RECEPTY Z PREZENTAČNÍ AKCE

Jednoduše, zdravě a chutně

POLÉVKA Z ČERVENÉ ČOČKY A KARI | 1 porce: 0,25 l

Ingredience:

	10 porcí	300 porcí	LA Food doporučuje
Olej slunečnicový Menu Gold	100 g	3 l	3 ks
Cibule	100 g	3 kg	3 ks
Mrkev	200 g	6 kg	
Petržel	100 g	3 kg	
Celer	100 g	3 kg	
Zázvor	20 g	0,6 kg	
Česnek	30 g	0,9 kg	
Kari	6 g	180 g	
Sůl	20 g	600 g	
Zeleninový vývar Menu Gold	30 g	900 g	1 ks
Čočka červená Menu Gold	400 g	12 kg	3 ks
Drcená rajčata Menu Gold	150 g	4,5 kg	2 ks
Provensálské koření Menu Gold	1 g	30 g	1 ks

Doporučený návod na přípravu

Na oleji orestujeme na kostky nakrájenou cibuli a nahrubo nastrouhanou zeleninu. • Přidáme drcená rajčata, česnek, zázvor, kari. • Vše společně orestujeme a poté zalijeme zeleninovým vývarem. • Do směsi zamícháme čočku a vaříme. • Dochutíme solí a kořením.

KUŘECÍ ZÁVITEK S FAZOLOVOU FÁŠÍ | 1 porce: 200 g z toho maso s náplní: 100 g

Ingredience:

	10 porcí	300 porcí	LA Food doporučuje
Olej slunečnicový Menu Gold	100 g	3 l	3 ks
Cibule	150 g	4,5 kg	
Kuřecí prsa	1200 g	36 kg	
Sůl	30 g	900 g	
Pepř mletý	3 g	90 g	
Fazole velká červená Menu Gold	100 g	3 kg	1 ks
Sýr Eidam	60 g	1,8 kg	
Vejce	2 ks	60 ks	
Mrkev	50 g	1,5 kg	
Česnek	30 g	900 g	
Zeleninový vývar Menu Gold	30 g	900 g	1 ks
Mouka hladká	50 g	1,5 kg	
Smetana Menu Gold	100 g	3 l	3 ks

Doporučený návod na přípravu

Uvařené fazole pomeleme, přidáme vejce, strouhaný sýr, česnek, pomletou mrkev, sůl, pepř a vše vymícháme. • Kuřecí prsa nakrájíme na plátky, naklepeme a posypeme solí a pepřem. • Potřeme je fáší , zabalíme do závitku a zapečeme ve vymaštěné gastronádobě. • Cibuli orestujeme na oleji do zlatova a polejeme jí závitky. • Závitky zalijeme zeleninovým vývarem a dusíme do měkka. • Zahustíme jíškou a zalijeme smetanou, provaříme a dochutíme.

HRSTKOVÁ POLÉVKA SE ZELENINOU | 1 porce: 0,25 l

Ingredience:

	10 porcí	300 porcí	LA Food doporučuje
Hrstka Menu Gold	400 g	12 kg	3 ks
Olej slunečnicový Menu Gold	70 g	2,1 kg	3 ks
Mrkev	100 g	3 kg	
Petržel kořenová	50 g	1,5 kg	
Celer	50 g	1,5 kg	
Cibule	50 g	1,5 kg	
Zeleninový vývar Menu Gold	20 g	600 g	1 ks
Česnek	30 g	900 g	
Sůl	20 g	600 g	
Majoránka	3 g	90 g	

Doporučený návod na přípravu

Hrstku namočíme přes noc. • Před vařením ji propláchneme, zalijeme vodou a vaříme. • Na oleji orestujeme cibuli a zeleninu nakrájenou na kostičky. • Orestovanou zeleninu přidáme ke změklým luštěninám, zalijeme zeleninovým vývarem a společně dovaříme. • Dochutíme česnekem, solí a majoránkou.

LA Food, s.r.o.
Kvítkovická 1533, 763 61 Napajedla, Česká republika
www.lafood.cz | www.menugold.cz

RECEPTY Z PREZENTAČNÍ AKCE

Jednoduše, zdravě a chutně

RÝŽOVÝ NÁKYP S POHANKOU A DUŠENÝMI JABLKY | 1 porce: 300 g

Ingredience:

	10 porcí	300 porcí	LA Food doporučuje
Rýže kulatozrnná Menu Gold	500 g	15 kg	3 ks
Pohanka Menu Gold	100 g	3 kg	1 ks
Mléko	1,5 l	45 l	
Sůl	15 g	450 g	
Máslo	300 g	9 kg	
Vejce	6 ks	180 ks	
Cukr vanilkový	30 g	0,9 kg	
Citronová kůra	30 g	0,9 kg	
Cukr	200 g	6 kg	
Jablka dušená Menu Gold	1000 g	30 kg	8 ks
Skořice mletá	3 g	90 g	
Cukr moučka na posypání	50 g	1,5 kg	

Doporučený návod na přípravu

Propláchnutou rýži s pohankou nasypeme do vroucího mléka, přidáme sůl, a 1/3 másla. • Uvaříme do měkka a necháme vychladnout. • Oddělíme žloutky od bílků. • Žloutky vyšleháme společně s ½ cukru, 1/3 másla a citronovou kůrou. • Bílky vyšleháme s cukrem. • Směs vyšlehaných žloutků vmícháme do vychladlé rýže. • Nakonec vmícháme tuhý sníh z bílků. • Do vymaštěné gastronádoby dáme ½ směsi rýže s pohankou, posypeme dušenými jablky a skořicovým cukrem, zakryjeme další půlkou směsi, kterou přelijeme zbytkem rozpuštěného másla. • Pečeme do zlatova. • Před podáváním posypeme moučkovým cukrem nebo přelijeme jahodovým přelivem.

CIZRNOVÉ PLACIČKY S DRCENÝMI RAJČATY | 1 porce: 200 g z toho placičky 100 g

Ingredience:

	10 porcí	300 porcí	LA Food doporučuje
Cizrna Menu Gold	400 g	12 kg	3 ks
Česnek	50 g	1,5 kg	
Vejce	3 ks	90 ks	
Olivový olej Menu Gold	150 g	4,5 l	5 ks
Strouhanka	100 g	3 kg	
Sýr Eidam	100 g	3 kg	
Sůl	20 g	600 g	
Pepř mletý	3 g	90 g	
Drcená rajčata Menu Gold	900 g	27 kg	7 ks
Rajský protlak Menu Gold	80 g	2,4 kg	1 ks
Provensálské koření Menu Gold	3 g	90 g	1 ks
Zeleninový vývar Menu Gold	20 g	600 g	1 ks
Cukr	50 g	1,5 kg	

Doporučený návod na přípravu

Přes noc namočíme cizrnu. • Propláchneme ji a uvaříme do měkka, pak zchladíme. • Cizrnu rozmixujeme a vymícháme s vejci, strouhankou, sýrem, česnekem, olejem, solí a kořením. • Vytvoříme 4 ks placiček na porci. • Na olivovém oleji orestujeme protlak a přidáme drcená rajčata, provensálské koření, sůl, cukr, zeleninový vývar, provaříme a dochutíme. • Cizrnové placičky podáváme přelité rajčatovou směsí.

POHANKOVÉ LÍVANCE S POVIDLY A ŠLEHAČKOU

1 porce 250g | 50g smetany, 45g povidla, 155g lívance

Ingredience:

	10 porcí	300 porcí	LA Food doporučuje
Pohanka Menu Gold	300 g	9 kg	2 ks
Olej Menu Gold	200 g	6 l	6 ks
Jablka dušená Menu Gold	350 g	10,5 kg	3 ks
Hladká mouka	300 g	9 kg	
Sůl	2 g	60 g	
Vejce	4 ks	120 ks	
Smetana Menu Gold	250 g	7,5 l	23 ks
Skořicový cukr	40 g	1,2 kg	
Prášek do pečiva	1 ks	30 ks	
Povidla Menu Gold	400 g	12 kg	3 ks
Vanilkový cukr	50 g	1,5 kg	
Rum	0,03 l	0,9 l	

Doporučený návod na přípravu

Uvařenou a vychlazenou pohanku opražíme na oleji. • Do vychladlé pohanky přidáme 1/3 množství smetany, skořicový cukr, vejce, sůl, nadrobno nasekaná dušená jablka, hladkou mouku a prášek do pečiva. • Vše zamícháme, a vytvořené lívance smažíme v lívanečníku. • Hotové lívance potíráme vymíchanými povidly s rumem a vanilkovým cukrem a zdobíme šlehačkou.

LA Food, s.r.o.
Kvítkovická 1533, 763 61 Napajedla, Česká republika
www.lafood.cz | www.menugold.cz

RECEPTY Z PREZENTAČNÍ AKCE

Jednoduše, zdravě a chutně

PIŠKOTOVÝ KOLÁČ S MERUŇKAMI A OVOCEM | 1 porce: 100 g

Ingredience:

	10 porcí	300 porcí	LA Food doporučuje
Směs piškotové těsto Menu Gold	300 g	9 kg	2 ks
Šťáva z meruňkového kompotu	0,2 l	6 l	
Slunečnicový olej Menu Gold	90 g	2,7 l	3 ks
Kompot meruňky Menu Gold	400 g	12 kg	6 ks
Cukr	100 g	3 kg	
Máslo	80 g	2,4 kg	
Mouka hladká	100 g	3 kg	
Cukr moučka	30 g	900 g	

Doporučený návod na přípravu

Z cukru, másla a mouky vytvoříme drobenku. • Směs na piškotové těsto vymícháme s polovicí oleje a šťávy z meruňkového kompotu do husté pěny. • Těsto nalijeme na vymaštěný plech, poklademe meruňkami a posypeme drobenkou. • Pečeme na 160 stupňů po dobu 30 minut. • Před podáváním pocukrujeme.

ČOKOLÁDOVÝ ŘEZ S OŘECHY A MANDLEMI | 1 porce: 80 g

Ingredience:

	10 porcí	300 porcí	LA Food doporučuje
Směs na čokoládové muffiny Menu Gold	500 g	15 kg	3 ks
Vejce	2 ks	60 ks	
Olej slunečnicový Menu Gold	80 g	2,4 l	3 ks
Voda	2 dcl	6 l	
Ořechy	50 g	1,5 kg	
Mandle plátky	50 g	1,5 kg	
Cukr moučka	30 g	900 g	

Doporučený návod na přípravu

Vejce, směs na čokoládové muffiny, 2/3 oleje, vodu a pomleté ořechy, vyšleháme, nalijeme na vymaštěný plech a posypeme mandlemi. • Pečeme 30 minut při 160 stupních. • Před podáváním posypeme cukrem.

KANAPKY SE SÝREM A ČOČKOU BELUGOU | 1 porce: ?

Ingredience:

	10 porcí	300 porcí	LA Food doporučuje
Bageta celozrnná	1 ks	30 ks	
Sýr tavený	100 g	3 kg	
Sýr tvarohový	100 g	3 kg	
Smetana Menu Gold	40 g	1,2 l	2 ks
Čočka Beluga Menu Gold	40 g	1,2 kg	1 ks
Ocet	20 g	0,6 l	
Sůl	4 g	120 g	
Cukr	10 g	300 g	
Olivový olej Menu Gold	20 g	600 g	1 ks
Cherry rajčata	80 g	2,4 kg	
Polníček, rukola dle potřeby na ozdobu			

Doporučený návod na přípravu

Uvaříme čočku belugu al dente, zchladíme a dochutíme olivovým olejem, octem, solí a cukrem. • Doporučuji udělat den předem. • Z celozrnné bagety nakrájíme na šikmo 10 ks chlebíčků a ty zdobíme sýrovou pěnou. • Pěnu připravíme vyšleháním smetany, taveného a tvarohového sýra. • Na sýrovou pěnu klademe polníček nebo rukolu, naloženou čočku belugu a měsíček rajčete.

LA Food, s.r.o.
Kvítkovická 1533, 763 61 Napajedla, Česká republika
www.lafood.cz | www.menugold.cz