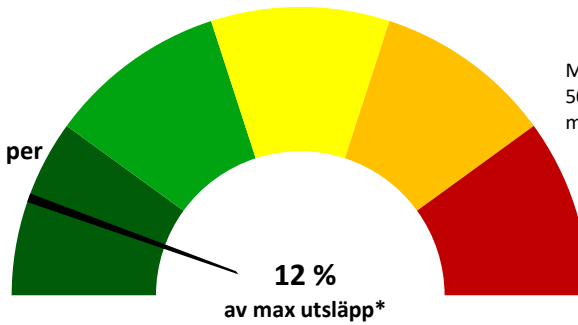


# Mexikansk Cancún biff



< 60 g CO2e per portion biff



Max utsläpp\*  
500 g CO2e per måltid

12 %  
av max utsläpp\*

\* Max utsläpp per måltid 2050 för att vara i linje med långsiktiga klimatmål (RISE)  
Nuvarande utsläpp i Sverige - 1600 g CO2e per måltid (RISE)

Rekommenderad portionsstorlek är tempad produkt och snitt vid servering till förskola, grundskola och gymnasium.

Råvara	100 portion	Enhet
Färdig mängd biff	11,0	kg
Cous cous	0,6	kg
Havregryn	1,4	kg
Vatten	3,2	kg
Limejuice	0,4	kg
Krossade tomater	1,6	kg
Torr Simsubas	2,0	kg
Lökpulver	100	gram
Vitlökpulver	100	gram
Socker	120	gram
Vitpeppar	9	gram
Salt	120	gram
Dijonsenap	130	gram
Japansk soja	70	gram
Rapsolja	0,7	kg
Färsk grön jalapeno, fint skivad	300	gram
Röd lök, hackad	1,0	kg
Färsk koriander, hackad	300	gram

## TIPS!

### Laga mat utan el?

Denna biff går utmärkt att göra som "beredskapsrecept". Bara att blanda för hand och steka på Murrikka

## Instruktion:

Blandning kan ske i Varimixer/Björn, kokgryta eller för hand.

Vid blandning i kokgryta glöm inte att ta bort sidovingen. Vi rekommenderar max 20 kg Torr Simsubas per batch vid blandning i kokgryta.

**OBS! Vid blandning med sämre omrörning (kokgryta eller för hand) se till att vatten, olja och alla "blöta ingredienser" blandas samman lite innan omrörning startas för bästa resultat.**

1. Blötlägg cous cous och havregryn i vattnet och krossade tomaterna i en timme.
2. Blanda de torra ingredienserna och förbered övriga ingredienser medan smeten sväller.
3. Blanda sedan ihop alla ingredienser till en smidig deg
4. Forma små biffar och baka av på 115 grader med 15 % fukt till innertemp 90 grader.
5. Stek eller grilla pensla gärna med lite olja eller någon god glaze