Nortura PROFF

Oppskrift

Møtemat: Prior Lunsjvaffel med 6 salte toppinger

1

Kylling, hummus, vårløk og granateple

Start med å lage hummus. Mos kikertene i en liten food processor med resten av ingrediensene. Smak til med salt og tynn eventuelt ut med litt vann hvis konsistensen blir for tykk.

Stek strimlet kylling hvis du bruker denne.

Snitt hjertesalat, vårløk og reddik fint. Bank ut granateplekjerner.

Varm opp vaffelplatene hvis du ønsker og fordel et par spiseskjeer hummus på hver plate.

Fordel salat, kylling, vårløk og reddik. Dryss over granateplekjerner.

2

Salami Siliana og avokado

Varm opp vaflene hvis du ønsker.

Bland majones og smak til med Srirachasaus.

Fordel på vaffelplatene og legg på skiver av avokado, salami og agurk.

3

Roastbiff, pepperrotrømme og stekt løk

Snitt reddiker tynt.

Bland rømme og pepperrot.

Varm vaffelplatene hvis du ønsker og fordel på rømme, reddik, skiver av roastbiff og spirer.

Server med sprøstekt løk.

4

Laks, avokado og egg

Kok egg etter ønske eller bruk Prior kokte skrelte egg i lake.

Varm opp vaffel hvis du ønsker og fordel på spirer, røkelaks, avokado i skiver og egg.

5

Koreansk-inspirert med kylling, råkost og sesamdressing

Finsnitt kål og agurk.

Bland ingrediensene til dressingen.

Varm vaffelen hvis du ønsker og legg på råkost og kylling.

Dryss over hakket chili, sesamfrø og koriander.

Server med Srirachasaus.

6

Chevre og beter med valnøtter og honning

Bak rødbetene i en form på 180 °C til møre. Skrell og del i små terninger.

Snitt hjertesalat fint.

Varm opp vaffelplater hvis du ønsker.

Fordel over snittet salat, beter og nøtter.

Smuldre over chevre og drypp over honning.

Dryss på litt timianblader.

Produkter i denne oppskriften

Lunsjvaffel 100g 3kg Fr Enh

Ky.filet Strimlet Singelfr 5kg Fr Enh

Salami Siliana Skivet 500g Enh

Roastbiff Skivet 500g Pk

Egg Kokte M Frittg Skrelt i Lake 3,7kg E

Ingredienser

1. Kylling, hummus, vårløk og granateple

Prior Lunsjvaffel	4 stk
Prior Kyllingfilet strimlet eller Prior Kylling salatkjøtt	200 g
Hjertesalat	1 stk
Vårløk	2 stk
Reddik	4 stk
Granateple	0,5 stk

Hummus

Kikerter	400 g
Tahini	1 dl
Hvitøksfedd	1 stk
Sitron	0,25 stk
En klype salt	
Spisskummen	0,5 ts
Olje	3 ss

2. Salami Siliana og avokado

Prior Lunsjvaffel	4 stk
Gilde Salami Siliana	12 skiver
Avokado	1 stk
Agurk	0,5 stk

Srirachamajones

Majones	1 dl
Srirachasaus	1 ss

3. Roastbiff, pepperrotrømme og stekt løk

Prior Lunsjvaffel	4 stk
Reddik	4 stk
Seterrømme	4 ss
Pepperrot fra tube	1 ss
Gilde Roastbiff	100 g
Alfalfa-spirer	
Sprøstekt løk	

4. Laks, avokado og egg

Prior Lunsjvaffel	4 stk
Prior Kokte skrelte egg i lake	4 stk
Alfalfa-spirer	
Røkelaks	150 g

2. Salami Siliana og avokado

Srirachamajones

3. Roastbiff, pepperrotrømme og stekt løk

4. Laks, avokado og egg

5. Koreansk-inspirert med kylling, råkost og sesamdressing

Dressing

6. Chevre og beter med valnøtter og honning

Avokado	1 stk

5. Koreansk-inspirert med kylling, råkost og sesamdressing

Prior Lunsjvaffel	4 stk
Prior Kylling salatkjøtt	300 g
Rødkål	100 g
Agurk	0,5 stk
Chili	
Sesamfrø	2 ss
Sriracha	
Koriander	

Dressing

Soya	4 ss
Vann	2 ss
Riseddik	2 ts
Sesamolje	2 ts

2. Salami Siliana og avokado

Srirachamajones

3. Roastbiff, pepperrotrømme og stekt løk

4. Laks, avokado og egg

5. Koreansk-inspirert med kylling, råkost og sesamdressing

Dressing

6. Chevre og beter med valnøtter og honning

5. Koreansk-inspirert med kylling, råkost og sesamdressing

Dressing

6. Chevre og beter med valnøtter og honning

Vårløk, hakket	1 stk

6. Chevre og beter med valnøtter og honning

Prior Lunsjvaffel	4 stk
Rødbeter	2 stk
Gulbeter	2 stk
Chevre	100 g
Hjertesalat	1 stk
Valnøtter	1 neve
Flytende honning	4 ss
Frisk timian	