

---

# Ochutnávka veganského jídla menza Troja

---

## **Dne 16. 1. 2023 veganské vaření na menze Troja ve spolupráci se společností PROVEG**

- Kromě vaření dostanou kuchaři i školení, proč není bezmasé jídlo plnohodnotnou náhradou za maso (argument že každý den máme přece bezmasé, nač se zabývat vegany?). Jak pracovat s TOFU, představení i jiných surovin bez alergenů (hraška, smotana bez alergenů bude součástí jídla),
- Sami kuchaři si připraví seitan a veganskou majonézu
- Po navažení 3 druhů jídel po 30 porcí jídlo přesuneme do výdejního pultu do jídelny. Studenti budou mít možnost ochutnávky navažených jídel zadara.

### **MENU:**

**Řízky ze seitanu s bramborovým salátem**

**Fazolové chilli s jasmínovou rýží**

**Hrachové nudličky na paprice s těstovinou (hrachová alternativa masa z hrachové bílkoviny Pan Hrášek a Plant Flora smetana)**

- Kromě ochutnávky studenti i naši kuchaři budou průběžně dostávat informace o veganské stravě, o náhradách masa, proč je to prospěšné pro nás, pro naše zdraví...