



Samlevejlledning

1 stk jump sandwichbrød
75 g tunblanding
50 g fintsnittet årstidsgrønt
10 g fintsnittet gulerod
1 spsk dildolie

Jumpsandwich Sprød tunsandwich med dildolie

Fyld til ca. 10 sandwich

10 stk Jump sandwichbrød
4 dåser tun i vand (600g)
75 g Jumpmayo
110 g drænet yoghurt 10 %
1 håndfuld finthakket dild
1 tsk groft salt og peber
600 g af årstidens grønt
100 g gulerod
80 g dildolie

Tips!

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

- Tun, mayonnaise, yoghurt og dild blandes og tilsmages med salt og peber
- Tunblandingen kan laves på forhånd og holde sig ca. 2 dage på køl
- De grove af grønsagerne og gulerødderne snittes meget fint i strimler - gerne på et mandolinjern. Der kan med fordel laves store portioner til et par dage ad gangen. Opbevares i lufttætte beholdere eller fryseposer på køl 2-3 dage
- Brødet ristes i en 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
- Dildolien fordeles på top og bund af brødet
- Tunsalaten lægges på bunden og derefter årstidens grønt og gulerod
- Læg 'låget' på og server den lune sandwich

Jumpfood Dildolie

Portionen rækker til ca. 25 sandwich

100 g dild uden stilke

1 dl vindrukerneolie eller anden smagsneutral olie

Salt og peber

- Olien blendes med dilden og smages til med salt og peber
- Dildolien kan med fordel hældes på en dressingflaske. Det gør det lettere at dosere den og let at opbevare den på køl, hvor den kan holde sig 5-7 dage

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 2170 KJ
Fedt 14,5 g
Kulhydrat 72 g
Protein 28 g
Grønt 76 g