

Ficha técnica de fabricación

Ensalada de sardinas con aguacate				Data creación	Persoas	Tipo	Autor				
Descripción Sardinas con un conjunto de hortalizas aliñadas.				Foto - imaxe							
Achega nutricional Por determinar		Custe materias total SI									
		Coef multiplicador 1,00									
		Prezo venda / Porción SI									
TECNICAS DE BASE		XENEROS					Valores				
Preparaciones necesarias		TIPO	U	1	2	3	4	5	Total	PUSI	PTSI
		Carnes									
Preelaboración materia prima Pelar y picar en dados las hortalizas Deslomar las sardinas		pescados Sardinas	Ud	2,00					2,00		
Elaboración En un bol echar las hortalizas y añadir el aceite de oliva virgen extra En un aro colocar en sus bordes interiores los lomos de sardina, a continuación introducir el relleno previamente hecho y aliñarlo con aceite de oliva y vinagre de modena.		verduras Cebolla morada	Kg	0,08					0,08		
		Tomate	Kg	0,07					0,07		
		Calabazin	Kg	0,10					0,10		
		Aguacate	Ud	1,00					1,00		
		otros Brotos	Bolsa	1,00					1,00		
		Hilo de guindilla	Bolsa	1,00					1,00		
		Aceite de oliva	dl	0,20					0,20		
		Vinagre modena	dl	0,10					0,10		
Montaje: <u>En el plato, colocar el aro de la elaboración, retirarlo y decorar con los hilos de guindilla y los brotes.</u>				Total xénero							
				Sazoamento 2%							
				Custe materias total							