Alakortti / **TUOTE:** Pohjoinen kaalivuoka (100 henk)

Laatija: **Päiväys:** **Tuote nro:**

OP	YKS.	OH	PH%	RAAKA-AINEET	KP	KH	YHT. €
10,500	kg			Karkea valkokaaliraaste	10,500		
1,250	kg			Sipulikuutio	1,250		
0,130	kg			Rypsiöljy	0,130		
0,450	kg			Vesi	0,450		
1,600	kg			Härkäpapurouhe	1,600		
0,060	kg			Kasvisliemijauhe	0,060		
0,010	kg			Kuivattu timjami	0,010		
1,155	kg			Maustekurkkukuutio	1,155		
2,100	kg			Ruokakerma	2,100		
1,400	kg			Tomaattimurska	1,400		
0,075	kg			Jodioitu suola	0,075		
0,009	kg			Mustapippurirouhe	0,009		
				Mausteet %:			0,00
					Veroton hinta yhteensä		**0,00**

Raaka-aineita	18,739	kg / l
Kypsennyshävikki	20	%
Valmista	14,991	kg / l / kpl
Annoskoko	0,150	kg / l / kpl
Annoksia	100	kpl

Hinta / kg, l, kpl	0,00
Hinta / annos	0,00

Valmistus:

Kuumenna rypsiöljy padassa ja lisää kaali, sipulikuutiot ja valkosipuli. Sekoittele ja kuullota hetki. Lisää vesi ja hauduta n. 15 minuuttia välillä sekoittaen.
Huuhtele härkäpapurouhe siivilässä ja lisää pataan. Lisää mukaan loput ainekset ja sekoittele hetki. Jaa GN 1/1 -vuokiin niin, että jokaiseen tulee myös hieman nestettä. Paista 160 °C n. 50 – 60 minuuttia, kunnes pinta on saanut väriä ja härkäpapurouhe on pehmennyt.

MAA- JA KOTITALOUSNAISET ProAgria Euroopan unionin osarahoittaja Elinkeino-, liikenne- ja ympäristökeskus Oulun Seutu LEADER KALAKUKKO ahven.net 4H Metsäkeskus