

NOMBRE DE RECETA: CALAMARES RELLENOS		TÉCNICA DE COCCIÓN		
PESO DE LA RECETA	PESO DE LA PORCIÓN		Nº PORCIONES	
	60 g		5	
INGREDIENTES	PROCEDIMIENTO	PC Puntos de Control	CCP Punto Control Critico	UTENSILIOS
PARA EL RELLENO 30 cc Aceite de oliva 50 g Cebolla perla en cubos pequeños 30 g Pimiento rojo en cubos pequeños 2 u Ajo rallado 3 u Tomate riñón rallado 80 g Camarón en cubos pequeños 30 g Perejil picado 5 g Aji en brunoise 2 g Estragón seco 1 u Yema de huevo c/n Miga de pan c/n Sal, pimienta c/n Azúcar				Kit estación de trabajo Sartén Espátula de goma Bowl
PARA LOS CALAMARES RELLENOS 300 g Relleno 8 U Calamares enteros limpios 50 cc Aceite de oliva c/n Sal, pimienta				Sartén Mondadientes Pinzas Plato de presentación