



Unilever
Food
Solutions

Support. Inspire. Progress.

RECEPTEN ETEN IS FEEST



DE VEGETARISCHE SLAGER™



Unilever
Food
Solutions

Support. Inspire. Progress.

Beste zorgchef,

Wij willen jou inspireren om alles uit de vegetarische keuken te halen zodat je in een handomdraai een heerlijke, voedzame maaltijd serveert. Wat vaker vegetarisch is namelijk beter voor onze gezondheid.

Daarom vragen wij jou om de uitdaging aan te gaan om op jouw loatie de 'Meatless Monday' te introduceren. Dat betekent dat je op maandag géén vlees terug laat komen in jouw gerecht(en) – een dagje vegetarisch. Net zo smaakvol en voedzaam.

Mocht je vragen hebben over bepaalde recepten of producten, neem dan contact met ons op via info@unileverfoodsolutions.nl.

Met vriendelijke groet,

Team Unilever Food Solutions

Marokkaanse Harira

met Vegetarische Shawarma en kikkererwten





Marokkaanse Harira met vegetarische Shawarma en kikkererwten

Ingrediënten voor 10 personen:

Soep:

2	l	Water
130	g	Knorr Professional Wereld Marokkaanse Harira
250	g	Kikkererwten, afgespoeld
250	g	Rode puntpaprikareepjes
250	g	Wortel- en bleekselderijblokjes
250	g	De Vegetarische Slager NoChicken Shawarma

Garnituur:

3	takjes	Munt
--	--	Chili flakes

Bereiding:

Soep: Breng het water aan de kook en voeg al roerend het soeppoeder toe. Voeg de kikkererwten toe en laat de soep 8 minuten zachtjes koken. Stoom de vegetarische shawarma reepjes 10 minuten in de stoomoven bij 100% stoom en koel daarna direct terug. Snijd ze in de gewenste vorm. Blancheer de groenten.

Garnituur:

Pluk de munt en snijd deze grof.

Opmaak:

Schep het garnituur in de kommen, giet de harirasoep erop en garneer met de munt en chili flakes.

Tip: Bij ontkoppeld koken; vervang de munt (i.v.m. verkleuren) voor 25 g gesneden lente-uitjes.



Knorr Professional Wereld
Marokkaanse Harira



De Vegetarische Slager
NoChicken Shawarma

Wortel wrap

met gestoomde vegetarische NoChicken Gyros
reepjes





Wortel wrap met gestoomde Vegetarische NoChicken Gyros Reepjes

Ingrediënten voor 10 personen:

3	st	Knorr wortel wrap à 64 gram
150	g	De Vegetarische Slager NoChicken Gyros, gestoomd
150	g	Tzaziki, kant & klaar
75	g	Gesneden komkommer, maantjes
30	g	Gesneden radijsreepjes
90	g	IJsbergsla gesneden, grote stukken
75	g	Rijstazijn
50	g	Kristalsuiker
10	st	Mini komkommer
1	bosje	Mini waterkers

Bereiding:

Vegetarische Gyros: Leg de Vegetarische Gyros reepjes vanuit de diepvries in een geperforeerde bak en stoom deze 10 minuten in de stoomoven met 100 % stoom. Koel ze daarna direct terug, dit is voor de voedselveiligheid voor het verwerken in een koude wrap.

Wrap: Smeer de wrap in met de tzaziki. Leg hierop de koude gestoomde Gyros, de komkommermaantjes, radijs en de grote stukken ijsbergsla en rol de wrap op.

Komkommer zoet-zuur: Kook de rijstazijn met de suiker en laat deze afkoelen. Snijd de mini komkommer in plakjes en marineer deze in het zoetzuur.

Opmaak: Snijd de wrap in de gewenste vorm, decoreer met de zoetzure komkommer, de waterkers en wat tzaziki saus.

Tip: Bovenstaand recept is voor 3 grote wraps; voldoende om voor 10 personen te gebruiken als voorgerechtje of amuse-hapje.



Knorr Groenten
Wortel Tortilla Wrap



De Vegetarische Slager
NoChicken Gyros

Vegetarische Schnitzel

met tomatensalade, aardappelwedges en
tartaarsaus





Vegetarische Schnitzel met tomatensalade, aardappelwedges en tartaarsaus

Ingrediënten voor 10 personen:

10	st	De Vegetarische Slager NoSchnitzel
--	--	Zonnebloemolie
1,5	kg	Aardappelwedges
30	g	Olie
--	--	Zout
400	g	Mix mini tomaatjes
150	g	Halve komkommermaantjes, met schil
50	g	Rode uien stiften
30	st	Little jam slabladen
1,5	dl	Hellmann's Citrus Gember Vinaigrette
--	--	Veldsla
1	st	Sjalotje
1	st	Augurk
10	g	Kappertjes
10	g	Bieslook
2	st	Hardgekookte eieren
200	g	Hellmann's Vegan

Bereiding:

Tartaarsaus: Snijd het sjalotje, de augurk, de kappertjes en bieslook fijn en hak de eieren. Meng de gesneden ingrediënten met de Hellmann's vegan.

Garnituur: Snijd de tomaatjes door midden en meng deze met de rode ui en de komkommer. Maak het aan met de Citrus Gember Vinaigrette. Bak de wedges mooi bruin in de boter, of bereid ze in de oven.

Schnitzel: Bak de vegetarische schnitzels aan beide kanten in de zonnebloemolie.

Opmaak: Leg de slablaadjes op het bord en leg hierop de aangemaakte tomaten salade. Schik hierbij de schnitzel met de wedges en decoreer met de veldsla en tartaarsaus.

Tip: Bij ontkoppeld koken serveer je de salade en tartaarsaus apart.



De Vegetarische Slager NoSchnitzel



Hellmann's Citrus Gember Vinaigrette



Hellmann's Vegan

Taboulé salade

met granaatappel en Citrus Gember Vinaigrette





Taboulé salade met granaatappel en Citrus Gember Vinaigrette

Ingrediënten voor 10 personen:

312,5	g	Knorr Taboulé Couscous Salade, de bus goed mengen voordat je de helft afweegt
5	dl	Koud water
0,5	dl	Olijfolie extra vierge
1,5	dl	Rijstazijn
100	g	Suiker
2	st	Rode uien
50	g	Zoetzure rode uien stiften, of rauwe rode ui stiften
50	g	Granaatappelpitten
50	g	Gesneden komkommer, maantjes
150	g	Mini mix tomaatjes, in tweeën gesneden
1,5	dl	Hellmann's Citrus Gember Vinaigrette
1	bosje	Waterkers
30	g	Gesneden lenteuitjes

Bereiding:

Taboulé : Meng het water met de olie en roer de taboulé er door, laat minimaal 1,5 uur koelen. Dit kun je 1 dag van te voren al aanroeren.

Zoetzure uitjes: Kook de rijstazijn met de suiker, giet dit kokend op de vers gesneden rode ui stiften, zodat ze onder water staan en koel direct terug.

Door de hoge zuurgraad is dit lang houdbaar, goed afgedekt in een gesloten bakje in de koelkast.

Opmaak: Roer de taboulé door, meng de uitgelekte rode ui, granaatappelpitjes, tomaatjes en komkommer erdoor. Maak het geheel aan met de vinaigrette. Verdeel het over de kommetjes en decoreer met de lente-uitjes en waterkers.



Knorr Taboulé
Couscous Salade



Hellmann's Citrus
Gember Vinaigrette

Vegetarische Kipstukjes

in Tikka Masala saus, gele rijst en gestoofde spitskool





Vegetarische Kipstukjes in Tikka Masala saus, gele rijst en gestoofde spitskool

Ingrediënten voor 10 personen:

20	g	Zonnebloemolie
100	g	Witte uien, blokjes
400	g	Paprika mix grof
15	g	Knorr Professional Knoflook Puree
15	g	Knorr Professional Gember Puree
750	g	Knorr Patak's Tikka Masala Curry Saus
850	g	De Vegetarische Slager NoChicken Kipstuckjes
300	g	Conimex Basmati Rijst
1	g	Kurkuma
800	g	Spitskool, grof gesneden
70	g	Romboter
20	g	Knorr Professional Peper Puree
2	g	Kurkuma
500	g	Bimi
--	--	Zout
--	--	Kokosvlokken

Bereiding:

Curry: Verhit de olie, voeg de uien, paprika, knoflook en de gember toe en stoof ze zonder te kleuren gaar. Voeg de tikka masala saus toe en breng het geheel aan de kook. Bak de vegetarische kipstukjes (bij voorkeur ontdooid), in wat olie en voeg ze daarna aan de saus toe. Verwarm het geheel goed door.

Tip: Bij ontkoppeld koken direct terug koelen.

Rijst: Kook de basmati rijst met de kurkuma. Giet de rijst af en laat de rijst droog stomen. Koel de rijst terug.

Groente: Blancheer de bimi kort en koel terug. Stoof de spitskool in de boter met peperpuree, kurkuma en eventueel zout, en koel terug.

Garnering: Kleur de kokosvlokken op een bakplaat in een hete luchtoven op 120 graden Celsius circa 10 minuten. Zet de ventilator op de laagste stand, anders waaien de kokosvlokken van de plaat.

Opmaak: Verwarm de componenten en dresseer op het bord/kom, bestrooi het geheel met kokosvlokken.



Knorr Professional Knoflook Puree



Knorr Professional Gember Puree



Knorr Professional Peper Puree



Vegetarische Slager NoChicken Kipstuckjes



Knorr Patak's Tikka Masala Saus



Conimex Basmati Rijst



Unilever
Food
Solutions

Support. Inspire. Progress.

Assortimentsoverzicht

Product	Product informatie	EAN Code	Inhoud
Knorr Professional Wereld Marokkaanse Harira		8710522656631	1,3 kg
Vegetarische Slager NoChicken Shawarma	 	8718692786660	2 kg
Knorr Groenten Wortel Tortilla Wrap	 	8710522693315	6 st
Vegetarische Slager NoChicken Gyros	 	8718692787247	2 kg
Vegetarische Slager NoSchnitzel	 		
Hellmann's Citrus Gember Vinaigrette	   	8710522647462	1 l
Hellmann's Vegan	  	8717163854228	2,62 l
Knorr Taboulé Coucous salade	 	3011360084231	625 g
Knorr Professional Peper Puree	  	8722700482451	750 g
Knorr Professional Knoflook Puree	  	8722700483168	750 g
Knorr Professional Gember Puree	  	8722700482093	750 g
Knorr Patak's Tikka Masala Saus	 	8712566362035	2,2 l
Vegetarische Slager NoChicken Kipstukjes	 	8718692786561	1,75 kg
Conimex Basmati Rijst	 	8712100988721	5 kg

www.unileverfoodsolutions.nl