



Måltider

KÖTTFÄRSSÅS

Ursprung: Skola

portionstyp: Normal

Köttfärssås	1 port.	4 port.	100 port.
	159.5 g	0.64 kg	15.95 kg
Nötfärs EKO	50 g	200 g	5 kg
Linser röda EKO	10 g	40 g	1 kg
Lök gul fryst hackad EKO	10 g	40 g	1 kg
Morot skalad EKO	25 g	100 g	2.5 kg
Krossade tomater EKO	30 g	120 g	3 kg
Chilisås tomat	5 g	20 g	0.5 kg
Tomatpuré ståpåse EKO	3 g	12 g	300 g
Vitlök tärnad EKO	1 g	4 g	100 g
Köttbuljong konc låg salt storhushåll EKO	100 mg	400 mg	10 g
Kranvatten	25 g	100 g	2.5 kg
Oregano EKO	100 mg	400 mg	10 g
Basilika	100 mg	400 mg	10 g
Joderat salt	100 mg	400 mg	10 g
Svartpeppar malen	100 mg	400 mg	10 g

Beskrivning

Fräs färs och lök. Riv morötter och tillsätt tillsammans med tomat och vitlök. Späd med buljong. Tillsätt linser och koka dem mjuka. Reda ev och smaksätt. Koka ihop och smaka av.