

Kalapada

		Ühik	Väljundteade		
		kg	1.0000		
Kaubako od	Kauba nimetus	Ühik	Bruto	Protsent	Netokaal
20006	Heigifilee nahata külmutatud	Kg	0.4710	55.00	0.4000
90051	Porgand pestud kooritud	kg	0.1000		0.1000
90044	Paprikasegu, külmutatud 2,5kg	kg	0.1000		0.1000
90015	Suvikõrvits, tsukiini	kg	0.1250	20.00	0.1000
90069	Sibul kooritud	kg	0.0600		0.0600
80087	Vesi	Kg	0.1000		0.1000
80078	Õli	kg	0.0400		0.0400
80068	Purustatud tomatid omas mahlas	Kg	0.2500		0.2500
50009	SM Ingver jahvatatud	Kg	0.0050		0.0050
10019	Sidrunimahl	kg	0.0300		0.0300
90100	Küüslauk kooritud	kg	0.0010		0.0010
50059	Sool	kg	0.0030		0.0030
30105	Suhkur	Kg	0.0150		0.0150
50019	SM Vürtsköömen	Kg	0.0020		0.0020
50048	SM Paprika jahvatatud	Kg	0.0050		0.0050
					1.2110

Valmistamine:

1. Sega maitseained kausis kokku. Lõika kalafileed 3 cm suurusteks tükkideks, pane maitseainesegusse ja lase 1 h seista.
2. Kuumuta köögiviljasektoreid kuumas õlis 2-3 min.
3. Lisa purustatud tomatid ja ingver ning hauta 15 min.
4. Lisa kalatükid ja keeda veel 10 min. Maitsesta soolaga.