

# ГЕДЗА С ХАЙБИФ ФАРШЕМ

УЗНАТЬ БОЛЬШЕ



1 порция



60 мин



средне

## ИНГРЕДИЕНТЫ



100 г фарш растительный «Hi Beef»

60 г тесто рисовое

6 г масло растительное

2 г лук сибулет

4 г кунжут семена

4 г чеснок свежий

20 г соевый соус

16 г уксус винный

40 г китайская капуста

7 г лук зеленый

2 г масло кунжутное

1 г сахар

3 г имбирь корень

### Гедза с Хайбиф фаршем

Бросьте вызов своему внутреннему повару, приготовив гедза с растительным фаршем «Hi Beef». Они идеально подходят для изысканного ужина в азиатском стиле!



## РЕЦЕПТ

### 1. ПОДГОТОВИМ НАЧИНКУ

Очищенные чеснок и имбирь, зеленый лук и китайскую капусту нарезаем соломкой, смешиваем с хайбиф фаршем, добавляем кунжутные семена, соевый соус, винный уксус, масло кунжутное и сахар. Все перемешиваем до однородной консистенции.

### 2. СОБИРАЕМ ГЕДЗА

На кусочек теста для гедза кладут начинку, защипывают края.

### 3. ЕЩЕ НЕМНОГО ВАРИМ!

Смазываем основание гедза растительным маслом, ставим в пароварку и варим до готовности 10 минут.

### 4. ПОДАЕМ И НАСЛАЖДАЕМСЯ!

Готовые гедза выкладываем на порционную тарелку и подаем с соевым соусом, украшая луком сибулет.

## ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ

Белки, г

Жиры, г

Углеводы, г

Калорийность, ккал (кДж)

1 порция (250 грамм) содержит:

18

27

39

470 ккал/1970 кДж

100 грамм блюда (изделия) содержит:

7,5

11

16

190 ккал/800 кДж

[Главная страница](#) > [Рецепты](#) > [Гедза с Хайбиф фаршем](#)



По вопросам качества  
8-800-200-70-80  
[www.efko.ru](http://www.efko.ru)

© 2021 АО «УК ЭФКО»  
Адрес: Белгородская область,  
с. Малобыково, ул. Белая Вежа, 1

HEALTHY INNOVATION



О НАС ТЕХНОЛОГИЯ КУПИТЬ