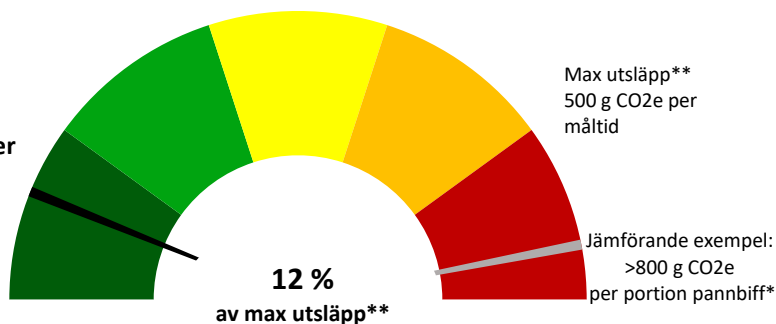


Tex-mex biff



< 60 g CO2e per portion
Tex-mex biff



* Blandfärs. Data från RISE, öppna listan

** Max utsläpp per måltid 2050 för att vara i linje med långsiktiga klimatmål (RISE)
Nuvarande utsläpp i Sverige - 1600 g CO2e per måltid (RISE)

Råvara	100 portion	Enhet
Mängd färdig biff	10,0	kg
Torr Simsubas	2,1	kg
Couscous	0,6	kg
Havregryn	1,5	kg
Chunky salsa medium	1,2	kg
Vatten	3,0	kg
Salt	120	gram
Taco kryddmix	360	gram
Gul lök, tärnad	1,8	kg
Rapsolja	530	gram

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

TIPS:

För att hålla nere kostnaden, gör gärna din egen Tacokryddblandning och Chunky salsa medium:

Taco kryddmix: Krydda med spiskummin, paprikapulver, lökpulver, vitlökpulver, chili etc. Tänk på att öka mängden salt något då färdig Tacokrydda innehåller salt

Chunky salsa Medium: För varje kg chunky salsa ersätt med 750 g krossad tomat, 50 g tomatpuré och 100 g gul lök. Tillsätt limejuice för att balansera till rätt syra och krydda sedan efter behag med ex paprika, chilipeppar, vitlök, spiskummin, cayennepeppar, koriander, oregano etc och tillsätt önskad mängd salt

Instruktion:

1. Blötlägg Couscous, havregryn, salsa och vatten i 30 minuter
2. Blanda det blötlagda tillsammans med övriga ingredienser.
3. Forma biffar och lägg på bleck.
4. Baka i ugnen på 160 grader med stängt spjäll till 92 grader innertemp, ca 20 minuter.