



## Kürbis Steaks SV

**Rezepturnummer:**

04.10.044

**Ausgangsmaterial:**

1000 g Flaschenkürbis Kalebasse

**Gewürze & Hilfsmittel:**

60 g LAFINESS Chakalaka SG 187750

**Ablauf der Verarbeitung:**

Den Kürbis in Scheiben/Steaks schneiden und mit der Marinade marinieren.

In den Schrumpfbeutel geben, vakuumieren und garen.

Art. Nr: 990551 Schrumpfbeutel 250x450

**Zubereitung:**

Bei einer Temperatur von +83°C für 25 Minuten im Wasserbad garen.

Die gegarten Kürbis Steaks aus dem Beutel entnehmen.

**LMIV:**

Kürbis, Rapsöl, Speisesalz, Gewürze, Zucker, Tomatenmark, natürliches Aroma, Palmfett, Karotten, Weißkohl, Hefeextrakt

**Analyse:**

Brennwert KJ	215 KJ
Brennwert Kcal	52 Kcal
Fett	3,5 g
Gesättigte Fettsäuren	0,4 g
Kohlenhydrate	3,4 g
Zucker	0,7 g
Eiweiß	0,5 g
Natrium	0,3 g
Salz	0,8 g