

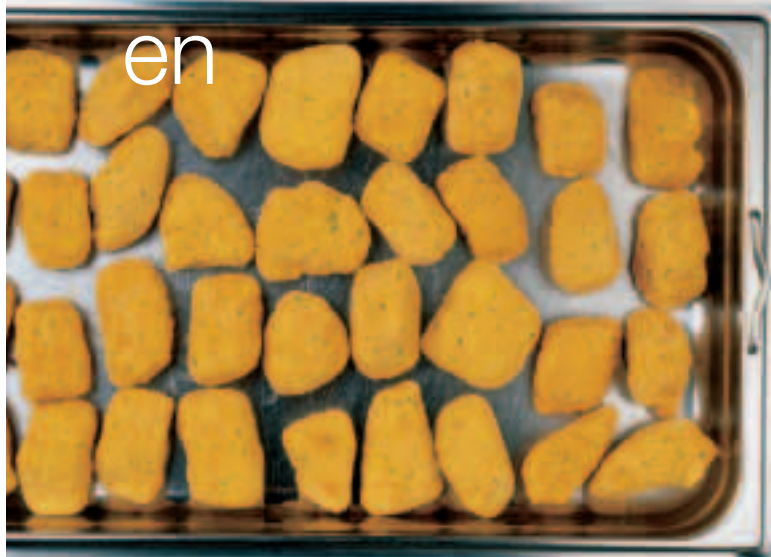
Fisk Créative

Nye fiskeretter på nye måter



Kan det være enklere?

en



to



tre



Alt-i-ett...

Enklere enn dette kan det knapt bli. Våre nye biter av den fineste fiskefileten er frosset hver for seg som "boller" med akkurat passe mengde saus pr. filetstykke. Ferdige til bare å legges på brett og varmes opp.

To varianter.

Renskårene biter av ryggfileten av sei:

- Sei Créative med klassisk fiskesaus
- Sei Créative med tomat- og kokossaus

Lett å variere.

- Varm filetbitene som de er og du kan servere en utsøkt fisk med saus. Legg dem på en seng av grønnsaker, sprøyt potet rundt og du har en litt finere fiskerett laget på rene fileter.
- Vil du servere en elegant fiskegryte kan du legge dem sammen med rotfrukter og grønnsaker.
- Dersom du sper sausen får du en herlig suppe.

Økonomisk.

- Du behøver bare ta frem så mange "fiskeboller" som du behøver.
- Filetbitene blir delikate i utseende og smaker kjempegodt.

...på 1-2-3



Fisk Créative - tilberedning

- 1: Legg de fryste "fiskebollene" i GN-form
- 2: Varmes i konveksjonsovn 175° - ca. 25-30 min.
- 3: Serveringsklar. Fisken er på sitt beste ved kjernetemperatur på 60°C.

av den
er" med
til bare

kt fiskerett
yt potetmos
eter.
n sammen



FISKEGRYTE CRÉATIVE

Fiskegrytte 16 porsj. à 210 g (= 1 brett)

Oppskrift:

Findus Sei Créative - tomat/kokossaus, 21036 1 pose = 2,5 kg

Findus Solgul Ratatouille, 7106 1,2 kg

Salt

1: Legg frossen Solgul Ratatouille på brett, GN 1/1 65 mm. Kryddres etter ønske og behov. Fordel frossen Sei Créative med tomat og kokossaus på toppen.

2: Tilberedes i konveksjonsovn v/150°C i 40 min., til fisken har en kjernetemperatur på ca. 60°C.

Serveres med ris og en frisk, god salat.



FISKEGRATENG CRÉATIVE

Fiskegrateng Créative 16 porsj. à 320 g (= 1 brett)

Oppskrift:

Findus Sei Créative - med fiskesaus, 10678 1 pose = 2,5 kg

Hurtigspinat 750 g

Poteter, kokt, skivet 2,4 kg

Salt

1: Legg skivet potet på brett, GN 1/1 65 mm. Hell Spinat over og ta på salt. Fordel frossen Sei Créative med fiskesaus på toppen.

2: Tilberedes i konveksjonsovn v/175°C ca. 50 min., til fisken har en kjernetemperatur på ca. 60°C.

Serveres med en frisk, god salat.

SEI CRÉATIVE - TOMAT/KOKOSSAUS**FAKTA - 21036****EPD 788 661**

5,0 kg (2 x 2,5 kg) 33 porsjoner à 150 g

**Tilberedning**

Varmes fra dypfryst tilstand.

Ca-tider som gjelder full ovn:

Konveksjonsovn:	175°C - 25-30 min.
Kombiovn	175°C - 25-30 min.
Mikrobølgeovn 750 W	150 g - 3 min.

Fisken er ferdig med kjernetemperatur på 60°C.
Kan også tilberedes i kjele eller inngå i sous-vide produksjon.

Ingredienser

Renskårne fileter av sei 55%, vann, tomatpuré, kremfløte, kokosmelkpulver, løk, hvitløk, modifisert stivelse, salt, persille, olivenolje, karry, hvetemel, løkpulver, fiskepulver, gjærekstrakt, melkesukker, melkeprotein, vegetabilsk olje, skaldyrsaroma og krydderekstrakt. Saltinnhold 0,9%.

Næringsinnhold

100 g ferdig vare gir ca. 350 kJ (85 kcal), og inneholder ca. 10 g protein, 3 g karbohydrat og 3,5 g fett.

Ved intoleranser - inneholder

Gluten:	Ja	Egg:	-
Melkeprotein:	Ja	Soyaprotein:	-

SEI CRÉATIVE - FISKESAUS**FAKTA - 10678****EPD 788 505**

5,0 kg (2 x 2,5 kg) 33 porsjoner à 150 g

**Tilberedning**

Varmes fra dypfryst tilstand.

Ca-tider som gjelder full ovn:

Konveksjonsovn:	175°C - 25-30 min.
Kombiovn	175°C - 25-30 min.
Mikrobølgeovn 750 W	150 g - 3 min.

Fisken er ferdig med kjernetemperatur på 60°C.
Kan også tilberedes i kjele eller inngå i sous-vide produksjon.

Ingredienser

Renskårne fileter av sei 55%, vann, margarin, skummetmelkpulver, hvetemel, modifisert stivelse, dill, salt, sitronjuicekonsentrat og hvitpepperekstrakt. Saltinnhold 0,9%.

Næringsinnhold

100 g ferdig vare gir ca. 410 kJ (100 kcal), og inneholder ca. 11 g protein, 4,5 g karbohydrat og 4 g fett.

Ved intoleranser - inneholder

Gluten:	Ja	Egg:	-
Melkeprotein:	Ja	Soyaprotein:	-