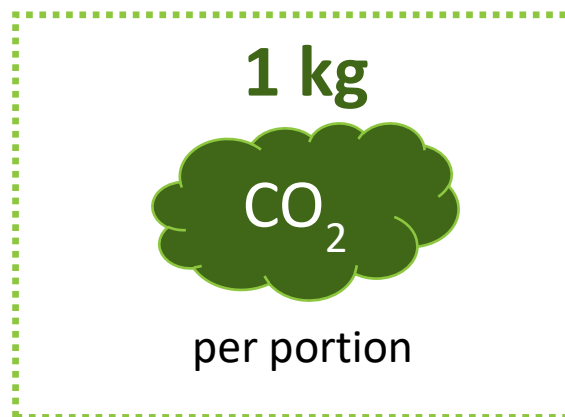


Klimatsmart tacoruta



Jämfört med tacoruta på ren nötfärs
Ref RISE öppna listan.

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

Råvara	100 portion	Enhet
Mängd färdigt	9,0	kg
Torr Simsubas	1,3	kg
Taco spice mix, Santa Maria	300	gram
Salt	100	gram
Nötfärs	2,8	kg
Hackad fryst lök	1,0	kg
Vatten	2,3	kg
Riven kokt potatis	1,0	kg
Tomatpure	130	gram
Rapsolja	0,9	kg
Riven ost	0,7	kg

TIPS:

Klimatpåverkan:

Kornas betande främjar den biologiska mångfalden för såväl insekter som fåglar samtidigt som den ger upphov till öppna landskap, men samtidigt ger nötkött stora utsläpp av växthusgaser. Prova gärna detta recept med kyckling- eller hönsfärs för att minska klimatpåverkan ytterligare.

Kostnad:

För att hålla nere kostnaden, gör gärna din egen Tacokryddblandning med spiskummin, paprikapulver, lökpulver, vitlökspulver, chili etc. Tänk isåfall på att öka mängden salt något då färdig Tacokrydda innehåller salt

Instruktion:

Blandning kan ske i Varimixer/Björn, kokgryta eller för hand.

Vid blandning i kokgryta glöm inte att ta bort sidovingen. Vi rekommenderar max 20 kg Torr Simsubas per batch vid blandning i kokgryta.

OBS! Vid blandning med sämre omrörning (kokgryta eller för hand) se till att vatten, olja och alla "blöta ingredienser" blandas samman lite innan omrörning startas för bästa resultat.

1. Blanda de torra ingredienserna.
2. Blanda därefter i samtliga övriga ingredienser
3. Starta blandningen på låg hastighet och när all vätska gått in i pulvret öka hastigheten.
4. Färdigt efter ca 20 sekunder i Varmixer/Björn (när degen gått ihop till en homogen massa) och ca 1 minut i kokgryta. Kör inte för länge då texturen kan bli för seg.
5. Tryck ut i bleck, 3 kg per bleck för att få lagom höjd på rutorna och strö lite riven ost ovanpå
6. Baka i ugnen på 180 grader i ca 20 minuter till innertemp på 85 – 88 grader