



## Samlevejledning

1 stk Jump sandwichbrød  
15 g pesto  
2 skiver serano skinke a 12g  
½ bagt peberfrugt  
30 g fintsnittet årstidens grønt

# Jumpsandwich med serano skinke, pesto og bagt peberfrugt

### Fyld til ca. 10 sandwich

10 stk Jump sandwichbrød  
240 g Serano skinke (ca. 20 skiver).  
5 stk røde grillede peberfrugter  
½ dl olivenolie  
300 g årstidens grønt  
150 g pesto

- De grove af grønsagerne snittes meget fint i strimler - gerne på et mandolinjern.
- Brødet ristes i meget varm klemtoast eller bages i ovn ved 200 grader 3-5 minutter til det er gyldent og helt sprødt
- Brødet skæres igennem, når det er let afkølet
- Smør pestoen på bunden af brødet
- Skinke lægges på pestoen og derefter årstidens salat og den bagte peberfrugt, læg 'låget' på og server den lune sandwich

## Tips!

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

# Grillede peberfrugter

## 10 sandwich

- Peberfrugt skylles, halveres og kerner fjernes,
- Peberfrugt vendes med olivenolien,
- Bages i bradepande ved 225 grader ca. 15-20 minutter til skindet er brændt/sort
- Afkøl og pil skindet af peberfrugten
- De bagte peberfrugter kan opbevares i lufttæt beholder og kan holde sig i køleskab i ca. en uge.

# Pesto

## 10 sandwich

25 g mandler  
25 g parmesan  
1 håndfuld grøn basilikum  
1 dl olivenolie  
½ fed hvidløg  
1 spsk citronsaft  
Peber

- Mandlerne ristes på en pande til de har taget farve
- Osten rives på rivejern
- Alle ingredienserne blendes sammen til en ensartet konsistens. Smages til med peber og evt. mere citronsaft
- Pestoen kan holde sig 4-6 dage på køl

## Pakkevejledning

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

## Tips!

Du kan købe færdiggrillede peberfrugter, men der er stor forskel på kvaliteten af dem, der kan købes, så vær opmærksom.

Pestoen kan du også købe en god af slagsen

## Ernæring

Pr. portion:  
Energi 2070 KJ  
Fedt 16,5 g  
Kulhydrat 70,5 g  
Protein 20 g  
Grønt 82 g