



Samlevejledning

1 stk Jumpburgerbolle
1 stk Jumpburgerbøf 150 g
eller kyllingebryst
50 g blandet årstidsgrønt
30 g Jumpketchup
15 g tatarsauce

Jumpburger Okse eller kylling serveres med coleslaw

10 burgers

10 stk Jumpboller
10 stk Jumpburgerbøf 150 g eller kyllingebryst
500 g blandet årstidsgrønt f.eks. salat, spidskål, hvidkål, fennikel, rødkål, fint snittede persilleblade mm.
300 g Jumpketchup
150 g tatarsauce

- De grove af grønsagerne snittes meget fint i strimler - gerne på et mandolinjern. Der kan med fordel laves store portioner til et par dage ad gangen
- Bøffen brunes på begge sider og steges til den er lun inden i. Bøffen må gerne være saftig og let lyserød, da den er tilberedt "sous vide"
- Bollen varmes og burgeren samles

Tips!

Burgeren kan varieres med chilisauce, ost, bacon eller kan serveres med råstegte kartofler.

Jumpketchup

25 portioner

500 gram flåede fra dåse. Men kun selve tomaten. Saucen skal ikke med.

1 lille æble

1 løg

1-2 fed hvidløg

1/2 tsk kanel

1/2 tsk stødt allehånde

125 gram mørk farin (eller lidt mindre, hvis den skal være knap så sød) 1 dl Lagereddike

- Skær tomater, æble, løg og hvidløg i grove stykker
- Hæld det i en gryde med krydderierne og eddiken
- Kog hele til æblerne er godt møre
- Hæld massen i en blender eller brug en kraftig stavblender
- Herefter smages den til med brun farin og lagereddike.
- Konsistensen skal være lidt som en varm frugtgrød.

Tips!

Det smager skønt med en hjemmelavet ketchup!
Men i kan også bruge en god købt ketchup.
Tomatfabrikken har en god grov ketchup. (nærmere oplysninger i kvalitetsbeskrivelsen)

Tatarsauce

150 g Jumpmayo

50 g hakkede kapers

50 g hakkede cornichon/syltede agurker

Salt og peber

- De hakkede grøntsager vendes med mayonnaisen og der smages til med salt og peber

Jumpfood – coleslaw

10 portioner

70 g Jumpmayo
50 g kvark
4 spsk æbleeddike
2,5 spsk sennep
1½ spsk sukker
500 g hvidkål
500 g gulerødder

Alle ingredienser med undtagelse af grønsagerne blandes til en dressing. Snit kålen fint og riv gulerødderne groft. Vend grønsagerne i dressingen

Pakkevejledning

- Burgeren pakkes i Jumpæske, hvis den sælges ud af huset

(ellers anrettes den på tallerken)

Tips!

Coleslaw kan varieres efter sæson, f.eks. fennikel, sommerkål, rødkål, rosenkål eller squash. Den kan også smages til med friskhakkede krydderurter, f.eks. persille, purløg eller estragon

Ernæring

Okse

Pr. portion:
Energi 3185KJ
Fedt 35,5g
Kulhydrat 65g
Protein 43,5g
Grønt 165g

Ernæring

Kylling

Pr. portion:
Energi 2760KJ
Fedt 24g
Kulhydrat 72,5g
Protein 44g
Grønt 165g

