



**1 portion:**  
270 g pastasalat  
1 fuldkornsbolle  
Drys med persille

# Jump-pastasalat med æble, bacon og persille

**10 portioner**

**Serveres med fuldkornsbolle**

800 g grovepasta (ukogt vægt)  
2 store røde æbler  
300 g tørsaltet bacon  
1½ stk løg  
1 stort bundt bredbladet persille  
½ spsk æbleeddike  
1 citron  
1 spsk olivenolie  
Salt og peber

## Tips!

Vær opmærksom på at der er stor forskel på kvaliteten af grove pasta, så prøv nogle stykker indtil du finder en der falder i jeres smag.

- Kog pastaen i rigeligt vand med salt (se posens vejledning på tid)
- Dræn pastaen og afkøl
- Løgene skæres i små tern
- Skær bacon i små tern og steg den på en pande. Lige inden bacon er færdigt kommes løgene med på pande og steges med i kort tid, til løgene er blevet blanke
- Skær æblerne, gerne med skræl på, i mindre både, og vend dem med lidt æbleeddike og olivenolien
- Persillen hakkes groft og riv skallen af det yderste af citronen, med et fint rivejern
- Vend æblerne, persille, citronskal og den lune bacon /løg blanding med pastaen.
- Smag til med salt og peber og citronsaft efter smag

### **Pakkevejledning**

- Salaten pakkes i Jumpæske, hvis den sælges ud af huset (ellers anrettes den på tallerken)

## **Ernæring**

### **Pr. portion:**

Energi 2225g

Fedt 11,5g

Kulhydrat 87g

Protein 21g

Grønt 52g