



Samlevejledning

1 Jump sandwichbrød
60 g kylling
5 g bacon
50 g fintsnittet årstidens grønt
10 g fintsnittet gulerod
12 g fintsnittet løg
22 g karrydressing

Jumpsandwich Kyllingesandwich med bacon og karry dressing

Fyld til 10 sandwich

10 stk Jump sandwichbrød
600 g kyllingebryst uden skind
50 g bacon i skiver
500 g årstidens grønt
100 g gulerod
150 g løg
1 tsk groft salt og peber
225 g karry dressing

Tips!

Brug årstidsgrønt f.eks. salat, spidskål, hvidkål, fennikel, rødkål, fint snittede persilleblade mm.

- Kyllingebrystet steges i olie på pande, vendes og steger videre, krydres med salt og peber.
- Kan med fordel steges færdigt i ovnen 175 grader ca. 12-15 minutter
- Hvert kyllingebryst skæres i ca. 6-8 skiver på den korte led.
- Bacon skæres i fine, tynde strimler og steges i ovnen ved 180 grader til det er sprødt og gyldent
- De grove af grønsagerne, gulerødderne og løgene snittes meget fint i strimler - gerne på et mandolinjern der kan med fordel laves store portioner til et par dage ad gangen
- Brødet ristes i meget varm klemtoast eller bages i ovn ved 200 grader til det er gyldent og helt sprødt.
- Brødet skæres igennem, når det er let afkølet
- Brødet smøres med karrydressing på begge sider af brødet
- Kyllingeskiverne lægges på nederste brød, derefter årstidens salat og til sidst et drys bacon
- Læg 'låget' på og server den lune sandwich

Karrydressing

Til 10 sandwich

225 g Jumpmayo

1½ spsk karry

2,5 spsk æbleeddike

1 knivspids chilipulver

1 spsk flydende honning

½ tsk groft salt og peber

- Mayonnaise, karry, æbleeddike, chilipulver røres sammen og det tilsmales med salt og peber
- Karryen kan med fordel varmes hurtigt på en pande, så den vækkes til live og derved giver en mere afrundet og intens smag

Pakkevejledning.

- Til direkte salg pakkes de lune sandwich i "blå sandwichlomme"
- Færdigpakkede kolde sandwich pakkes i "lilla sandwichpose" med klistermærker, hvorpå der skal skrives produktionsdato, samt være klistermærke med hovedingrediens, som f.eks. kylling eller vegetar

Ernæring

Pr. portion:

Energi 2324 KJ

Fedt 20 g

Kulhydrat 71 g

Protein 26 g

Grønt 75 g