

ÚJDONSÁG
A KÍNÁLATUNKBAN

ag BORSÓFEHÉRJE GRANULÁTUM - APRÓ ÉS NAGYSZEMŰ

A darált hús vegetáriánus alternatívája.

ag foods
experience & innovation



FEHÉRTÉK

A fehérje minden sejt és szövet alapvető építőköve. Zsírokkal és a szénhidrátokkal együtt ezek az emberi táplálkozás legfontosabb makrotápanyagai. Számos funkciót látnak el az izomépítéstől a hormonok és antitestek létfontosságú termeléséig. Különösen fontos a rendszeres bevitelük a nap folyamán - a szervezet nem képes fehérjét raktározni.

A fehérje szerepe a szervezetben

- aminosav forrás
- részt vesz a sejt- és szövetregenerációban
- erősíti a szervezet védekezőképességét
- kritikus energiahány esetén a szervezet energiaforrásként használja fel

A fehérjehiány következményei

- fáradtság, gyengeség
- visszatérő bakteriális vagy vírusos fertőzések
- a vázizomzat fejlődésének elmaradása
- izomtömeg csökkenés
- alvászavar
- koncentráció csökkenés

Optimális fehérjebevitel

Időszak	Bevitel (70 kg személy)
Ajánlás a lakosság számára	0,8 g / kg
Állapotos és szoptató nők	+10–30 g
Munkavállalók	0,8–1,2 g / kg
Idősek	1,2–1,5 g / kg
Aerobic	1,2–2,0 g / kg
Erősport	1,4–2,0 g / kg
Diéták (általános népesség)	1,5 g / kg
Sport általában (ig)	1,8–2,7 g / kg

BORSÓFEHÉRJE

Az ideális választás azok részére, akik nem szeretnék húst fogyasztani. Könnyedén elkészíthető, mártásokban és levesekben íze szinte megkülönböztethetetlen a valódi hústól.

Előnyök

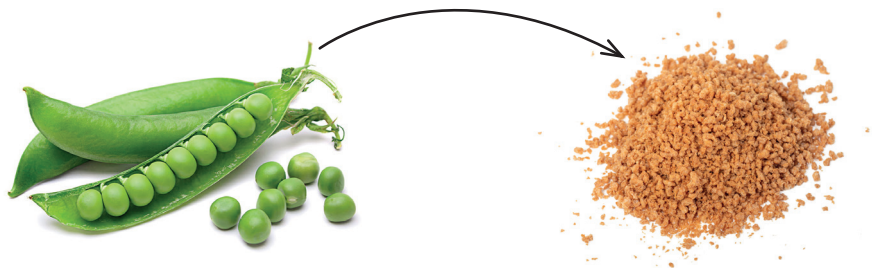
- hús alternatíva vegetáriánusok és vegánok számára
- lehetőség a hús mennyiségének csökkentésére az étrendben
- növényi fehérjeforrás
- cöliákiások számára is alkalmas - gluténmentes
- extrudált termék - könnyű tárolás és hosszú szavatosság
- egyszerű és gyors elkészítés

Mely szegmensekben használható

- oktatás
- egészségügy
- szociális szféra
- egészséges étkezdék

Mi az extrudálás?

Az extrudálás az élelmiszer-feldolgozás olyan technológiai folyamata, amelyben a megnedvesített keményítőtartalmú, magas fehérje- és rosttartalmú anyagokat lágyítják és hőkezelik a nyomás, a hő és a mechanikai nyíróerők együttes hatására. A nyersanyagot egy extrudáló hengerben egy csigával összenyomják, amely felmelegíti, elkeni a keményítőt és denaturálja a fehérjét. A denaturálás révén a fehérje emészthetőbbé válik a szervezet számára. Különböző hőmérséklet és a kezelés időtartama miatt a keletkező termékek színe eltérő lehet, és nem biztos, hogy nem kell őket utószíneezni. Az extrudáló kimeneti végén a cseppfolyósított massa formázási folyamaton megy keresztül. A termék a dekompreszió és a nedvesség gyors elpárolgása következtében kitágul. Az élelmiszer-feldolgozásban az extrudálás számos célkitűzést integrál, amelyek minden élelmiszer típusnál változhatnak. Ezek az előkezelések (hő- és nedvességkezelés, esetleg folyékony összetevők hozzáadása), a homogenizálás és a végső formába öntés.



KÍNÁLATUNKBAN MEGTALÁLHATÓ TERMÉKEK

AG Nagy szemű borsófehérje-granulátum 500 g

- kizárólag borsóból készült
- gluténmentes
- extrudált termék
- magas fehérjetartalmú (62 g/100 g termék -hőkezelés előtt)

Összetevők: borsófehérje izolátum 69,5%, sárgaborsó liszt, étkezési só.

Elkészítés: Áztassa a granulátumot 10 percig meleg vízben, vagy főzze (kb.5 percig) sós vízben vagy zöldséges alaplében. 25 g granulátumhoz 100 ml vizet használjon. Használja az elkészített granulátumot húspótlóként az ételekben. A kész massa könnyen formázható - pogácsák, húsgombócok, golyók.

Száraz helyen tárolandó

ID: 29021

Csomagolás: 500 g, 4 db/kt

Szavatosság: 12 hónap



AG Nagy szemű borsófehérje-granulátum, füstölt paprikával 500 g

- paprikával ízesítve - a könnyebb elkészítés érdekében
- gluténmentes
- extrudált termék
- magas fehérjetartalmú (62 g/100 g termék -hőkezelés előtt)

Összetevők: borsófehérje izolátum 68,5%, sárgaborsó liszt, füstölt paprika 2%, étkezési só.

Elkészítés: Áztassa a granulátumot 10 percig meleg vízben, vagy főzze (kb.5 percig) sós vízben vagy zöldséges alaplében. 25 g granulátumhoz 100 ml vizet használjon. Használja az elkészített granulátumot húspótlóként az ételekben. A kész massa könnyen formázható - pogácsák, húsgombócok, golyók.

ID: 29022

Csomagolás: 500 g, 4 db/kt

Szavatosság: 12 hónap



AG Apró szemű borsófehérje-granulátum 500g

- kizárólag borsóból készült
- gluténmentes
- extrudált termék
- magas fehérjetartalmú (72 g/100 g termék -hőkezelés előtt)

Összetevők: borsófehérje izolátum 87%, sárgaborsó liszt.

Elkészítés: Áztassa a granulátumot 20 percig forró, sós vízben, vagy főzze (kb.5 percig) sós vízben vagy zöldséges alaplében. 30 g granulátumhoz használjon 100 ml vizet. Használja az elkészített granulátumot húspótlóként az ételekben. A kész massa könnyen formázható - pogácsák, húsgombócok, golyók.

ID: 29023

Csomagolás: 500 g, 8 db/kt

Szavatosság: 12 hónap



Kihozatal:

Megnevezés	1 csomagból előállított késztermék súlya	adag/g (óvoda AI, felnőttek)	Adagszám (adagsúly 50 g / 70 g / 90 g)
AG Nagy szemű borsófehérje-granulátum 500 g	2500 g	50g / 70g / 90g	50 / 35 / 27
AG Nagy szemű borsófehérje-granulátum, füstölt paprikával 500 g	2500 g	50g / 70g / 90g	50 / 35 / 27
AG Apró szemű borsófehérje-granulátum 500g	2100 g	50g / 70g / 90g	42 / 30 / 23

RECEPTEK

Tészta bolognai mártással

Hozzávalók 4 adagra:

- 75 g AG Apró szemű borsófehérje-granulátum
- 250 ml zöldséges alaplé
- 2 sárgarépa
- 2 zellerszár
- 1 vöröshagyma
- 2 kanál olívaolaj
- 1 konzerv sterilizált paradicsom
- só, bors
- 400 g tészta
- parmezán, díszítéshez friss bazsalikom



Elkészítés: Öntsön 250 ml zöldséges alaplevet a granulátumra, és főzze 5 percig, majd csepegtesse le. Hámozza meg a hagymát, a zellerszárat, és a sárgarépát. Vágjon mindent apró kockákra. Egy nagyobb serpenyőben hevítsen olajat, dobja bele a sárgarépát, adjon hozzá egy csipet sót, és közepes lángon, időnként megkeverve, két percig, hagyja kissé megpuhulni. Adjon hozzá hagymát és zellert, és további két percig óvatosan kevergesse. Ügyeljen arra, hogy a zöldségek csak puhuljanak, de ne barnuljanak. Adja hozzá a granulátumból kapott masszát, majd a paradicsompürét. Öntsön hozzá kb. 200 ml forrásban lévő vizet és sózza ízlés szerint. Fedje le, és főzze alacsony hőfokon 90 percig, időnként megkeverve. Ha szükséges pótolja az elpárolgott folyadékot. Kóstolja meg újra a mártást, és sózza ha szükséges. Tésztával, parmezánnal és friss bazsalikkal tálalja.

Stroganov

Hozzávalók 4 adagra:

- 75 g AG Nagy szemű borsófehérje-granulátum, füstölt paprikával
- 400 ml zöldséges alaplé
- 250 g friss csiperkegomba
- 3 db sterilizált uborka
- 2 db kisebb vöröshagyma
- 2 kanál paradicsompüré
- 2 gerezd fokhagyma
- Só, bors
- Repceolaj



Elkészítés:

Áztasson be 75 g granulátumot 10 percig 400 ml meleg zöldséges alaplében, vagy kb. 5 percig főzze, amíg megpuhul. Melegítsen olajat egy serpenyőben, pirítsa benne üvegesre a vöröshagymát és adjon hozzá zúzott fokhagymát is. Rövid ideig pirítsa együtt. Adja hozzá az apróra vágott gombát és az elkészített granulátumot, majd főzze össze. Tegye hozzá a paradicsompürét és a finomra reszelt uborkát, szükség szerint öntse fel vízzel vagy zöldséges alaplével. Ízlés szerint sóval és borssal fűszerezze. Hagyja a mártást körülbelül 10 percig főni. A végén szórja meg petrezselyemmel az íz és a szín kedvéért. Tálalja tejjöllel, rizzsel vagy tésztával.

Granulátum kínai módra

Hozzávalókk 4 adagra:

- 75 g AG Nagy szemű borsófehérje-granulátum
- 500 g fagyasztott kínai zöldségkeverék
- ½ póréhagyma
- 2 kanál burgonyakeményítő
- 3 kanál olaj
- 200 ml zöldséges alaplé
- só, bors
- 1 kávéskanál Curry fűszer
- 1 kávéskanál barna cukor



Elkészítés:

Pirítsa a granulátumot egy serpenyőben kevés olajjal, rövid ideig, majd tegye félre. Egy másik serpenyőben párolja meg a póréhagymát a maradék olajban, és adja hozzá az elkészített granulátumot. Adja hozzá a cukrot, és hagyja kissé karamellizálódni. Ezután szórja bele a fagyasztott zöldségeket, pirítsa át, majd öntse fel zöldséges alaplével és lassan főzze, amíg a granulátum meg nem puhul. Miután megpuhult hozzáadjuk a maradék póréhagymát, sót, borsot, curry fűszert és a burgonya keményítőt. Keverjük meg és főzzük rövid ideig. Tálaljuk főtt rizzsel vagy kínai rizstésztával.

Jó étvágyat!



Több információra van szüksége? Keresse értékesítő kollégáinkat.
Szívesen válaszolnak kérdéseire.

AG FOODS HUNGARY Kft.
1033 Budapest, Szőlőkert u.4 | info.hu@agfoods.eu
www.agfoods.hu