

Chili sin Carne mit veggie minced

endori



- 350 g veggie minced
- 200 g Zwiebelwürfel
- 5 g Knoblauchpüree
- 400 g Kidneybohnen TK
- 150 g Mais TK
- 0,82 kg Dosentomaten
- 3 g Cumin
- 1 g Ingwerpulver
- 15 g Paprikapulver
- 3 g Chiliflakes
- 52 g Zuckerrübensirup
- 8 g Salz

- Cook & Serve
- Cook & Hold
- Cook & Chill
- Cook & Freeze
- Sous vide
- Green Vac

Zwiebelwürfel und Knoblauchpüree in Öl glasig dünsten. Bohnen, Mais, Zuckerrübensirup und die passierten Tomaten zugeben und aufkochen lassen.

Das tiefgefrorene veggie minced in die Sauce geben und das Chili mit Salz, Ingwer, Paprikapulver und Chiliflakes abschmecken. Zum Schluss das fertige Chili sin Carne nochmals aufkochen lassen.

Das fertige Chili in ein Rieber thermoplates® GN 1/2 füllen, Deckel drauf und schockfrostern. Zur gewünschten Zeit auf dem K|POT® CONNECT regenerieren.

Guten Appetit!

Tipp Perfekt abgestimmtes Programm für den K|POT® CONNECT für ein tiefgefrorenes mise en place.



Ø Nährwerte	pro 100g	
Energie	547 / 130	KJ / kcal
Fett	3,7	g
- davon gesättigte Fettsäuren	0,8	g
Kohlenhydrate	15	g
- davon Zucker	5,4	g
Eiweiß	10,6	g
Salz	0,3	g

die aufgeführten Nährwerte sind nur Richtwerte!

*die angegebenen Preise sind ca. Preise und verstehen sich netto ohne der gesetzlichen Mehrwertsteuer (pro 2 kg)

• die kenntlichmachungspflichtigen Zusatzstoffe und allergene Inhaltsstoffe siehe jeweilige Produktverpackung

• Änderungen und Irrtümer vorbehalten

Fruchtiges Tomatenragout mit veggie balls

endori



- 0,69 kg veggie balls
- 1,0 kg Dosentomaten, gewürfelt
- 7 g Knoblauch
- 200 g Zwiebeln, weiß
- Cayenne Pfeffer
- Salz
- Pfeffer
- Zucker

- Cook & Serve
- Cook & Hold
- Cook & Chill
- Cook & Freeze
- Sous vide
- Green Vac

Zwiebeln und Knoblauch schälen, fein würfeln und mit Öl in einem Topf anschwitzen.

Die Tomaten dazugeben und 10 Minuten köcheln lassen. Mit Salz, Pfeffer, Cayenne Pfeffer und Zucker abschmecken.

Die Tomatensauce mit den tiefgefrorenen **veggie balls** in ein Rieber thermoplates® GN 1/2 füllen, Deckel drauf und schockfrostern. Zur gewünschten Zeit auf dem K|POT® CONNECT regenerieren.

Guten Appetit!

Tipp

Perfekt abgestimmtes Programm für den K|POT® CONNECT für ein tiefgefrorenes mise en place.



Ø Nährwerte	pro 100g	
Energie	329 / 79	KJ / kcal
Fett	6,9	g
- davon gesättigte Fettsäuren	2,5	g
Kohlenhydrate	3,2	g
- davon Zucker	2,1	g
Eiweiß	6,1	g
Salz	0,7	g

die aufgeführten Nährwerte sind nur Richtwerte!

• *die angegebenen Preise sind ca. Preise und verstehen sich netto ohne der gesetzlichen Mehrwertsteuer (pro 2 kg)

• die kenntlichmachungspflichtigen Zusatzstoffe und allergene Inhaltsstoffe siehe jeweilige Produktverpackung

• Änderungen und Irrtümer vorbehalten

Orientalisches Linsencurry mit veggie pulled thymian knoblauch

endori



- 0,6 kg veggie pulled thymian knoblauch
- 90 g Zwiebeln, weiß
- 100 g Karotten
- 80 g Sellerie
- 30 g Currypaste, gelb
- 0,5 l Kokosnussmilch
- 330 g Dosentomaten, gehackt
- 70 g Rote Linsen, roh
- 70 g Tellerlinsen, roh
- 70 g Belugalinsen, roh
- Salz

- Cook & Serve
- Cook & Hold
- Cook & Chill
- Cook & Freeze
- Sous vide
- Green Vac

Zwiebeln, Karotten und Sellerie schälen und klein würfeln. Gemüse in etwas Öl anschwitzen, Currypaste zugeben, kurz mit anschwitzen und mit Kokosnussmilch ablöschen.

Dosentomaten, Tellerlinsen und Belugalinsen zugeben und ca. 15 Minuten köcheln lassen. Danach die roten Linsen zugeben und nochmal 15 Minuten köcheln lassen.

Zum Schluss wird das tiefgefrorene **veggie pulled thymian knoblauch** zugegeben und nochmals aufgekocht. Das Linsencurry wird dann nur noch mit Salz und einem Schuss Apfelessig abgeschmeckt.

Linsencurry in ein Rieber thermoplates® GN 1/2 füllen, Deckel drauf und schockfrostern. Zur gewünschten Zeit auf dem K|POT® CONNECT regenerieren.

Guten Appetit!

Tipp

Perfekt abgestimmtes Programm für den K|POT® CONNECT für ein tiefgefrorenes mise en place. Als Topping zum Servieren einen Klecks veganen Joghurt verwenden.



Ø Nährwerte	pro 100g	
Energie	645 / 153	KJ / kcal
Fett	8,2	g
- davon gesättigte Fettsäuren	4,8	g
Kohlenhydrate	8,6	g
- davon Zucker	2,1	g
Eiweiß	12,2	g
Salz	0,8	g

die aufgeführten Nährwerte sind nur Richtwerte!

*die angegebenen Preise sind ca. Preise und verstehen sich netto ohne der gesetzlichen Mehrwertsteuer (pro 2 kg)

die kenntlichmachungspflichtigen Zusatzstoffe und allergene Inhaltsstoffe siehe jeweilige Produktverpackung

Änderungen und Irrtümer vorbehalten

Mildes Gemüsecurry mit veggie balls

endori



- 0,5 kg veggie balls
- 0,5 l Kokosnussmilch
- 25 g Currypaste
- 250 g Champignons, braun
- 250 g Zucchini, grün
- 250 g Paprika, rot & gelb
- 250 g Karotten
- Salz, Pfeffer

- Cook & Serve
- Cook & Hold
- Cook & Chill
- Cook & Freeze
- Sous vide
- Green Vac

Die Zucchini, Paprika und Karotten waschen, putzen und in Würfel schneiden. Die Champignons putzen und sechsteln.

Die Currypaste in etwas Öl anbraten, mit Kokosnussmilch ablöschen und einmal aufkochen. Das geschnittene Gemüse zugeben und in der Sauce bissfest garen. Gewürzt und abgeschmeckt wird nur noch mit etwas Salz, da alle anderen Gewürze in der Currypaste enthalten sind.

Das Curry mit den tiefgefrorenen **veggie balls** in ein Rieber thermoplates® GN 1/2 füllen, Deckel drauf und schockfrieren. Zur gewünschten Zeit auf dem K|POT® CONNECT regenerieren.

Guten Appetit!

Tipp

Perfekt abgestimmtes Programm für den K|POT® CONNECT für ein tiefgefrorenes mise en place. Als Beilage zum Gemüsecurry kann ein Reis serviert werden.



Ø Nährwerte	pro 100g	
Energie	510 / 122	KJ / kcal
Fett	5,6	g
- davon gesättigte Fettsäuren	3	g
Kohlenhydrate	11	g
- davon Zucker	2	g
Eiweiß	6,2	g
Salz	0,5	g

die aufgeführten Nährwerte sind nur Richtwerte!

*die angegebenen Preise sind ca. Preise und verstehen sich netto ohne der gesetzlichen Mehrwertsteuer (pro 2 kg)

die kenntlichmachungspflichtigen Zusatzstoffe und allergene Inhaltsstoffe siehe jeweilige Produktverpackung

Änderungen und Irrtümer vorbehalten