

## GRUNDREZEPT

Exklusiv für alle arten des Sojaweiß-Konzentrat  
Wie

**STEAK, FILET, SCHEIBEN, STREIFEN usw**



### **ZUTATEN:**

#### **SOYA :**

20–25 gramm    trockene Sojaprodukt    für eine Portion  
1            liter            klares Wasser pro 100 g trockene Soja  
2            teelöffel    Salz pro ein liter Wasser

#### **Oder**

2            Würfeln    Gemüsebrühe pro ein liter Wasser

### **ZUBEREITUNG:**

1. Wasser aufkochen, Salz/Gemüsebrühe und Soja zufügen..

15 bis 20 Minuten weiter kochen für Filet oder Steak, Ca. 10 Minuten für Scheiben u. Streifen.

Damit der Geschmack richtig eingezogen ist, man kann die Soja weiter noch ½ bis 1 Std ziehen lassen.

2. Wasser durch ein Sieb abgießen, Soja abtropfen und abkühlen lassen.

3. Der Küchenchef empfiehlt daß die gekochte Soja ganz kurz angebraten werden soll um die erwünschte braune Farbe zu bekommen. Danach mit anderen Zutaten nach Gericht und Geschmack weiter verarbeiten.

4. Anstatt Fleisch man kann Soja immer für alle Fleischgerichte ersetzen

5. Servieren mit Gemüse, Pasta oder Reis als Beilage.