



HOFBAUERS KITCHEN

GUTBÜRGERLICHER SCHICKIMICKI



Hofbauers Thunfischtatar



Durchschnittliche Nährwerte pro 100g

Brennwert	846,6 kJ/ 202,7 kcal
Fett	14,8g
<i>davon gesättigte Fettsäuren</i>	3,6g
Kohlenhydrate	2,4g
<i>davon Zucker</i>	1,6g
Eiweiß	14,7g
Salz	1,54g

Zutaten:

ThunFisch roh mariniert (Milch, geschwefelt, mit Antioxidationsmittel), Frühlingszwiebel (Lauchzwiebel), Limette, Sojasauce, Sesamsamen

Enthält Allergene:

Fisch, Milch, Sesamsamen, Soja

Deklarationshinweis:

Zu beachten! Die Rohstoffe Ei Glutenhaltiges Getreide , Nüsse, Samen und Kerne jeglicher Art, Soja, Milchprodukte, Sellerie, Fisch und Meeresfrüchte, Weichtiere, Sulfid und Senf werden in der Produktionsküche verarbeitet. Wodurch eine Kreuzkontamination von Allergenen nicht auszuschließen ist.

Hinweise zum Produkt:

Alle Produkte sind sortenrein. Das verarbeitete Getreide stammt aus regionalem Anbau..

Rezeptur

Hofbauers Thunfischtatar

PLU :

Produktionsmenge: 4

Zubereitung

Menge	Zutaten	Schritt für Schritt
400 g	Thunfisch roh mariniert	Den frischen Thunfisch (Sashimi) in feine Würfel schneiden.
70 g	Frühlingszwiebel (Lauchzwiebel)	Die Frühlingszwiebeln putzen und in ganz feine Ringe schneiden.
15 g	Sesamsamen	Bei Zutaten in eine Schüssel geben und mit Sojasauce und einen Spritzer Limette marinieren.
30 g	Sojasauce	Jetzt die Sesamkörner dazugeben und vermengen. Das Tatar für 10 Minuten ruhen lassen.
60 g	Limette	Anrichten: Einen Servierring auf einen Teller platzieren, das Tatar einfüllen und mit Erbsensprossen garnieren.

Bemerkung