



## Seeteufel SV

### Rezepturnummer:

04.10.055

### Ausgangsmaterial:

1000 g Seeteufel frisch

### Gewürze & Hilfsmittel:

70 g LAFINESS Pfeffer Free SG 566850

### Ablauf der Verarbeitung:

Die Seeteufel Steaks mit der Marinade marinieren.  
In den Schrumpfbeutel geben, vakuumieren und garen.

Art. Nr: 990551 Schrumpfbeutel 250x450

### Zubereitung:

Bei einer Temperatur von +57°C für 15 Minuten im Wasserbad garen.

Die gegarten Seeteufel Steaks aus dem Beutel entnehmen, eventuell von beiden Seiten angrillen.

### LMIV:

Seeteufel, Rapsöl, Speisesalz, Gewürze, Palmfett, Zucker, Tomatenpulver, Gewürzextrakte

### Analyse:

|                       |          |
|-----------------------|----------|
| Brennwert KJ          | 475 KJ   |
| Brennwert Kcal        | 114 Kcal |
| Fett                  | 6,2 g    |
| Gesättigte Fettsäuren | 0,9 g    |
| Kohlenhydrate         | 0,4 g    |
| Zucker                | 0,2 g    |
| Eiweiß                | 14,0 g   |
| Natrium               | 0,4 g    |
| Salz                  | 0,9 g    |