

**RAMEN WEGAŃSKI**

**Normatyw surowcowy:**

**Bulion:**

Cebula Palona 10 szt.

Czosnek 150g

Marchewka 1,5kg

Por 2 szt.

Sól 50g

Pieprz ziarna 3 łyżki

Korzeń pietruszki 400g

Liść laurowy 4szt.

Seler 500g

Imbir 150g

Grzyby shitake 1kg https://www.instagram.com/mimo.vegan/

Cebula dymka 100g

Papryczki chili 6szt.

Woda do zalania wszystkich składników

Mleko sojowe 500ml

**Dodatki:**

Noodle 70g

Pomidor marynowany w oleju sezamowym

Smażone chashu marynowane w sosie sojowym 2szt.

Smażony pak choi 50g

Szczypiorek garść

Tare 50ml

Nori 2 kawałki

Bulion 250ml





https://www.instagram.com/mimo.vegan/

**Sposób przygotowania:**

**Bulion:** Przeprowadzić obróbkę wstępną brudną wszystkich składników. Rozdrobnić na mniejsze kawałki oraz wrzucić do garnka, a następnie wlać wodę. Gotować na wolnym ogniu przez 10h.

**Dodatki:** Pomidory kroimy na pół wzdłuż gniazda nasiennego, a następnie marynujemy w oleju sezamowym przez co najmniej 5h. Chashu kroimy na mniejsze talarki (około. 2mm), a następnie marynujemy w specjalnej zalewie z sosu sojowego przez co najmniej 1 dzień. Następnie chashu smażymy na patelni razem z pak choi’em. Szczypiorek kroimy julienne następnie zawijamy w kulkę. Wodorosty nori kroimy na mniejsze prostokąty. Do miski wlewamy 250ml gotowego bulionu, 50ml tare. Następnie całość posypujemy prażonym czarnym i białym sezamem.

***Maciej Dzidziul IV K „Technik żywienia i usług gastronomicznych – MIMO VEGAN BISTRO***



**„RAWVIOLI”**

**Normatyw surowcowy:**

**Farsz:**

Buraki świeże 300g

Nasiona słonecznika moczone w płynie fermentacji 200g

Nerkowce 150g

Sól 10g

Pieprz szczypta

**Inne:**

Kalarepa pełniąca funkcję ciasta

Rzodkiewka

Kiełki brokułu

Kwiaty jadalne

Dressing marchewkowe chili

Orzechy pekan

**Sposób przygotowania:**

**Farsz:**

Nasiona słonecznika moczymy przez 2 dni w soku po fermentacji. Następnie blendujemy świeże buraki, nasiona słonecznika oraz ugotowanymi orzechami nerkowca. Doprawiamy solą i pieprzem. Kalarepę marynujemy w occie winnym oraz wodzie, dzięki czemu kalarepa mięknie. Rzodkiewkę



https://www.instagram.com/mimo.vegan/

kroimy wzdłuż na pół oraz kroimy na   
półksiężyce. Sporządzamy dressing z marchewki oraz chili. Składanie potrawy zaczynamy od położenia 4 plastrów kalarepy obok siebie tak, aby zajmowały cały talerz. Następnie kładziemy łyżeczkę farszu z buraka. Na nałożony farsz kładziemy kolejną warstwę kalarepy. Następnie obok każdego ”rawvioli” kładziemy rzodkiewkę. Wszystko polewamy dressingiem z marchewki i chili, a następnie posypujemy pokrojonymi orzechami pekan. Na koniec wykańczamy dekorując jadalnymi kwiatami oraz kiełkami brokułu.

***Maciej Dzidziul IV K „Technik żywienia i usług gastronomicznych – MIMO VEGAN BISTRO***