

Proportionieren

leicht gemacht

Auftauen

Am besten lässt du das Fleisch über Nacht im Kühlschrank schonend auftauen. Sobald das Fleisch gut angetaut ist, kannst du mit der Vorbereitung fortfahren.

Utensilien

Du benötigst folgende Utensilien:

- Eine Küchenwaage
- Mixer oder ein Pürierstab
- Ein Fleischmesser
- Gefrierbeutel/Tupperware

Hygiene und Sauberkeit

Die gewohnten Hygienemaßnahmen in der Küche, wie das Reinigen der Utensilien sowie gründliches Händewaschen, sind von grosser Bedeutung. Benutze, wenn möglich, separate Schneidebretter und Tupperware und reinige alle Utensilien direkt nach Gebrauch gründlich.

Ziel

Die Portionen können wöchentlich, zwei wöchentlich oder monatlich vorbereitet werden. Ziel ist die einfache Handhabung im Alltag. Einfach vorbereiten, einfrieren - dann vor Gebrauch auftauen lassen und servieren.

