

Timbale nyheder!

INSPIRERENDE OPSKRIFTER PÅ LÆNGE
VENTET NYHEDER!

PØLSETIMBALE, CHORIZO

FORBEDRET UDSEENDE
PÅ VORES
PØLSETIMBALE

FALAFELTIMBALE

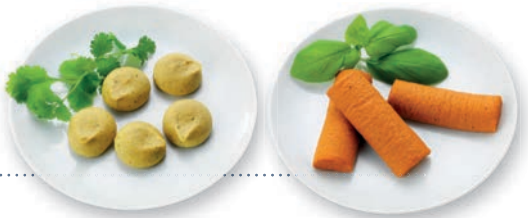
NÆRINGSVÆRDI

Energi og protein er angivet
per portion ved hver opskrift.

Længe ventet timbale nyheder!

Nu lancerer vi to smagfulde timbaler – **Falafeltimbale** og **Pølsetimbale, Chorizo**. Vi har taget højde for, at smag og udseende er i fokus for, at optimere madglæden hos dem, som har tygge- og synkebesvær. Vi har også forbedret udseende på vores eksisterende pølsetimbale (se produktfakta på bagsiden).

Vi vil inspirere med gode, appetitlige og let tyggelige retter til alle som har tygge- og synkebesvær.



INDISK TALLERKEN MED FALAFEL OG RIS

	1 port à 350 g	10 port
Sauce		
Tomater, purerede	100 g	1 kg
Ajvar Relish, mild	0,2 dl	2 dl
Vand	25 g	250 g
Selleripuré, Findus 96012431	10 g	100 g
Koriander, fintmalet	0,25 tsk	2,5 tsk
Spidskommen, fintmalet	0,25 tsk	2,5 tsk
Sukker	0,2 tsk	2 tsk
Sambal Oelek	0,1 tsk	1 tsk
Majsstivelse		
Lime, saft	0,1 spsk	1 spsk
Salt og peber, fintmalet		

Gulerodstimbale, Findus 96008515	10 g	100 g
Grøn bønnetimbale, Findus 96008708	15 g	150 g
Falafeltimbale, Findus 96016938	75 g	750 g
Yoghurt	0,15 dl	1,5 dl
Ristimbale, Findus 96008641	800 g	8 kg

Sauce
Tilsæt alle ingredienser til sauce og kog det hele op. Si sauce og jævn sauce med majsstivelse. Lad det simre cirka 3-5 minutter og smag til med limesaft, salt og peber.

Del gulerodstimbale og bønnetimbale i mindre stykker og læg dem i en bradepande sammen med falafeltimbalerne. Tilbered timbalerne i ovnen 100% damp, 100°C i cirka 8-10 minutter. Anret sauce og læg de blandede timbaler på toppen.

Pynt anretningen med yoghurt og server med revet ristimbale.

TIPS! Vil du servere retten som gryderet, så kan du tilsætte falafeltimbale, de mindre stykker af bønne- og gulerodstimbale i sauce og lad det simre cirka 5 minutter.



Per portion
300 g
Energi
414 kcal
Protein
10,8 g

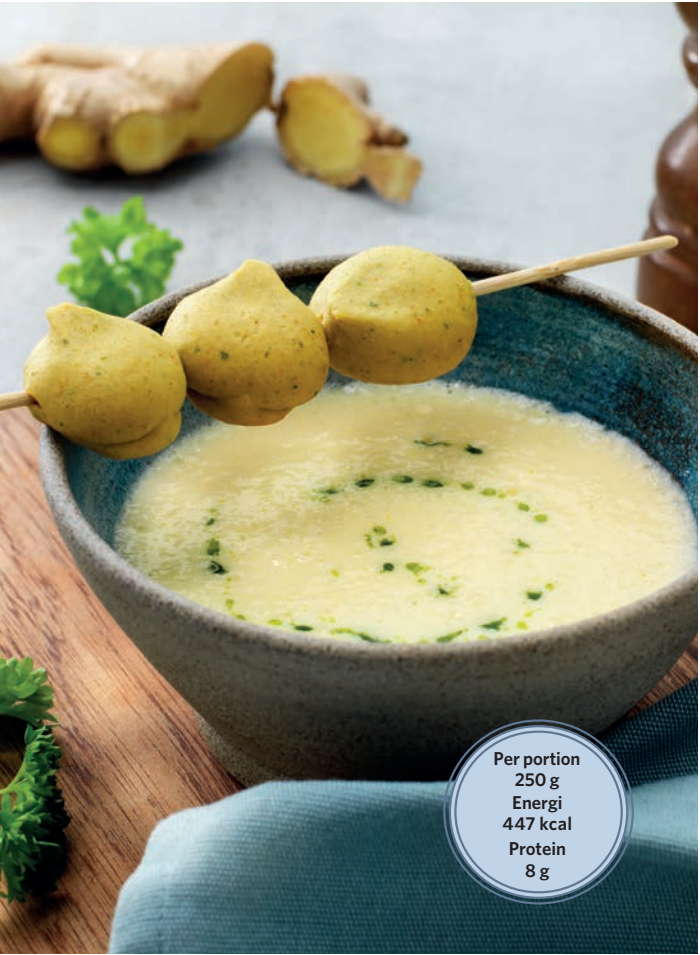
FALFEL MED KARTOFFELMOS & GULERODSCREME

	1 port à 300 g	10 port
Falafeltimbale, Findus 96016938	85 g	850 g
Gulerodscreme		
Olie	0,1 spsk	1 spsk
Karry	0,15 spsk	1,5 spsk
Gulerodspuré, Findus 96012411	70 g	700 g
Proteinberiget pulver	0,1 dl	1 dl
Crème fraîche	0,1 dl	1 dl
Majsstivelse		
Salt og peber, fintmalet		
Kartoffelmos	150 g	1,5 kg

Varm falafeltimbalerne i 100% damp, 100°C cirka 8 minutter.

Gulerodscreme
Svits karry let i olie i en gryde. Tilsæt gulerodspuré og varm det op. Pisk proteinberiget pulver og crème fraîche og kog op. Jævn med majsstivelse til en moderat konsistens. Smag til med salt og peber.

Anret gulerodscremen på en tallerken og server falafeltimbalerne med kartoffelmos.



Per portion
250 g
Energi
447 kcal
Protein
8 g

FALAFEL PÅ SPYD MED MAJSSUPPE

	1 port à 250 g	10 port
Majssuppe		
Majspuré, Findus 96008274	120 g	1,2 kg
Hønsbouillon, færdigblandet	1,5 dl	1,5 ltr
Piskefløde	0,75 dl	7,5 dl
Proteinberiget pulver	0,1 dl	1 dl
Ingefær, stødt	0,15 tsk	1,5 tsk
Cayennepeber	0,15 knsp	1,5 knsp
Løgpulver	0,15 tsk	1,5 tsk
Majsstivelse		
Salt og peber, fintmalet		
Falafeltimbale, Findus 96016938	60 g	600 g
Træspyd	1 stk	10 stk

Majssuppe
Majspuré, hønsbouillon og piskefløde koges op. Pisk proteinberiget pulver og krydderier. Jævn suppen og smag til med salt og peber.

Tre halvt optøede falafeltimbalers sættes på spyd og varmes i 100% damp, 100°C under låg i cirka 8 minutter.

Server suppen med falafelspyd, eventuelt med en krydderurteolie.

Tips! Du kan også lægge timbalerne i suppen eller ved siden af - uden spyd.



Per portion
350 g
Energi
506 kcal
Protein
13,1 g



Per portion
350 g
Energi
599 kcal
Protein
26,4 g

BIKSEMAD MED PØLSE OG FALAFEL

	1 port à 350 g	10 port
Falafeltimbale, Findus 96016938	70 g	700 g
Pølsetimbale, Chorizo, Findus 96016820	70 g	700 g
Broccolitimbale, Findus 96008603	20 g	200 g
Blandede grøntsagstimbaler, Findus 96008538	20 g	200 g
Gulerodstimbale, Findus 96008515	20 g	200 g
Kartoffeltimbale, hjemmelavet	100 g	1 kg
Sauce/Dressing		
Hp sauce	3 g	30 g
Worcester sauce	1,5 g	15 g
Olie	0,2 spsk	2 spsk
Salt og peber, fintmalet		
Spejlæg		
Æg	1 stk	10 stk
Mælk	0,1 dl	1 dl
Fortykningmiddel		

Optø timbalerne og del dem i passende stykker til biksemad. Varm i 100% damp, 100°C, cirka 5-7 minutter under låg.

Sauce/Dressing
Bland HP sauce, Worchester sauce, olie, salt og peber til en sauce. Hæld lidt sauce over og vend den med timbalerne, server biksemaden med spejlæg.

Spejlæg
Kør kogt æg i en blender med lidt mælk til en glat konsistens. Ønsker du en mere fast konsistens, kan du tilsætte Fortykningmiddel. Del gerne æggehvite og æggeblomme fra hinanden, inden du blender, for at du kan servere den som på billedet.

TIPS! Du kan også udskifte kartoffeltimbale ud med flere grøntsagstimbaler.

CHORIZO MED KARTOFFELMOS

	1 port à 300 g	10 port
Pølsetimbale, Chorizo, Findus 96016820	75 g	750 g
Agurkesalat		
Syltet agurketimbale, Findus 96008770	30 g	300 g
Crème fraiche	5 ml	0,5 dl
Mayonnaise	0,1 dl	1 dl
Karry	0,15 tsk	1,5 tsk
Citronjuice	0,1 spsk	1 spsk
Salt og peber, fintmalet		
Kartoffelmos	150 g	1,5 kg

Tilbehør: Ketchup, sennep og dild, tørret stødt.
Varm pølsen i bradepande i 100% damp, 100°C cirka 8-9 minutter.

Agurkesalat
Bland alle ingredienser med skivede agurketimbaler.
Server pølsen med beriget kartoffelmos, agurkesalat, ketchup, sennep og stødt dild som strøs over kartoffelmosen.



Per portion
300 g
Energi
526 kcal
Protein
17 g



Per portion
300 g
Energi
720 kcal
Protein
18,9 g

PØLSESTROGANOFF
MED RIS

	1 port à 300 g	10 port
Sauce		
Olie	0,1 spsk	1 spsk
Tomatpuré	0,1 dl	1 dl
Mælk	0,25 dl	2,5 dl
Piskefløde	0,65 dl	6,5 dl
Proteinberiget pulver	0,1 dl	1 dl
Løgpulver, fintmalet	0,2 tsk	2 tsk
Soja	0,25 tsk	2,5 tsk
Dijonsennep	0,25 tsk	2,5 tsk
Salt og peber, fintmalet		
Majsstivelse		
Pølsetimbale, Findus 96008470	100 g	1 kg
Ristimbale, Findus 96008641	80 g	800 g

Sauce
Svits tomatpuréen let i olie og pisk med de øvrige ingredienser. Kog det hele op og jævnt med majsstivelse, smag til med salt og peber.

Del de optøede pølsetimbaler og læg dem i saucen, kog op.

Server med ristimbale, Tilbered i 100% damp, 100°C cirka 12 minutter.

TIPS! Server med en timbalesalat, for eksempel med skåret syltet agurketimbale, tomattimbale og revet gulerodstimbale med en vinaigrette.

CHORIZO GRYDERET
MED KARTOFFELMOS

	1 port à 300 g	10 port
Sauce til gryderetten		
Olivenolie	0,25 spsk	2,5 spsk
Tomatpuré	0,5 spsk	5 spsk
Crème fraiche	0,5 dl	5 dl
Piskefløde	0,25 dl	2,5 dl
Vand	0,5 dl	5 dl
Proteinberiget pulver	0,1 dl	1 dl
Soja	0,15 spsk	1,5 spsk
Honning	0,2 tsk	2 tsk
Kalvefond	0,2 spsk	2 spsk
Timian, tørret, stødt	0,2 tsk	2 tsk
Basilikum, tørret, stødt	0,2 tsk	2 tsk
Majsstivelse		
Salt og peber, fintmalet		
Pølsetimbale, Chorizo, Findus 96016820	60 g	600 g
Tomattimbale, Findus 96008771	20 g	200 g
Gulerodstimbale, Findus 96008515	20 g	200 g
Kartoffelmos	80 g	800 g

Sauce til gryderetten
Svits tomatpuré let i olie. Tilsæt de øvrige ingredienser og jævnt med majsstivelse. Lad det simre i 5 minutter. Smag til med salt og peber.

Varm timbalerne i ovn 100% damp, 100°C cirka 8-10 minutter. Anret saucen og læg derefter de blandede timbaler ovenpå.

Server med kartoffelmos.

Tips! Tilsæt de optøede timbaler, som er skåret i mindre stykker direkte i saucen og kog op i stedet for, at varme timbalerne separat i ovnen.



Per portion
300 g
Energi
528 kcal
Protein
13,6 g

Produktfakta timbale nyheder:



Pølsetimbale, Chorizo 96016820

VÆGT 2,5 kg, ca. 100 x 25 g

INGREDIENSER

ÆGGEHVIDE, grisekød 21%, oksekød 14%, **ÆGGEBLomme**, modificeret majsstivelse, vand, rapsole, tomatpuré, salt, paprikapulver, hvidløgs-puré, krydderier (bl.a. cayennepeber, muskatnød), røget dextros, oksebouillon, løg, røget chilipeber, sukker, røget paprika, eddike, majsstivelse, peber-ekstrakt.

OPTØNING

Optøs i køleskab 3-4 timer. Opbevar på køl i max 8°C og server indenfor 6 timer efter optøning.

TILBEREDNING

Læg de frosne timbaler i en bradepande. Hæld lidt vand/bouillon i bunden (ca. 1 dl 1/1 GN) og pensl med olie eller fedt før opvarmning. Varm med låg til 70°C kernetemperatur. Forvarm ovnen. Tilbered i 100% damp, 100°C 8-9 minutter. Mikroovn (750 W), 4 stykker cirka 3 minutter.

NÆRINGSVÆRDI per:	100 g	portion
Energi	823 kJ/ 197 kcal	823 kJ/ 197 kcal
Fedt	11 g	11 g
Heraf mættede fedtsyrer	2,9 g	2,9 g
Kulhydrater	11 g	11 g
Heraf sukkerarter	1,8 g	1,8 g
Fiber	1,0 g	1,0 g
Protein	13 g	13 g
Salt	2,0 g	2,0 g



Falafeltimbale 96016938

VÆGT 2,508 kg, ca. 209 x 12 g

INGREDIENSER

Kogte kikærter 37%, **ÆGGEHVIDE**, rapsole, **ÆGGEBLomme**, modificeret majsstivelse, løg, krydderier (bl.a. chilipeber), salt, persille, hvidløgs-puré.

OPTØNING

Optøs i køleskab 2-3 timer. Opbevar på køl i max 8°C og server indenfor 6 timer efter optøning.

TILBEREDNING

Læg de frosne timbaler i en bradepande. Hæld lidt vand/bouillon i bunden (ca. 1 dl 1/1 GN) og pensl med olie eller fedt før opvarmning. Varm med låg til 70°C kernetemperatur. Forvarm ovnen. Tilbered i 100% damp, 100°C 7-8 minutter. Mikroovn (750 W), 7 stykker cirka 2 minutter.

NÆRINGSVÆRDI per:	100 g	portion
Energi	943 kJ/ 227 kcal	775 kJ/ 186 kcal
Fedt	16 g	13 g
Heraf mættede fedtsyrer	1,7 g	1,4 g
Kulhydrater	12 g	10 g
Heraf sukkerarter	0,8 g	0,7 g
Fiber	2,0 g	1,7 g
Protein	7,7 g	6,5 g
Salt	1,4 g	1,2 g



Pølsetimbale 96008470

VÆGT 2,5 kg, ca. 100 x 25 g

INGREDIENSER

ÆGGEHVIDE, grisekød 23%, oksekød 15%, **ÆGGEBLomme**, modificeret majsstivelse, vand, rapsole, røget dextros, salt, tomatpuré, krydderier (bl.a. cayennepeber), oksebouillon, sukker, løg, krydderiekstrakt (bl.a. paprika).

OPTØNING

Optøs i køleskab 2-3 timer. Opbevar på køl i max 8°C og server indenfor 6 timer efter optøning.

TILBEREDNING

Læg de frosne timbaler i en bradepande. Hæld lidt vand/bouillon i bunden (ca. 1 dl 1/1 GN) og pensl med olie eller fedt før opvarmning. Varm med låg til 70°C kernetemperatur. Forvarm ovnen. Tilbered i 100% damp, 100°C 8-9 minutter. Mikroovn (750 W), 4 stykker cirka 3 minutter.

NÆRINGSVÆRDI per:	100 g	portion
Energi	852 kJ/ 204 kcal	852 kJ/ 204 kcal
Fedt	12 g	12 g
Heraf mættede fedtsyrer	3,1 g	3,1 g
Kulhydrater	11 g	11 g
Heraf sukkerarter	1,9 g	1,9 g
Fiber	<0,5 g	<0,5 g
Protein	13 g	13 g
Salt	1,7 g	1,7 g

OPBEVARING AF SAMTLIGE TIMBALER

I dybfryser (-18°C eller koldere), se datomærkning. Bør altid opbevares på frost. Bør ikke fryses efter optøning.



**PØLSETIMBALE, CHORIZO
MED MOS & AGURKESALAT**



**FALAFELTIMBALE MED
GRØN BØNNETIMBALE,
TOMATTIMBALE & DRESSING I
BRØDTIMBALE**



**PØLSETIMBALE MED KETCHUP
& SENNEP I BRØDTIMBALE**