

NOMBRE DE RECETA:		TÉCNICA DE COCCIÓN		
PESO DE LA RECETA		PESO DE LA PORCIÓN		Nº PORCIONES
400g		400g		1
INGREDIENTES	PROCEDIMIENTO	TCS Puntos de Control	CCP Punto Control Crítico	UTENSILIOS
PARA LA MENESTRA 50 cc Aceite de Achiote 30 g u Pimiento verde en brunoise 30 g u Pimiento rojo en 1brunoise 30 g cebolla colorada en cubos pequeños. 2 u Diente de ajo rallado 100 g Tomate concasse 300 g Lenteja cocinada 20 g Plátano verde rallado c/n agua 20 g Cilantro picado				Kit estación de trabajo Sartén Espátula de goma