

SIF P03 Pastasallad

8 PORTIONER.

CA-PRISER FRÅN ICA KVANTUM

Pasta 800-1000 G, bra kvalitet. 2 pkt á 15 kr

Salta vattnet ordentligt innan vattnet kokat upp.

Efter pastan klar och vattnet avhållt blanda ned solrosolja i pastan, så den blir lite blank. (förhindrar att pastan klibbar, och oljan är smaklös)

Ca 1 Kycklingfile per portion (beroende på storlek) (1,5-1,8 kg till 8 port), gärna i lite curry. Skär den tinade kycklingfilen i små bitar, stek sedan allt ordentligt. 1,8 kg 125 kr.

Körsbärstomater, klyv på mitten. 4 halvor i varje matlåda. Så räcker en låda cocktailtomater, 0,250 kg. 10 kr

Gurka skuren i tärningar. 1 ST gurka räcker knappt till 8 port. 0,35 kg = 10 kr

Lägg i matlåda, storlek 2 L, Alu.formar 5-pack Ica basic 15 kr

Att köpa och ha som tillbehör bredvid;

Ketchup, 0,5 flaska. 9 kr.

Ananas, Ica har bitar på burk. 1 burkar/8 port. 15 kr.

Riven ost, formaggio grattugiato på burk. (ta gärna bort flärpen, så klart att hälla). 1 burkar/ 8 port. 16 kr

Saft, Ica basic. 2,5 L räcker till ytterligare 4 ST 2,5 L dunkar. Totalt 12,5 L. 16 kr. Åtgång ca 0,5 L/pers.

Ätredskap;

plastgafflar, papstar, extra stabil, 20-pack 20 kr

Plastkniv, papstar, extra stabil, 20-pack 20 kr

Plastmuggar, papstar 0,3 L, 25 pack. 29 kr

Nästa gång kanske (broccoli buketter)