



Fundusze Europejskie
Wiedza Edukacja Rozwój



Unia Europejska
Europejski Fundusz Społeczny



Ceviche de corvina, pulpo y langostinos



Normatyw surowcowy:

- Pomidor 90g
- Okoń 90g
- Krewetki 90g
- Ośmiornica (macka) 90g
- Ogórek zielony 45g
- Rzodkiewka 3 szt
- Zielone mango 60g
- Sok z cytryny 100ml
- Kukurydza 45g
- Sok z limonki 60ml
- Ocet balsamiczny 30ml
- Papryczka

Źródło: Zbiór własny

Sposób sporządzenia:

Oczyścić i przeprowadzić obróbkę wstępną okonia, krewetek i ośmiornicy a następnie pokroić na niewielkie kawałki. Ogórek i miąższ z pomidora pokroić w drobną kosteczkę. Rozdrobnić kukurydzę na mniejsze cząsteczki. Pokrojone warzywa połączyć z sokiem z cytryny i limonki. Zielone mango pokroić wzdłuż tworząc wala nitki makaronu, dodać ocet balsamiczny i drobno posiekaną papryczkę. Wymieszać. Rzodkiewkę pokroić w plasterki. Tuż przed podaniem do miski należy wrzucić po 30g owoców morza i ryby oraz pokrojonych pomidorów, 45 g przygotowanej marynaty oraz szczyptę



Fundusze Europejskie
Wiedza Edukacja Rozwój



Unia Europejska
Europejski Fundusz Społeczny



zielonego mango w occie. Każda porcja dania powinna warzyć około 170g.
Do dekoracji należy użyć wcześniej pokrojonej rzodkiewki oraz w kielków.

Hanna Tokarska Klasa 3L - „Restaurante Puerta del Mar”