

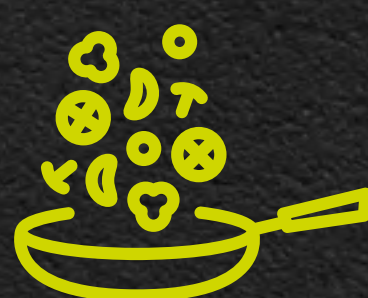


PRESENTERER:

KJØKKEN HJELPEN



DE BESTE
KOKKETIPSENE



SMAKFULL
MATINSPIRASJON



LØNNSOMME
RÅD



FEM GODE TIPS



*Som gir kjøkkenet
bedre lønnsomhet*

1



*Sett minst
én eggerett
på menyen*

2



*Bruk en
ferdig gryte som
«Dagens rett»*

3



*Bruk
samme produkt
til flere retter*

4



*Bruk ferdig
strimlet eller
ternet kjøtt*

5



*Spar tid ved å bruke
ferdig bearbeidede
produkter*

1

Sett minst én eggerett på menyen

- ▶ Rimelig råvare
- ▶ Du har sannsynligvis egg på kjøll allerede
- ▶ God holdbarhet
- ▶ Enkelt å bruke
- ▶ Vegetarisk
- ▶ Proteinrikt og mettende
- ▶ Prior har et bredt utvalg av ferdige eggmixer
- ▶ Omelettmix kan brukes til mange ulike retter

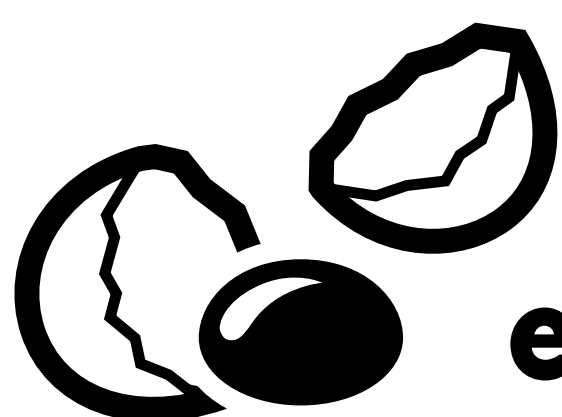
PRIOR OMELETTMIX

*Sparer tid og øker effektiviteten
på storkjøkkenet*

► **Lav råvarekostnad!** ► **Lav arbeidskostnad!**



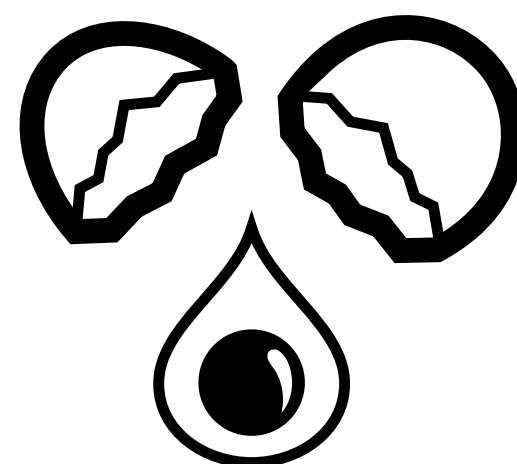
PRODUKT:



**Alle våre
eggprodukter**



PRODUKT:



Omelettmix



BRUK OPP
restene!
– LAG OMELETT

OPPSKRIFT:

Omelett
i gastronormform

OPPSKRIFT:

Porsjonsomeletter

PRODUKT:



PRIOR OMELETTMIX

Fryst, 2 x 5 kg
EPD-nr. 1761584



Eggeretter med lav råvarekost



OPPSKRIFT:
Pytt i panne
med egg og bacon



OPPSKRIFT:
Salatbowl
med egg og avocado



OPPSKRIFT:
Chijimi
– heite pannekaker
med spinat og ost



OPPSKRIFT:
Loco Moco
med egg og karbonade

4 ENKLE METODER for å lage vellykket eggerøre!

Fremgangsmåtene
finner du her!



Bruk en ferdig gryte som **«DAGENS RETT»**



NYHET!
ajour
Chana Masala
vegetar

PRODUKT:
ajour
CHANA MASALA
VEGETAR
 2x2,5 kg
 Fersk: EPD-nr. 6154553
 Fryst: EPD-nr. 6154629

- Du får ledig tid til å planlegge uken/menyen eller prepp
- Flere smakfulle og populære retter
- Svært enkel tilberedning: trenger kun oppvarming, kan varmes i posen

- Sett ditt eget preg på tilbehøret
- Mulighet for både vegetariske varianter og gryter med kjøtt



3 spennende nyheter fra **ajour**

**Kantonesisk
gryte med
svinekjøtt**



Fersk



Fryst



**Thaigryte
vegetar**



Fersk



Fryst



**Chana
Masala
vegetar**



Fersk



Fryst



Nortura
PROFF

Vi hjelper deg å komme ajour i kjøkkenhverdagen



**Ajour
Brun Lapskaus**



**Ajour
Biff Stroganoff**



**Ajour
Thaigryte vegetar**



**Ajour
Lys Lapskaus**



**Ajour
Tex-Mex gryte**



**Ajour
Kantonesisk gryte**



NYHET!
ajour
**Chana Masala
vegetar**

**Les mer om
Ajour her**



BRUK OPP restene!



OPPSKRIFT:

Thaigryte
som thaisuppe



OPPSKRIFT:

Fried rice
med Kantonisk
gryte i pitabrød



OPPSKRIFT:

Chana Masala
omelett



OPPSKRIFT:

Gratinert
Tex Mex gryte



Bruk samme produkt til flere retter

– *for bedre kjøkkenøkonomi*

1 RÅVARE
3 RETTER

Om Sous°Chef



- ▶ Optimalisering av menyen
- ▶ Færre varer på lager, frigjort lagerplass
- ▶ Enklere innkjøpsrutiner
- ▶ Mindre svinns
- ▶ Enklere kjøkkendrift
- ▶ Mer effektivt



**1 RÅVARE
3 RETTER**

MED
*Sousvidekokt
Kyllingfilet*

PRODUKT:



**PRIOR
KYLLINGFILET
SOUSVIDEKOKT**

Fryst, 2 x 5 kg
EPD-nr. 2031763



*Sous°Chef
er vår serie med
sousvidekokte
produkter som gjør
kokkehverdagen
enklere.*

*Tilberedt av oss
– enklere for deg!*

1



OPPSKRIFT:

**Glaseret kyllingfilet
med sharon-, appelsin
og fennikelsalat**



2



OPPSKRIFT:

**Fettuccine Alfredo
med kyllingfilet**



3



OPPSKRIFT:

**Sandwich
med kyllingfilet,
urtemajones og kål**



1 RÅVARE 3 RETTER

MED
*Sousvidekokt
Svinenakke*

PRODUKT:



**GILDE
SOUSVIDEKOKT
SVINENAKKE**

Fryst, 2 x 5 kg
EPD-nr. 2501005



*Sous°Chef
er vår serie med
sousvidekokte
produkter som gjør
kokkehverdagen
enklere.*

*Tilberedt av oss
– enklere for deg!*

1



OPPSKRIFT:

**Pulled pork tostadas
med mango- og ananas-
salsa og syltet rødløk**



2



OPPSKRIFT:

**Svinenakke
«a la crispy duck» med
dipsaus, agurk og ris**



3



OPPSKRIFT:

**Glasert svinenakke
med eple-, selleri- og
fennikelsalat**





4

Bruk ferdig strimlet eller ternet kjøtt

**Gryter • Supper • Pastaretter • Wok • Tacoretter
Salater • Pizza • Grillspyd**

- ▶ Kan brukes til mange varierte, spennende retter
- ▶ Mindre svinn
- ▶ Lavere arbeidskost
- ▶ Enkelt å bruke
- ▶ Bredt sortiment, enkelt å variere
- ▶ Alle dyreslag
- ▶ Enkelt å smaksette
- ▶ Rent og magert





Varmende supper



OPPSKRIFT:
**Bakt
sellerirotsuppe**
med kylling og nøttesmør



Tradisjons gryter



OPPSKRIFT:
**Svin
i sursøt saus**



Pastaretter



OPPSKRIFT:
Nudelsalat
med strimlet kyllingfilet
og ingeær- og soyasas



Salater



OPPSKRIFT:
Salat
med strimlet kyllingfilet
og peanøttdressing



Nortura
PROFF



Pizza

Tacoretter



OPPSKRIFT:

Hvit pizza
med kylling, artisjokk,
rødløk og basilikum



OPPSKRIFT:

Taco
med kylling og salsa



Grillspyd

Asiatisk



OPPSKRIFT:

BBQ-Grillspyd
med svinekjøtt, grillet mais og
agurk, fennikel og eplesalat



OPPSKRIFT:

Laksa
med kylling



3 GODE

STRIMLEDE PRODUKTER

fra vårt brede sortiment

Prior
Kyllingfilet
strimlet

PRODUKT:



PRIOR
KYLLINGFILET
STRIMLET

Fryst, 5 kg
EPD-nr. 5355854



Gilde
Svinekjøtt
strimlet

PRODUKT:



GILDE
SVINEKJØTT
STRIMLET

Fersk, 2,5 kg
EPD-nr. 981225



Gilde
Biffstrimler
av storfe

PRODUKT:



GILDE
BIFFSTRIMLER
AV STORFE

Fersk, 2,5 kg
EPD-nr. 228643



5

Spar tid ved å bruke ferdig bearbeidede produkter



PRODUKT:



**GILDE
LAMMEBOG
SOUSVIDEKØKT**

Fersk, 1,15 kg
EPD-nr. 5959747



- ▶ Et godt utgangspunkt
- ▶ Sett ditt eget preg på retten
- ▶ Enkelt å smaksette
- ▶ Mindre svinn
- ▶ Lavere arbeidskost
- ▶ Enkelt å bruke
- ▶ Bredt sortiment, enkelt å variere



Nortura
PROFF

Gode utgangspunkt for enkel meny og tilberedning

SOUS°CHEF
ENKLERE KOKKEHVERDAG



Om SousChef



ajour



Om Ajour



Ferdige
eggmixer



Ferdige vafler,
pannekaker
og sveler



Nortura
PROFF

NYHET!

Litt grovere **LUNSJVAFFEL**

*Bakt med
4% havremel og
4% sammalt hvete*

**MØTEMAT
PRIOR LUNSJVAFFEL**

*Like god med
salt eller søt
topping*

PRODUKT:



PRIOR LUNSJVAFFEL

Fryst, 3 kg
EPD-nr. 5984885



- ▶ Helt ferdig vaffel
- ▶ Mindre arbeid
- ▶ Ikke noe søl

- ▶ Mindre strømforbruk
- ▶ Mindre svinn
- ▶ Tin og server





NYHET!

Ferdigstekt Hamburger

- ▶ Norsk storfekjøtt
- ▶ Lett krydret
- ▶ Enkelt å tilberede
- ▶ Rask servering til mange

PRODUKT:



**GILDE
HAMBURGER
STEKT, CA 130 G**
Fryst, 5,5 kg
EPD-nr. 4547766



Nortura
PROFF