

Grab & Go



En inspirerende
opskriftssamling til
mad på farten



Unilever
Food
Solutions

Grab & Go

Arbejder du i enten fast food eller quick-service branchen og skal bruge gode retter på farten – som enten kan stå i montren i en periode eller hurtigt tilberedes eller varmes op? Eller mangler du inspiration til kantinen, hvor gæsterne tager maden med til et møde? Så kik med i dette hæfte!

Vi har samlet en række opskrifter og gode idéer til klassikere og mere trendende serveringer, hvor fællesnævneren er tempo, nem servering og god smag! Få ligeledes mange idéer til en mere plante-baseret menu, hvor gæsten dog ikke vil gå på kompromis med tekstur, smag og mæthed.

Indholdsfortegnelse

Tip til Merrychef	3
Foccacia	4
Nuggets	5
Sandwiches	6
Banh Mi	7
Toast	8
Wraps	10
Poke Bowls	12
Salater	14
Pizza	16
Desserter	22

Har du en Merrychef ovn?

En Merrychef kan gøre mange ting nemmere, når det skal gå stærkt. Flere elementer i dette hæfte kan tilberedes i ovnen med et rigtig godt resultat.

Dine salater og bowls kan f.eks. få et frisklavet take ved at have de færdige grundsalater/bowls stående klar – og så kan folk selv vælge proteintopping ved køb. Stort set alle varianter fra The Vegetarian Butcher egner sig til at varme i en Merrychef ovn.

Især varianterne:

- NoChicken Nuggets
- Crispy NoChicken Burger
- NoChicken Chunks
- NoBeef Burger

Disse varianter er geniale, hvis man vil lave en frisk plantebaseret bowl/salat og give kunderne mulighed for at vælge topping, da alle fire slags egner sig fint til at tilberedes direkte fra frost. Du kan selvfølgelig også bruge animalsk protein.

Prøv også et frisklavet pizzabrød uden tomat, hvor du undgår det varme og lidt snaskede tomat sauce "on the go". Tag et forskåret focaccia brød. Hav en god basilikumolie klar sammen med lidt revet mozzarella og NoPepperoni fra The Vegetarian Butcher. Top brødet med ost og olie og skiver af frosset pepperoni og grill det i Merrychefen i 2 min.



Foccacia

En klassiker på farten! Her med vegansk pepperoni, som også vil blive elsket af kødspiserne!

Pizzadej
Olivenolie af god kvalitet
The Vegetarian Butcher
NoPepperoni
Mozzerella (evt. vegansk)
Knorr Tomato Pronto
Tomater skåret i kvarte
Flagesalt
Frisk rosmarin
Frisk timian

Metodik

1. Fordel pizzadejen og pres det lidt. Den skal ikke rulles flad som en pizza. Lad den efterhæve i 40 minutter.
2. Fordel lidt olivenolie over toppen og pres huller i dejen med dine fingerspidser. Fordel tomatsauce, friske tomater, pres NoPepperoni skiver lidt ned i dejen og fordel så stykker af mozzarella og friske krydderier over. Afslut med flagesalt og friskkværnet peber.
3. Efterhæv i yderligere 20 minutter.
4. Bag det herefter i cirka 20 minutter til den er gylden.

Her et par idéer på plantebaserede tiltag, der helt sikkert vil imponere kunden på grund af smag og lighed med kød.

Veganske nuggets

Hvem elsker ikke nuggets? Server dem lune med en god dip. Elsket hos både store og små! The Vegetarian Butcher NoNuggets er knasende sprøde udenpå og saftige og møre indeni. Og 100% plantebaseret – men det kan man ikke smage!



Få inspiration til dips i Hellmann's dip-folderen lige her!

Sandwiches

Sandwich er altid et hit på farten. Den helt rigtige dressing kan gøre den store forskel med smag, kontrast og tilfredshed. Med Hellmann's Professional som base kan du blande en dressing, der ikke løber eller bliver suget ind i brødet og gør det smattet. Det er rigtig smart, hvis dine sandwich er pre-smurt og potentielt står opbevaret i flere timer før de bliver spist.

Tip!

Ost og skinke er altid en klassisk sandwich, som kan serveres både kold og varm. Den er nem at spise på farten, og kræver kun den perfekte dressing for at opfylde alle behov!

Dressing: 500 g Hellmann's Real eller Hellmanns Professional rørt op med 150 g grovkornet sennep. Perfekt til skinke og ost!

Tip!

Kylling/bacon sandwich – Den næsten obligatoriske "Club variant" som bare skal have en lækker carry-mayo der ikke løber!

Karry-mayo: 500 g Hellmann's Real eller Hellmanns Professional rørt op med 50 g Knorr Professional Karrypuré.



Tip!

Salami og syltet rødløg i en sandwich, er den geniale kombination af salt, syre, sødme og umami! Spice den op med verdens bedste røgede chilimayo

Chilimayo: 500 g Hellmann's Real eller Hellmanns Professional rørt op med 30 g Knorr Professional Røget chilipuré og 30 g Knorr Sunshine Chili sauce.

Tunsandwich

Bland tun med Hellmann's Professional og dild, og du har en nem ingrediens til en tunsandwich. Blot smør det på lækkert brød og top med salat.



NoBeef Bahn Mi

Bahn mi vinder terræn som en mere moderne sandwich. Denne version kan sagtens pre-pakkes, men kan også samles ved bestilling, hvis I har lidt ekstra tid.

Tip!

Du kan sylte nogle af grøntsagerne i riseddike for lidt mere friskhed og syre.

- 10** baguettes
- 900 g** olivenolie
- 900 g** The Vegetarian Butcher
- 4** NoBeef Slices
- 100 g** fed hvidløg, knust
- 400 g** Ketjap Manis
- 50 g** Hellmann's Vegan
- 2 stk.** Sriracha sauce
- 100 g** lime (saft og skal)
- 100 g** gulerod i strimler
- 100 g** kinaradisse i strimler
- 300 g** agurk i tynde skiver
- 50 g** rød chili eller jalapeño i tynde skiver
- 40 g** koriander, frisk grøn Shiso, hakket

Metodik

1. Steg NoBeef slices i olie indtil de begynder at tage farve. Tilsæt hvidløg og Ketjap Manis.
2. Bland sriracha-sauce med lime og vegansk mayonnaise, smag til.
3. Fordel sriracha mayo på begge sider af brødet, tilsæt de tilberedte NoBeef slices og grøntsager og pynt med krydderurter og chili ovenpå.



Toast med ost

Når du bruger mayo på ydersiden af din toast, får du mere smag og saftighed, samtidig med at du opnår et smukt, gyldent udseende. Fordi mayo er nemmere at smøre ud, er der ingen områder uden smag. Få derfor perfekt grillede toasts med en lækker karamellisering.

Tip!

Ved at bruge Hellmann's Creamy & Light får du både en perfekt konsistens at smøre med og du sparer på både kalorier og budget vs. smør.

- 40 g** Hellmann's Creamy & Light Mayonnaise
- 2 skiver** brød
- 2 skiver** cheddarost
- 20 g** revet mozzarella
- 30 g** Hellmann's ketchup
- 4** salatblade
- 2 skiver** skinke

Metodik

1. Smør et lag mayo på inder-siden af brødet.
2. Læg skiver af cheddarost, skinke, ketchup og revet mozzarella ovenpå.
3. Læg den anden brødske ovenpå.
4. Smør Hellmann's Creamy & Light Mayonnaise på ydersiden af brødet.
5. Grill sandwichen i toasteren, til osten er smeltet og overfladen brunet.
6. Skær i 2 trekanten til servering.



Vegetarian Asian steak wrap

Smør din wrap med ingefær-mayo lavet på 500 g Hellmann's Professional rørt op med 50 g Knorr Professional Ingefærpuré. Garnér din wrap med lige dele revet gulerod, syltet rødløg, snittet kål og NoBeef Slices fra The Vegetarian Butcher.

Wrappen kan laves og serveres kold og grøntsagerne holder sig sprøde rigtig længe. Samtidig er den vegetarisk, og kan gøres vegansk, hvis du i stedet bruger Hellmann's Vegan mayo til din ingefærcreme.



Vegetarian caesar wrap

Smør din wrap med caesar mayo lavet på 500 g Hellmann's Professional rørt op med 25 g Knorr Professional Hvidløgs-puré og 15 g citronsaft. Garner din wrap med mix af spidskål og sprød iceberg salat samt lidt flager af parmasanost samt en Crispy NoChicken burger fra The Vegetarian Butcher.

Varm burgerbøffen i en Merry Chef i 2 min. Skær den i strimler og læg den i wrappen sammen med de øvrige ingredienser. Wrappen kan laves i forvejen og serveres kold, men kan også rulles nemt efterhånden, så din Crispy NoChicken Burger er lun.

Nordisk wrap med rødkålssalat og fennikelpesto

Lav en rødkålssalat på 600 g snittet rødkål, 200 g revet æble og hakket persille. Vend det med 100 ml Hellmann's Citrus Vinaigrette, 8 g Knorr Professional Hvidløgs-puré, salt og peber. Kålen kan stå færdigblandet BOH og tages frem ved bestilling.

Smør et fladbrød med Hellmann's Professional mayonnaise og kom romainesalat og rødkålssalat på brødet. Top op med en agurkesalat, creme fraiche og en fennikelpesto.

Find hele
opskriften her



Poke Bowls

Poke bowls er blevet et hit af mange årsager. De er mættende, sunde, smukke, kan laves i et hav af varianter og smager virkelig godt! Det er ligeledes en nem ret at have stående klar til salg i din kølemontre.

Med en god base af sushiris og marinerede NoBeef slices kan du variere fyldet efter smag, tema eller rester i dit køleskab. Top op med en god kimchi-mayo og du har en fantastisk servering til både frokost og aften.

Server f.eks. med sushiris, marinerede NoBeef slices, edamamebønner, radiser, avocado, forårsløg, lime, koriander og en god kimchi-mayo.

Find hele
opskriften her



Mexican Burrito Bowl

Du kan også lave en Burrito bowl ved at bruge brune ris, marineret kylling, sorte bønner, majs, peberfrugt, cherrytomater, avocado og lime.

Italian Barley Bowl med NoBeef Slices

Mix en Bowl med kogt perlebyg vendt med Hellmann's Basilikum vinaigrette. Garnér med NoBeef Slices fra The Vegetarian Butcher sammen med friske cherrytomater, små kugler af bøffel-mozzarella, oliven og frisk basilikum på toppen.



Salater



Nem salat

Hav en pre-lavet Caesar salat-bund BOH og top den blot op med nystegte NoChicken Burgers eller Nuggets fra The Vegetarian Butcher ved servering. Det kræver blot få minutter. Både burger og nuggets kan tilberedes direkte fra frost i en Merry Chef.



Nudelsalat med bønner

Vend kogte nudler med Knorr Sunshine chili sauce, edamame bønner og forårsløg. Top med NoBeef Slices fra The Vegetarian Butcher marineret i Hellmann's Sesam/Soy vinaigrette (500 g NoBeef Slices vendes med ½ dl. Sesam soy vinaigrette). Garner med frisk agurk og sesamfrø.

Pastasalat med NoChicken nuggets

Vend kogt pasta med Hellmann's citrus-vinaigrette og snittet spidskål. Top med soltørret tomat og NoChicken nuggets fra The Vegetarian Butcher (Varm NoChicken nuggets 2 min. I en Merry chef inden de toppes på pastasalaten). Server pastasalaten med en side dip: 500 g Hellmann's Professional rørt med 50 g Knorr Bourquet al' Italiana krydderpasta.

Pizza

Pizza er en klassiker, når det skal gå hurtigt. Her er lidt inspirerende grundopskrifter. Også med henblik på den øgede efterspørgsel på mindre kød.

Basisopskrifter

Opskrift på pizzadej

3 g	tørgær
1,32 kg	vand, koldt
2 kg	Tipo 00 mel
45 g	salt
	behold lidt mel til æltning og udrulning

Metodik

1. Opløs gæren i koldt vand og rør mel i, ælt dejen med dejkrog i ca. 15 minutter for at aktivere gluten. Dæk skålen med et klæde og lad dejen hvile i 15 minutter.
2. Ælt dejen med hænderne i et par minutter, indtil den er ensartet. Kom dejen i en skål og dæk med plastfilm og lad dejen hvile i 12 timer ved ca. 20 grader til næste dag.
3. Del dejen i 10 stykker. Opbevar dejen i køleskabet ideelt set i 3 dage (kan bruges efter en dag) eller indtil den skal bruges. Dejen kan holde sig på køl i op til 10 dage.

Tomatsauce

500 g	Knorr Tomatino
30 g	olivenolie
3 g	Knorr Primerba Bouquet all'Italiana krydderipuré
3 g	Knorr Primerba Basilikum krydderipuré
3 g	salt
	Sort peber, kværnet

Metodik

Rør alle ingredienser sammen og lad saucen hvile i mindst en time før brug. Saucen kan fryses eller kan opbevares i køleskabet i en uge.

Krydret NoChicken Pizza med Bearnaiscreme

Bearnaiscreme

300 g	Hellmann's Professional
6 g	estragon, syltet i eddike
4 g	estragoneddike fra glasset
2 g	vegansk Worcestershire sauce
1 knsp	kørvel, tørret
1 knsp	cayennepeber
4 g	persille, frisk, frossen
2 g	estragon, frisk, frossen
1 knsp	gurkemeje

Bland alle ingredienserne. Lad saucen hvile i mindst 1 time.

Til pizzaen

	pizzadej
300 g	tomatsovs
400 g	The Vegetarian Butcher NoChicken Chunks
10 g	Knorr Kød & Grill krydderi
600 g	mozzarella pizzaost

Metodik

1. Steg optøede NoChicken Chunks og krydr med Knorr Kød & Grill krydderi.

2. Forvarm ovnen til 275 grader. Placer 1,5 spiseskefuld tomatsovs i midten af den udrullede pizzadej. Fordel tomatsovs og NoChicken Chunks og top med mozzarella.
3. Bag pizzaerne i ca. 3 minutter, vend den en halv omgang og bag den i et par minutter mere, indtil den er jævnt bagt. Tag den ud og lad den køle af i et par minutter, før du tilsætter Bearnaiscreme. Server straks.





Grøn pizza

En lækker, frisk og mættende pizza fyldt med gode sager, der stimulerer dine sanser og smagsløg.

Pizzadej
Tomatsauce
The Vegetarian Butcher
NoPepperoni
Broccoli i små buketter
Friske asparges
Grønne cherrytomater
skåret i kvarte
Squash i skiver
Vegansk revet mozzarella
Pesto
Frisk basilikum

Metodik

1. Steg først squash-skiver i olivenolie og sæt til side.
2. Kog broccoli og asparges i 3-4 minutter (hver for sig). Sæt til side.
3. Smør tomatsauce på pizza-bunden og tilføj de forskellige grøntsager (også de før tilberedte). Fordel en god mængde NoPepperoni på pizzaen og afslut med revet ost.
4. Bag pizzaen i ovnen til den er sprød og gylden.
5. Fordel pesto og friske basilikumblade på pizzaen inden servering.



Pizza Bianca

Denne lækre plantebaserede lyse pizza er drysset med champignoner, hvidløg og hvid ost (uden tomatsovs!) og kulminerer i et simpelt og godt måltid.

Hvid sauce

1 kg	Hellmann's Vegan
130 ml	vand
17 g	hvidlødspulver
65 g	Knorr Professional hvidløgsuré
13 g	sukker

Bland ingredienserne sammen.

Toppingsforslag

Champignoner, friske, kantareller, friske, shiitake-svampe, revet Violife ost, boghvede, baby spinat eller mangold skud.

Pizzaen

Forvarm ovnen til 275 grader. Placer lidt hvid sauce i midten af den "udrullede" pizzadej, spred saucen ud og tilsæt revet ost og top med champignoner (skåret hvis nødvendigt) og boghvede. Bag pizzaerne i ca. 3 minutter, drej den 180 grader i ovnen og bag den i et par minutter mere, indtil den er jævnt bagt. Tag den ud og lad den køle af i et par minutter, før du tilføjer topping som frisk spinat eller mangold skud.

Pizza med Nobeef-slices, jalapeno-mayo og syltede rødløg

Denne pizza er også god til kødelskeren på grund af dens luksuriøst velsmagende topping: Rig tomatsovs, Nobeef-slices, krydret jalapeno-mayo og syltede rødløg er uovertruffent godt!

Syltede jalapeño og rødløg

- 40 g** jalapeño
- 120 g** rødløg
- 100 g** sukker
- 100 g** Maille æblecidereddike
- 150 g** vand
- 4 g** salt

Bring vand, eddike, sukker og salt i kog og lad det køle af. Del rødløg og jalapeno i to separate krukker og dæk med den kølige eddikelage. Lad grøntsagerne hvile i mindst 24 timer før brug.

Jalapeno-mayo

- 500 g** Hellmann's Vegan
- 50 g** jalapeno, frisk uden frø
- 30 g** jalapeno, syltede, hakket, syltede med frø (Opskrift herover eller køb færdiglavet)
- 25 g** syltevæske
- 7 g** hvidløg, ristet i olie
- 7 g** salt
- 40 g** hvidløgsolie, ristet

Tilsæt friskhakket jalapeño uden frø, syltede jalapeño, syltevæske, salt, ristet hvidløg og 300 g Hellmann's Vegan i en blender. Blend mayo glat og tilsæt langsomt hvidløgsolie. Tøm blenderen og rør sammen med den resterende Hellmann's Vegan.

Til pizzaen

- Pizzadej
- 300 g** tomatsovs
- 1,2 kg** mozzarellaost, skåret i terninger
- 200 g** syltede rødløg
- 500 g** The Vegetarian Butcher Nobeef-slices
- jalapeno-mayo

1. Forvarm ovnen til 275 grader. Placer 1,5 spiseskefuld tomatsovs i midten af den udrullede pizzadej - brug semolina mel for at undgå at dejen hænger fast! Fordel tomatsovsen, tilsæt derefter ca. 100 g mozzarella og spred ca. 60 g Nobeef-slices ud over hele pizzaen.
2. Bag pizzaerne på en pizza-sten i ca. 4 minutter, vend den en halv omgang og bag den i et par minutter mere, indtil den er jævnt bagt. Tag den ud og lad den køle af i et par minutter, før du tilsætter jalapeno-mayo og ca. 40 g syltede rødløg. Skær pizzaen med en pizzaskærer og server straks.



Pizza med NoPepperoni, champignon og peberfrugt

Tip!
Top eventuelt pizzaen med BBQ-sauce eller en anden spicy sauce inden servering.

En helt klassisk pizza – bare plantebaseret. Så bliver det ikke meget nemmere, at servere den samme ret til alle. Test selv, om det bliver opdaget, at det ikke er klassisk pepperoni.

- Pizzadej
- Tomatsauce
- The Vegetarian Butcher NoPepperoni
- Løg i skiver
- Rød peberfrugt, tyndtskåret
- Champignon i skiver
- Vegansk mozzarella i mindre stykker
- Vegansk, revet ost

Metodik

1. Fyld tomat sauce på pizza-bunden og fordel løg, peberfrugt, NoPepperoni champignon og de to slags ost på pizzaen.
2. Bag pizzaen i 8-10 minutter ved 200 grader til den er gylden.

Nemme desserter på farten

Hvis du har en kølemontre, så kan disse nemme desserter sagtens tilberedes og udportioneres i god tid og blot stå på køl og vente på at blive købt og nydt.



Creme brulée

600 ml sødmælk
600 ml fløde eller
flødealternativ
130 g Carte d'Or Creme brûlée

Metodik

1. Rør tørvaren ud i lidt af den kolde mælk.
2. Kog resten af mælken op sammen med fløden.
3. Bland det sammen og lad koge i 2 minutter under konstant omrøring.
4. Udportioner og afkøl.
5. Inden servering kan du strø rørsukker på toppen og karamellisere med en brænder.



Panna Cotta

Slip for husblas og besvær i den klassiske og søde Italienske vaniljedessert Panna Cotta. Tilsæt blot pulver til kogende mælk og tilsæt kold fløde. Udportioner og sæt på køl imindst tre timer. Voila! Lynhurtigt og mega lækkert.

Du kan tilsætte smeltet hvid chokolade i panna cottaen eller toppe med forskellige typer af frugtcoulis eller friske bær, hvis du vil sætte dit præg på desserten.



Chokolade- mousse

500 ml sødmælk
180 g Carte d'Or
Chokolademousse

Metodik

1. Sødmælk og granulat piskes i 8-10 min.
2. Udportioner og sæt på køl i ca. 2 timer inden servering

