



Nettovekt 5,0 kg.
Findus v.nr. 99340
1 x 5 kg - ca. 42 porsjoner à 120 g



TILBEREDNING

Tilberedningstider varierer med ulike typer ovner og mengde produkt. Ta derfor utgangspunkt i kjernetemperatur hvor produktet er ferdig til servering ved 70°C. Produktet tilberedes fra fryst tilstand.

Konveksjons/
kombiovn: Stekes på brett i forvarmet ovn på 180 °C i ca. 20-25 min.

Panne: Stekes fra fryst eller tint tilstand på begge sider ved svak varme med litt smør eller olje. Brunnes og gjennomstekes samtidig.

INGREDIENSER

Seifilet (Pollachius virens) 78%, hvetemel, vegetabilsk olje, stivelse, maismel, salt, druesukker, skummet melkepulver, sitronjuice, persille, sennepulver, sitronsyre og gjær. Saltinnhold: 0,5%

NÆRINGSINNHOLD pr. 100 g

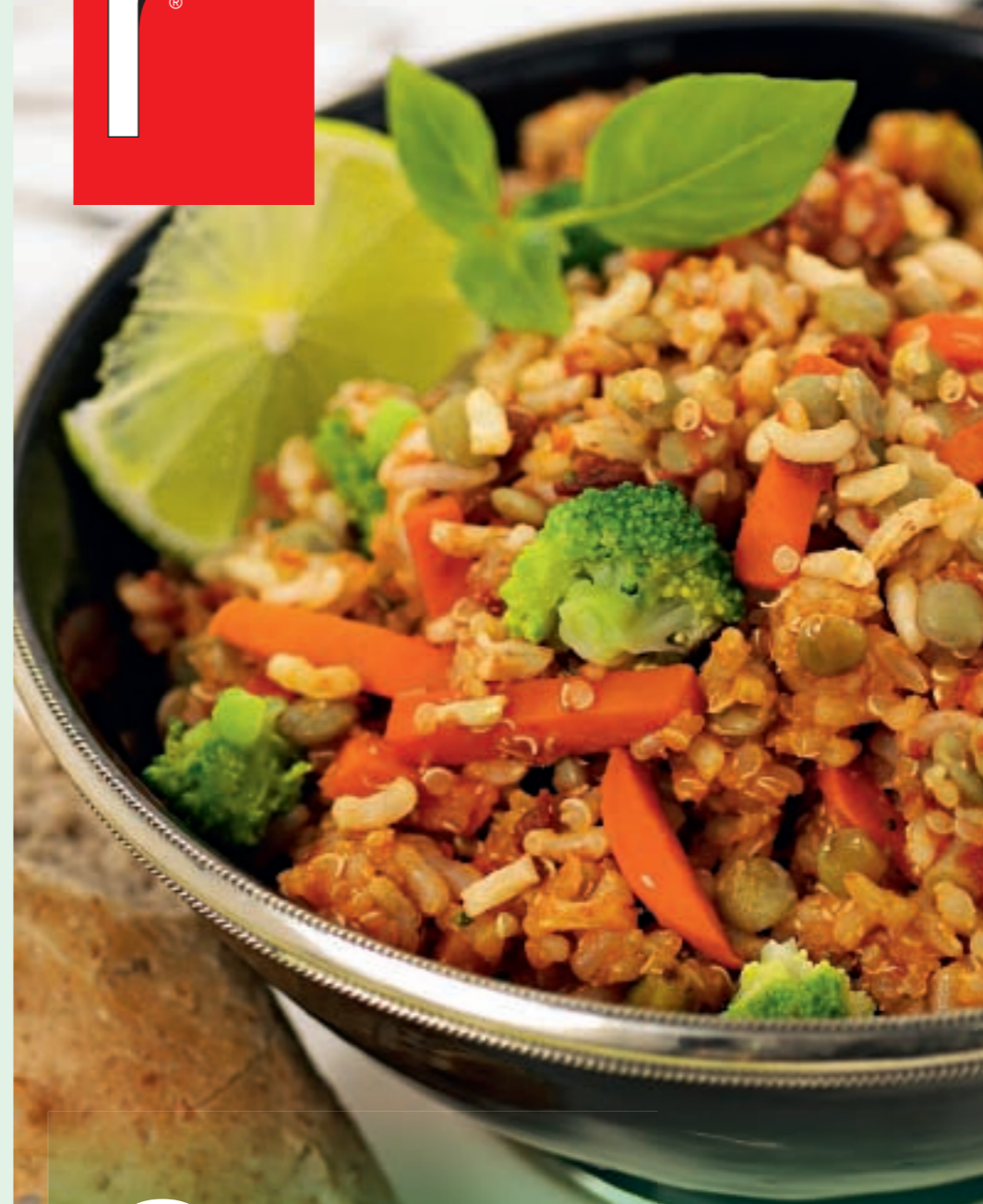
100 g ferdig vare gir ca. 730 kJ (130 kcal) og inneholder ca. 17g protein, 9,5 g karbohydrat hvorav sukkerarter 0,1 g, 7,5 g fett hvorav 0,6 g mettet fett, 0,5 g kostfiber og natrium 0,2 g.

VED INTOLERANSER - INNEHOLDER

Gluten	ja
Melkeprotein	ja
Eggprotein	-
Soyaprotein	-
Laktose	ja (0,3 g/100g)

Seibiff 120 g, urtepanert og forstekt

Denne seibiffen er rund og saftig, og best av alt – alle er like store! Vi har brukt persilleurt i melpaneringen og forstekt overflaten slik at du kan tilberede denne i kombiovn, stekepanne eller frityr. Du velger selv om du vil servere denne klassisk med stekt løk, mer moderne som en rund seibiffmiddag eller rett og slett som en seiburger i grovt brød, salat med remulade. Seibiff er saker som virkelig smaker og metter på den aller sunneste måten.



Torskefilet Gourmet 130 g lettrøkt



Hysefilet Gourmet 130 g ryggfilet



Seibiff 120 g urtepanert og forstekt

Tett på kokkem

"Little Rice"- superkorn eller moderkorn - Quinoa er en fantastisk næringsrik råvare med mange bruksmuligheter som bør krydres og smaksettes ved tilberedning, da frøet har en mild smak. Det har vi i Findus tatt hensyn til.

Vårt nye tilskudd i Green Meals-serien er en pilaff av Quinoa og Råris med moderne karakter. Fiks ferdig og klar for bruk! Kan serveres kald eller varm, som en selvstendig vegetar rett, i en påsmurt variant, salatbar, tilbehør til dagens lunsj eller middag. Eller hva med å gjennomføre en aktivitet på ditt serveringssted med fokus på retter fra våre produkter. Findus tilbyr et flott og miljøskapende materiell med menyer og oppskrifter som vi skreddersyr for deg. Ta kontakt med din lokale Findus-konsulent for å avtale temadag.

Flere tips og oppskrifter for høstens nyheter finner du også på www.findusfoodservice.no under Tett på kokken. Ovnstekt Hysefilet med Råtouille og Quinoa rårispilaff er en av mulighetene. Et smakfullt måltid som med enkelhet kan tilberedes og serveres på 1,2,3. Velbekomme med matfaglig hilsen fra Ingvild!



Ingvild

Quinoa

I dag kan vi presentere et virkelig eksotisk tilskudd til vårt populære Green Meals konsept. Quinoa er en helseirik pilaff hvor det supersunne Quinoa frøet har selskap av en kreativ blanding av sydlandske grønnsaker og krydder. Samtidig kommer 3 nykomponerte tilskudd fra havet: Torskefilet Gourmet, Hysefilet Gourmet og Seibiff som er urtepanert og forstekt. Mye godt på en dag!



god fagkummskap- gode måltidsløsminger



Les mer om nyhetene på www.findusfoodservice.no

Sammensetningen av ingredienser i produktet kan bli endret, les derfor alltid ingredienslisten på pakningens etikett. Ved spørsmål kontakt Findus Norge AS, Matforum Divisjon Foodservices, Postboks 423, 1373 Asker. Tlf: 66 85 40 00. Fax: 66 85 40 01. E-mail: findus.foodservices@no.findus.com



NORGES SKIFORBUND
På lag med herresprinterne

Nytt, supersunt green meals produkt!

Det næringsrike Quinoa frøet fra Syd Amerika er kjernen i denne nye, spennende pilaffen. Den smaksrike blandingen består ellers av råris, broccolibuketter, grillet broccolistilk, fritert gulrot, soltørkede tomater og grønne linser. Det hele er smaksatt med basilikum, litt hvitløk og balsamico-edikk.

Quinoa er like vellykket som en vegetarisk lunch eller som sunt følge til fisk eller kjøtt. Quinoaen vil også sette en spiss på salatbuffeten. Tåler opphold på kjøll (+4 °C) i inntil tre dager.



Ny rårilaff med soltørkede tomater

Quinoa, det hellige frøet

Quinoa har vært dyrket i Andesfjellene i Sør-Amerika i mer enn 5000 år. Inkafolket så på quinoa som det hellige "Moderens frø". Hvert år, når det var tid for å så, fant Inkafolkets leder frem sin spesielle gullspade for å ta det første spadesticket. Quinoaen er så næringsrik at den ble brukt som primærkost for soldater som skulle marsjere i dager og uker.

Den har et høyt innhold av protein, kalsium, jern, E-vitamin og mange av B-vitaminene. En halv kopp om dagen vil dekke et barns proteinbehov. Ingen andre kornsorter har tilsvarende verdier.

Sammen med soltørkede tomater, sydlandske grønnsaker og utvalgte krydder, utgjør Quinoa en sjelden god pilaff som vil sette en sunn spiss på enhver rett.

Nettvekt 6,0 kg. (1 x 6 kg).
Findus v.nr. 33592



EPD 1925 635

OPPTING

Tines på kjøll (+2° - +8°C), opplagt i gastrormform, 6 - 8 timer.
Tint produkt kan oppbevares på kjøll (+2° - +8°C) i 3 døgn.

TILBEREDNING

Varm fra dypfryst til 70° C kjernetemperatur.
Ca-tider. Tidene gjelder fylt ovn.

Konveksjonsovn:	175°C	25 - 30 min
Kombiovn/Varmluft:	175°C	25 - 30 min
Mikroovn:	(750W) 250 g	3 min
Panne/kjele:	Dampes forsiktig med litt vann, rør om av og til	

INGREDIENSER

Råris 32%, quinoa 27%, linser, fritert gulrot (gulrot, solsikkeolje), grillet broccoli (broccoli, solsikkeolje), broccoli, tomatpuré, soltørket tomat (tomat, salt), vegetabilsk olje (oliven og solsikke), salt, vineddik, balsamico, druejuice, kryddertrakt (bl. a. hvitløk) og farge (E150a). Saltinnhold 1,2%.

NÆRINGSINNHOLD pr. 100 g

100 g ferdig vare gir ca. 580 kJ (140 kcal) og inneholder ca. 4 g protein, 21 g karbohydrat hvorav sukkerarter 2,5 g, 4 g fett hvorav 0,5 g mettet fett, 2,5 g kostfiber, 2,5 g natrium og 0 g laktose.

VED INTOLERANSER - INNEHOLDER

Gluten	-
Melkeprotein	-
Eggprotein	-
Soyaprotein	-



Torskefilet Gourmet, lettrøkt, 130 g

5,0 kg. Findus v.nr. 99334
Ca 120 - 140 g gir ca 38 porsjoner
pr. kartong.
(Vannglasseringen for beskyttelse
av filetene kommer i tillegg.)



EPD 1940 337

TILBEREDNING

Tilberedningstider og temperaturer varierer med ulike typer ovner og med mengde produkt. Ta derfor utgangspunkt i kjernetemperatur hvor produktet er ferdig til servering ved 70 °C. Tilberedes fra fryst tilstand.

Kjele:	Dypfryste fileter trekkes i lettsaltet vann i ca. 12-15 min.
Kombidamper:	Legges i perforert bakk. Dampes på 98 °C i ca. 15 min.
Konveksjons/ kombiovn:	Legges på brett eller i bakk m/lokk. 170° C i ca. 20-25 min.

INGREDIENSER

Torskefilet (Gadus morhua), vann, salt og røykaroma
Saltinnhold: 1,2 %
Fisket i det Nordøstlige Atlanterhavet - FA 027

NÆRINGSINNHOLD pr. 100 g

100 g ferdig vare gir ca. 310 kJ (75 kcal) og inneholder ca. 18 g protein, 0 g karbohydrat hvorav sukkerarter 0 g, 0,3 g fett hvorav 0,05 g mettet fett, 0 g kostfiber og natrium 0,5 g.

VED INTOLERANSER - INNEHOLDER

Gluten	-
Melkeprotein	-
Eggprotein	-
Soyaprotein	-



Torskemiddagene er en viktig del av hele vår norske matkultur.

Her kommer en mild og tradisjonsrik norsk middag basert på fineste viltfangede torsk. Torskens delikate kjøtt har fått en mild røykesmak. Vi vet at mange vil like det, flere enn de tradisjonelle torskeelskerne. Torsk er en av de store stjernene i norske mattradisjoner.

Nå kan du servere en flott torskemiddag midt i uka!



Hysefilet Gourmet, 130 g (Kolje)

5,0 kg. (1 x 5 kg)
Findus v.nr. 95450
Ca 130 +/- 15 g gir ca 38 porsjoner pr. kartong.
(Vannglasseringen for beskyttelse
av filetene kommer i tillegg.)



EPD 1925 593

TILBEREDNING

Koke, fra dypfryst, i egen kraft under lokk i konveksjonsovn, uten lokk i kombiovn. Ca-tider. Tidene gjelder fylt ovn. Kan også tilberedes i panne eller i stekeovn. Ferdig ved kjernetemperatur 70 °C.

Konveksjonsovn:	175°C	ca 30 min
Kombiovn kokeinnstilling:	98°C	12 - 15 min
Kombiovn kokeinnstilling:	72°C	15 - 20 min
Pannesteking tint:	Stekes i brunet smør eller olje.	

INGREDIENSER

Renskarne loins av kolja/hyse (Melanogrammus aeglefinus)
Fisket i nord-øst Atlanteren - FA 027

NÆRINGSINNHOLD

100 g ferdig vare gir ca. 350 kJ (80 kcal) og inneholder ca. 19 g protein, 0 g karbohydrat hvorav sukkerarter 0 g, 0,6 g fett hvorav 0,1 g mettet fett, 0 g kostfiber og natrium 0,1 g.

VED INTOLERANSER - INNEHOLDER

Gluten	-
Melkeprotein	-
Eggprotein	-
Soyaprotein	-



Nå får du mulighet til å servere den fineste ryggfileten av hyse til dine gjester. Denne gourmetfilet passer både som en enkel lunsj-servering og en flott middagsrett som variasjon mellom ulike fiskeslag.

Hyse er en god proteinkilde som også inneholder B-vitamin og selen. Dette er sunn og god norsk mat!