



*All you need is love  
...and a good sandwich!*



**GODT BRØD, INSPIRERENDE FYLD  
OG LÆKKER INDPAKNING - DET GØR  
EN SIMPEL SANDWICH TIL EN GOD  
MADOPLEVELSE.**

INSPIRATIONSMAGASIN

Nr.4



## INDHOLD

Spicy vegan sandwich	Side	3
Crunchy veggie burger	Side	4
Tasty greek sandwich	Side	5
Raw & roasted	Side	6
Nordic nature	Side	7
Beetroot & brie	Side	8
Smoked salmon sandwich	Side	9
Italian rustic meatballs	Side	10
Crispy chicken burger	Side	11
Chili tuna rosso	Side	12
Veggie hangover toast	Side	13
Vitalia veggie	Side	14
Wrap it up	Side	15



# SPICY VEGAN SANDWICH

Brød:  
Nero stykke

Varenr.: 604558

Mørk ristet malt og surdej giver masser af smag samt en dejlig, saftig krumme. Godt med bid og konsistens fra de mørke hørfrø. Drysset med durumhvede. Ca. 18 cm.

Verdens nemmeste spicy agurkesalat. Passer perfekt til milde smage som f.eks. avocado.



Grøn  
Tabasco

Hvidkål

Agurk



Koriander Falafel Avocado

## TO DO:

Tag indmaden fra avocadoen og mos den groft. Smag til med salt, friskkværnet peber og citronsaft.

Hvidkålen snittes fint (evt. på et mandolinjern). Læg den snittede kål i iskoldt vand for at holde sprødheden.

Agurkerne skæres i skiver på mandolinjernet og grøn tabasco hældes over. Lad dem trække min. 1 time.

Falafelkuglerne varmes i ovnen. Kom gerne Nero med i ovnen i ganske kort tid. Brødet skal kun lige have varme uden at toppen bliver sprød. Tryk falafelkuglerne let.

Smør Neros top og bund med avocadomoson. Fyld med fintsnittet hvidkål, falafelkugler, de salte tabascoagurker og koriander.



# CRUNCHY VEGGIE BURGER

Brød:  
Protein burgerbolle  
pre-cut

Varenr.: 604605  
Sund og trendy bolle  
proppet med proteiner og  
energi. 24% protein,  
12% kulhydrat, 9,8g.  
kostfibre. Ca. 11 cm.

Gærflager giver mild  
ostesmag - kan erstattes  
af revet parmesan.

Snittet kål  
holder sig  
supersprødt  
i isvand.

Grønkål

Rød  
spidskål

Bredbladet  
persille



Gærflager



Rødløg Hasselnødder



Citron

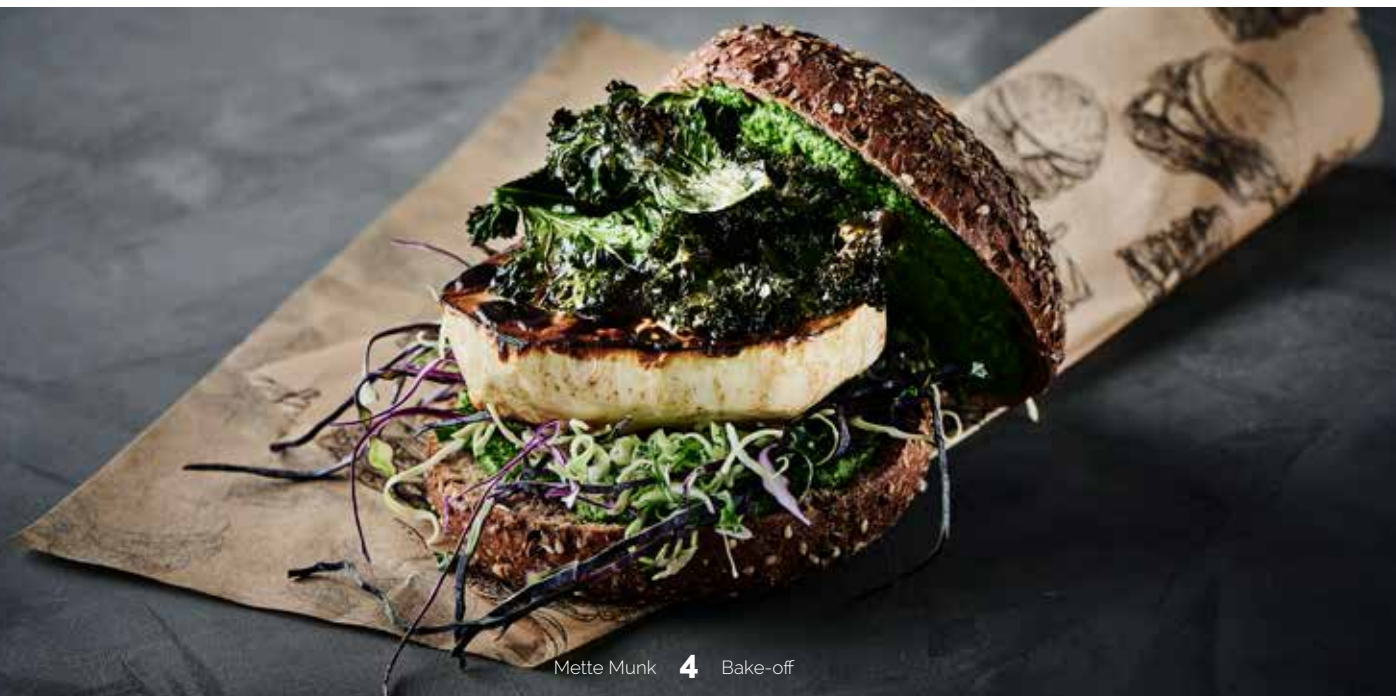
Knoldselleri

## TO DO:

Persille, hasselnødder, olie, salt og citronsaft blendes til persillepesto. Knoldsellerien skrælles, og skæres i skiver af ca. 1 cm. tykkelse. Skiverne kommer på bagepapir, dryppes med olie, salt og peber - hvorefter de bages møre. Spidskål - evt både rød og grøn, snittes fint og kommer i isvand.

Grønkålen plukkes i helt små buketter, som vendes i olie, salt og gærflager inden de bages på bagepapir i ovnen. Rødløgsmarmelade, laves af hakkede rødløg, eddike og sukker, samt lidt tomatpuré.

Smør bollens top og bund med pestoen. Læg en bagt selleriskive på bunden. Herefter en god skefuld rødløgsmarmelade og top med de sprøde grønkålsblade før overbollen lægges på.



# TASTY GREEK SANDWICH

**Brød:**  
Café munkebolle med gulerod

Varenr.: 604490

Let, luftig bolle med knas og smag.  
Bagt med solsikkekerner, gulerod  
og gulerodspuré. Ca. 14 cm.

## TO DO:

Agurk rives og drysses med salt for at trække vandet ud. Lad det stå min. 1 time. Græsk yoghurt, salt, peber og knust hvidløg røres sammen, hvorefter de drænedede agurker kommes i. Rødløg, persille og mynte snittes fint, og vendes med olie, salt og peber.

Kyllingekebab varmes i ovnen. Lad det gerne blive lidt sprødt.

Top og bund på Munkebollen smøres med tzatziki, hvorefter der kommes kyllingekebab på underdelen. Drys med rødløgssalaten inden toppen kommes på.



Mynte

Agurk



Hvidløg



Græsk  
yoghurt



Kyllingekebab



Bredbladet  
persille

Rødløg



# RAW & ROASTED

Brød:  
Café munkebolle, italiensk

Varenr.: 604491  
Bagt efter italienske  
forskrifter med smagfuld  
olivenolie, timian og salt.  
Ca. 14 cm.



Laurbær



Rød spidskål



Timian



Svinekam



Æble Peberrod



## TO DO:

Svinekam krydres med salt, peber, frisk timian og laurbær inden den kommes i ovnen.  
Rødkål og æbler snittes og dryppes med citronsaft og der rives frisk peberrod i.

Top og bund smøres med salatmayonnaise, hvorefter der kommes lune, tynde skiver svinekam på underbollen, herpå frisk rødkål- og æblesalat. Drys gerne med friskkværnet sort peber og frisk timian, før overbollen lægges på.

Gem lidt frisk timian  
til at toppe den færdige  
sandwich med.



Kom din peberrod i fryseren,  
så er den nemmere at rive.



# NORDIC NATURE

Brød:  
☎️ 🌱 Café munkebolle, fuldkorn

Varenr.: 604492  
Bagt med masser af fuldkorn og havre, som giver sødme og energi samt robusthed. 6,4 % kostfibre, 45% fuldkorn. Ca. 14 cm.

## TO DO:

Hytteost røres med plukket dild, salt og friskkværnet peber. Radiser og agurker skæres i tynde skiver og kommes i isvand.

Munkebollen smøres med hytteost på både top og bund, hvorefter plukket, varmrøget laks kommes på underbol-len. En god håndfuld radiser og agurker kommes på toppen, inden de 2 dele lægges sammen.



# BEETROOT & BRIE

Brød:  
🌱🌱 valdemar  
fuldkorn stykke

Varenr.: 604530  
Den mørke konge, som er bagt med fuldkornsmel og fyldt med lækre havregryn, hørfrø og solsikkekerner. 6,9% kostfibre, 41% fuldkorn. Ca. 15 cm.



Citron



Kikærter Hvidløg



Rødbede



Parmaskinke



Friseésalat



Brieost



Spidskommen

Rødbedehummus er super nem at lave - alt i en blender på en gang. Brug den f.eks. som dip, på groft kvækebrød eller som her i en lækker sandwich.



## TO DO:

Rødbeder koges med skræl, herefter pilles skrællen af. Rødbederne blendes med udblødte kikærter, hvidløg, citron, spidskommen, salt og peber.

Lun Valdemar i ovnen inden top og bund smøres med rødbedehummus. Friseésalat, skiver af skinke og brie kommes på bunden. Kom den smurte top på, og tryk sandwichen godt sammen.





# SMOKED SALMON SANDWICH

Brød:  
Café munkebolle med urter

Varenr.: 604494  
Urter og spinat giver denne  
bolle masser af smag og et  
super flot ydre. Ca. 14 cm.

## TO DO:

Eddike, sukker, laurbær og hele  
peberkorn koges op til sukkeret  
er smeltet. Tilsæt herefter ringe  
af rødløg. Lad det gerne trække  
natten over.

Smør top og bund af Munkebollen  
med friskost. Kom babyspinatblade  
på underbollen og herefter skiver  
af røget laks. Top med syltede rødløg,  
friskkværnet sort peber og evt. frisk  
dild. Kom den smurte top på.



Friskost

Laurbær



Spinat



Røget Laks

Rødløg



# ITALIAN RUSTIC MEATBALLS

Brød:  
Rusticata

Varenr.: 30771095

Fransk udseende, men italiensk smag og blødhed.

Bagt på durumhvede, semuljeme, surdej og ekstra jomfru olivenolie.

Ca. 23 cm.



Tomatpassata



Æg



Oregano



Hvidløg



Tomater



Hakket oksekød



Persille

Mozzarella

Lav krummer af daggammelt brød, som alligevel er tilovers i køkkenet. Godt med brødkrummer får farsen til at strække længere.



## TO DO:

Hakket oksekød røres med æg, brødkrumme, salt, peber, hvidløg og blandede, friskhakkede krydderurter. Lad det gerne trække min. 30 min. Tril herefter kødbollerne, hvorefter de steges på panden i olie. Når alle kødboller er stegte kommer tomatpassata på panden, krydres med salt, peber og lidt chili. Lad det simre ca. 30 min. Tomater og persille hakkes fint til en salat.

Lun Rusticata, åbn brødet i den ene side, og kom herefter meatballs og tomatsauce samt den friske tomat-salsa i. Pynt på toppen med mini mozzarellakugler.



# CRISPY CHICKEN BURGER

Brød:  
Café burgerbolle, gourmet

Varenr.: 604513  
En luftig klassiker med  
masser af smagfulde sesamfrø  
på toppen. Ca. 12 cm.

## TO DO:

Salatmayonnaise røres med friskpresset citronsaft, salt og peber. Tomater og løg hakkes til en salat og dryppes med god olie. Kyllingeinderfilet paneres i pankorasp og steges sprøde.

Top og bund smøres med citronmayonnaise. Der lægges crisp salat på bunden, inden der kommer nystegte kyllingefileter på. Kom en god portion frisk tomatsalat på, inden låget lægges på burgeren.



Citron



Tomater



Pankorasp



Kyllingeinderfilet



Salat



Mayonnaise



# CHILI TUNA ROSSO

Brød:  
Rosso stykke

Varenr.: 604536  
Rosso med lækker chilipesto og  
sprødt majsdrys på toppen.  
Ca. 18 cm.

## TO DO:

Rosso stykket optøs. Tun, mayonnaise, salt, friskkværnet peber, fintsnittet forårsløg og rød chili blandes sammen og smages til med frisk limeskal og -saft.

Bunden smøres med tunsalaten, og der kommer en håndfuld friske spinatblade på. Toppen smøres med mayo og lægges på.



Chili



Lime



Mayonnaise



Forårsløg



Tun



Spinat



# VEGGIE HANGOVER TOAST

Brød:  
Café burgerbolle

Varenr.: 604850

Bagt efter original foccaciaopskrift med surdej og olie. 14 cm.



HP sauce

Chili



Ketchup



Plantefars



Tomater

Peber

Peber

Løg

Plantefars kan fint erstattes af hakket oksekød - som til en klassisk cowboy toast.

Prøv med ekstra chili - retten må godt have lidt spark.

## TO DO:

Hakket plantefars brunes, og smages til med salt og peber. Heri kommer hakket løg og snittet rød chili. Lad det simre ca. 15 min., hvorefter der kommer ketchup, HP sauce, hakkede tomater og et par hele peberkorn i.

Smør bunden med denne plantefars-sauce og tryk toppen godt på, hvorefter den ristes enten i en toaster, eller på en pande.



# VITALIA VEGGIE

Brød:  
Øko Vitalia stykke

Varenr.: 604559

Mørk ristet malt, italiensk fuldkornsdurum, surdej og kartoffel danner basen for dette lækre, økologiske sandwichbrød. Toppen knaser af chiafrø og gule hørfrø. Er perfekt på farten - kort og blødt bid. Ca. 18 cm.

## TO DO:

Smør bunden med basilikumpesto. Kom blade af radicchio på og herefter grillede skiver af squash samt en skive moden gedeost, inden toppen med løgmarmelade lægges på.

Denne sandwich kan med fordel lunes i en klapprister.



Radicchio



Gul squash Squash



Gedeost



Pesto



Løgmarmelade



# WRAP IT UP!

Hvis dine sandwich skal spises "on the go" eller sælges som take away, fortjener indpakningen lidt ekstra opmærksomhed. Det fuldender den lækre sandwich, der gemmer sig inde i emballagen, og som der er brugt tid på at tilberede. Til sandwich "on the go" hører jo en praktisk indpakning, som er nem at spise af, ligesom take-away kræver en holdbar emballage, der beskytter sandwichen til den når sit mål.

Gør din indpakning genkendelig med dine egne små skilte, en særlig snor eller dit logo.

Når alt fra råvarer til indpakning er gennemtænkt, mon ikke din kunde så står tilbage med en tom sandwichemballage og en god madoplevelse?!



*Var den go'  
eller var den bare go'?*



*Dette er et CO2-neutralt katalog. Mette Munk - bake-off med omtanke!*

