

Süßkartoffel Dukaten mit Tempeh und Cremespinat

❖ Süßkartoffel Dukaten

Portionen	100	Umrechnung:	2 Portionen
Süßkartoffel	16,6 kg		332 Gramm
Olivenöl	0,5 kg		10 Gramm
Salz	0,05 kg		1 Gramm
Pfeffer	0,0125 kg		0,25 Gramm
Summe gesamt	17,1625		343,25 Gramm

Süßkartoffel in 0,5 cm dicke Scheiben schneiden.

Mit Öl beidseitig bepinseln.

Mit Salz und Pfeffer beidseitig würzen.

Im Ofen bei hoher Hitze grillen - 5 Minuten auf der ersten Seite - Wenden - 3 Minuten auf der 2. Seite

❖ Cremespinat

Portionen	100	Umrechnung:	4 Portionen
Spinat passiert	5 kg		200 Gramm
Sonnenblumenöl	0,61 kg		24,4 Gramm
Bio-Weizenmehl	0,61 kg		24,4 Gramm
Bio-Vollmilch	2,439 kg		97,56 Gramm
Knoblauch	0,122 kg		4,88 Gramm
Salz	0,037 kg		1,48 Gramm
Pfeffer	0,006098 kg		0,24392 Gramm
Bio-Bouillon	0,122 kg		4,88 Gramm
Wasser	1,22 Liter		48,8 Gramm
Summe gesamt	10,166098		406,64392 Gramm

❖ Tempeh geschmort

Portionen	100	Umrechnung:	4 Portionen
Tempeh	5,45 kg		218 Gramm
Sesamöl	0,25 kg		10 Gramm
Tamari	0,125 kg		5 Gramm
Ahornsirup	0,125 kg		5 Gramm
Summe gesamt	5,95		238 Gramm

Tempeh würfelgroß schneiden.

Marinade aus Sesamöl, Tamari und Ahornsirup mischen.

Tempeh in Marinade wenden.

Im Ofen bei hoher Hitze grillen - 5 Minuten auf der ersten Seite - Wenden - 3 Minuten auf der 2. Seite