BREW CHUNKS · STÜCKE · SCHMOREN · MIT FISCH ODER EI · BOWL

FRITTERS AUF SALAT MIT BREW CHUNKS.

BB-009

REZEPT VON
BREW BITES

21 g
PROTEIN JE PORTION

	ZUTAT	10 PORT.	100 PORT.
	BASIS		
☐	Brew Chunks	700 g	7 kg
☐	Semmelbrösel	100 g	1 kg
	GEMÜSE		
☐	Rote Paprika	18 g	180 g
☐	Gelbe Paprika	18 g	180 g
☐	Schalotten	37 g	370 g
☐	Knoblauch gehackt	19 g	190 g
☐	Schalotte feine Würfel	37 g	370 g
☐	Rote Spitzpaprika feine Würfel	195 g	2,0 kg
☐	Frühlingslauch fein geschnitten	37 g	370 g
☐	Ingwer fein geschnitten	19 g	190 g
	FOND UND SAUCE		
☐	Senf	6 ml	62 ml
☐	Zitronenzeste	6 ml	62 ml
☐	Limettensaft	19 ml	190 ml
☐	Gemüsebrühe	37 ml	370 ml

	ZUTAT	10 PORT.	100 PORT.
	FOND UND SAUCE, WEITER		
☐	Grüner Tabasco	37 ml	370 ml
☐	Olivenöl	37 ml	370 ml
☐	Reisessig	37 ml	370 ml
☐	Orangensaft	75 ml	750 ml
☐	Limettensaft	75 ml	750 ml
☐	Sesamöl	50 ml	500 ml
☐	Rapsöl	150 ml	1,5 l
☐	Senf	37 ml	370 ml
	MILCH UND EI		
☐	Ei	60 g	600 g
☐	Fischsauce	75 ml	750 ml
	WÜRZE		
☐	Kerbel	18 g	180 g
☐	Basilikum	18 g	180 g
☐	Salz	15 g	150 g
☐	Honig	37 g	370 g

1 Die Gemüse und Kräuter in feine Würfel schneiden bzw. hacken.

2 Die Brew Chunks mit dem Rest der Zutaten vermengen.

3 Zuletzt das EI dazugeben.

4 In kleine Patties formen und über Nacht kaltstellen.

5 In Rapsöl knusprig ausbacken Alle flüssigen Zutaten vermengen und die festen Zutaten dazugeben und darunterheben.

Brew Chunks grob hacken, so bleiben die Fritters locker und halten trotzdem zusammen. Bei mittlerer Hitze braten, dann garen sie durch, bevor sie dunkel werden.

Steve

HAT'S GESCHMECKT? FOTO VOM TELLER AN STEVE.
BREW-BITES.DE/HATS-GESCHMECKT