

LUNCH / 200 PORTIONER

NO CHICKEN NUGGETS

på svensk skalad, åkerböna



midsona
foodservice



MED EKO-
PRODUKTER



KLIMATKOMPENSERAT
RECEPT



VÄXTBASERAT



MINIMAL
KLIMATBELASTNING

”Åkerbönor påminner smakmässigt om gula ärtor, proteinrika med både syra och beska. Tillsammans med söta rotfrukter och en krispig panering gifter sig smakerna. Servera med en fräsch sallad och du är hemma.

DANIEL LUND KOCK & RECEPTSKAPARE MED VM-GULD I STORKÖKSMATLAGNING



INGREDIENSER

7,5 kg	Kokt, ekologisk åkerböna
7,5 kg	Rostad, ekologisk blomkål
6 kg	Rostad, ekologisk palsternacka
6 kg	Kokt, ekologisk hirs
2,5 kg	Råriven, ekologisk potatis
0,75 g	Ekologiskt potatismjöl
1 kg	Ströbröd eller polenta till panering
	Salt och peppar
	Olja till fritering

TILLVÄGAGÅNGSSÄTT

- 1 Lägg Åkerbönor i blöt över natten (Vi anser att bönan kan kokas direkt)
- 2 Koka Åkerbönor mjuka
- 3 Koka Hirs
- 4 Rosta blomkål
- 5 Rosta palsternacka
- 6 Riv potatisen
- 7 Mixa bönor, hirs, palsternacka och palsternacka.
- 8 Blanda med övriga ingredienser.
- 9 Forma färsen (färsformare kan med fördel användas!) till små nuggets och vänd i panering.
- 10 Friteras lätt i olja så de blir gyllene.

”Nuggets betyder guldklump från naturen”.

Tips! Det går bra att frysa No chicken nuggets innan de paneras, eller förvaras i kylskåp för panering och tillagning dagen efter.

Serveringsförslag:
Potatisklyftor, dipsås och krispig sallad

Receptet återfinns i Dabas och Mashie.

LUNCH / 200 PORTIONER

NO CHICKEN NUGGETS

på svensk skalad, åkerböna



midsona
foodservice



Kung Markatta®
Åkerböna
KRAV 1x10 kg
Artnr: 1010025
Menigo: 125310



Kung Markatta®
Hirs
KRAV 2x2,5 kg
Artnr: 1500354
Menigo: 102412



**FÖR BESTÄLLNING KONTAKTA GROSSIST
ELLER EN SÄLJKONSULENT:**

OFFENTLIG

Mellan & norra Sverige
Per Ivarsson 0701-484 582
Offentlig Account Manager &
Lokal Anbudsansvarig
per.ivarsson@midsona.se

Västra Sverige
Gunilla Edström 0702-842 282
Offentlig Account Manager &
Lokal Anbudsansvarig
gunilla.edstrom@midsona.se

Södra Sverige
Thomas Olsson 0707-262 430
Business Manager
thomas.olsson@midsona.se

PRIVAT

Privat-, riks- & industrikund
PO Björkman 0708-707 641
Privat Account Manager
po.bjorkman@midsona.se



SWEBAR

gainomax



midsonafoodservice.se