfald

1. Blanda torrt

2. Vätska

3. Fräst lök

4. Blandfärs

Mängd produkt	10,0	kg
Torr Simsubas - SE	1,89	kg
Salt	130	gram
Svartpeppar	13	gram
Kryddpeppar	4	gram
Potatismjöl	230	gram
Vatten	2,14	kg
Havregrädde	450	gram
Rapsolja	0,55	kg
Gul lök	1,89	kg
Blandfärs	4,5	kg

Rekommenderad portionsstorlek är tempad produkt och snitt vid servering till förskola, grundskola och gymnasium.

Rekommenderad maxmängd i blandningskärl:

Varimixer:

20 liter – 70 portioner

40 liter – 180 portioner

60 liter – 250 portioner

Stimmer 220 liter – 500 portioner

Instruktion:

1. Fräs löken i rapsoljan
2. Blanda torr Simsubas och torra kryddor.
3. Tillsätt vatten och havregrädde och blanda på låg hastighet tills all vätska gått in i degen.
4. Tillsätt omedelbart lökblandning och blandfärs och blanda hastigt till homogen blandning. Kör inte för länge då färsen kan bli "gummiaktig".
Havregrädden kan helt eller delvis ersättas med vispgrädde men ger högre klimatbelastning.
5. Rulla bollar i färsformare eller för hand
6. Tempa till 88 grader i 140 grader, 20 % fukt
7. Stek hastigt på stekbord i riktligt med olja eller på ipinumbleck för fin stekyta