

# OPSKRIFTER

Alle middagsretter er tænkt serveret med grøntsags snacks der står på bordet når eleverne går til bords.

Det giver ro, og er en god velkomst til måltidet.

- 01 Morgenmad
- 02 Eftermiddagsmad
- 03 Aftensmad

## RETTER AF HAKKET KØD

- 05 Pasta Bolognaise
- 06 Okseboller m. tomatsauce og bulgur
- 07 Frikadeller med bagt spidskål og nye kartofler
- 08 Kofte med tzaziki og kartoffelbåde
- 09 Boller i karry
- 10 Lasagne
- 11 Hakkebøf med løg

## RETTER AF FJERKRÆ

- 20 Fladmast hane
- 21 Honningmarinerede kalkunspyd med bygrisotto
- 22 Kyllingesalat
- 23 Kylling med pesto og tomatsalat
- 24 Stegt kylling

## RETTER AF FISK

- 30 Fiskefrikadeller
- 31 Bagt Laks med blå birkes, kartoffelbåde og sauce Verte
- 32 Røget makrel og kartoffelsalat

# OPSKRIFTER

Alle middagsretter er tænkt serveret med grøntsags snacks der står på bordet når eleverne går til bords.

Det giver ro, og er en god velkomst til måltidet.

## HELE STEGE

- 40 Flæskesteg med sprød svær
- 41 Ovnbagt svinekam med rodfrugter og nye kartofler
- 42 Sprængt kalvecuvette
- 43 Tilbehør til sprængt kalvecuvette

## SUPPER

- 50 Kartoffel-porre suppe med croutoner
- 51 Blomkålssuppe
- 52 Grønkålssuppe

## DRIKKE

- 56 Citronlimonade
- 57 Rabarbersaft

## VEGETAR RETTER

- 61 Tærte med spinat og feta
- 62 Tærte med asparges
- 63 Tærte med tomater og løg

# OPSKRIFTER

Alle middagsretter er tænkt serveret med grøntsags snacks der står på bordet når eleverne går til bords.

Det giver ro, og er en god velkomst til måltidet.

## BRØD

- 72 Groft Hvedebrød
- 73 Havrebrød
- 74 Langtidshævet hvedebrød
- 75 Durumboller
- 76 Spelt knækbrød

## DESSERTER/KAGER

- 81 Koldskål
- 82 Rabarbertrifli
- 83 Hindbær yoghurt is
- 84 Rabarber smuldrekage
- 85 Tykmælksfromage
- 86 Rabarberkage
- 87 Chokoladekage
- 88 Drømmekage
- 89 Kannelsnegle
- 90 Mazarinkage
- 91 Æble bradepandekage

# OPSKRIFTER

Alle middagsretter er tænkt serveret med grøntsags snacks der står på bordet når eleverne går til bords.

Det giver ro, og er en god velkomst til måltidet.

## BÅLMAD

- 101 Indisk fladbrød
- 102 Fynske fladbrød
- 103 Snobrød
- 104 Hvedetortilla
- 105 Kærnemælksost
- 107 Dampede muslinger med urter
- 109 Hurtigstegte grøntsager
- 110 Stegte grøntsager
- 111 Tykke blåbærpandekager
- 112 Bygrisotto

# MORGENMAD

Sådan sammensætter du et godt morgenmåltid

# 01

## DEN GODE MORGENBUFFET

- Brød, et varieret udvalg af brød min 3 varianter
- Havregrød
- Cerealier: havregryn, muesli og cornflakes
- Mejeriprodukter: mælk, surmælksprodukter, ost, smør
- Æg fx hårdkogte, omelet, scramble
- Frisk frugt: fx 3 forskellige slags, hele frugter.
- Tørret frugt
- Det søde: marmelade, honning, pålægschokolade
- Drikke: frisk koldt vand, mælk, juice, te

## OG SÅ MED LIDT EKSTRA

- Bacon og brunchpølser
- Pandekager
- Smoothies
- Varm kakao
- frugtsalat

# EFTERMIDDAGSMAD

Sådan sammensætter du et godt eftermiddagsmåltid

# 02

FRUGT

GULERØDDER

KAGE

KOLD DRIK

BÅLMAD

# AFTENSMAD

Kold mad anrettet til buffet eller anrettet på bordene evt. som smurt smørrebrød.

## BRØD

- Skiveskåret rugbrød
- Knækbrød
- Hvidt brød

## FISKEPÅLÆG

Sæt lidt på bordet ad gangen, fyld op efter behov.

- Fiskefrikadeller
- Røget makrel
- Tun
- Torskerogn

## HELE STYKKER KØD

Skiver af:

- Kyllingebryst
- Svinemørbrad
- Kalvecuvette mm.

Skær lidt ad gangen. Husk, at al mad fra buffeten ikke må genbruges.

# AFTENSMAD

Kold mad anrettet til buffet eller anrettet på bordene evt. som smurt smørrebrød.

## HELE PØLSER

Vælg 2 – 3 forskellige pølser. Sæt afskårne skiver på buffeten lidt ad gangen.

## ALLE RESTER FRA HOVEDMÅLTIDET

Afhængigt af resternes karakter, kan der tilberedes en lille lun ret, eller resten kan spises kold, som den er.

## GRØNT

- Tomater
- Agurk
- Rød peberfrugt
- Radiser
- Salat, mm
- Purløg
- Karse

## LEVERPOSTEJ

## ÆG

## OST

## SMØR, PESTO, TAPENADE, REMOULADE, MAYONAISE

## VAND

Sæt vandkander på de enkelte borde. De skal fyldes flere gange.



# PASTA BOLOGNAISE

20 personer

05

## DET SKAL DU BRUGE

1 portion kødsauce	<b>Kødsauce Bolognaise</b>	5 laurbærblade
2 kg pasta penne	2 kg hakket oksekød	2 ds Tomatpure (280 g)
Olivenolie til pastaen	5 Hakkede løg	1½ spsk. Havsalt
1 portion kødsauce	10 Gulerødder i små tern	1 tsk. Peber fra kværn
200 g Revet parmesan	5 Stilke blegselleri i små tern	Olie til stegning
	2 spsk. tørret Oregano	
	6 ds. Hakkede tomater (2,4 kg)	

## SÅDAN GØR DU

- Kog pastaen al dente i rigeligt vand med salt
- (følg anvisningen på pakken)
- Varm kødsaucen
- Hæld pastaen op i en si
- Kom koldt vand over kun et øjeblik
- Kom pastaen tilbage i gryden
- Vend lidt olivenolie i pastaen så den ikke klitrer sammen

Server pastaen med kødsauce, revet parmesanost og grøntsagsstænger.

# PASTA BOLOGNAISE

20 personer

05

## KØDSAUCE BOLOGNESE

### SÅDAN GØR DU

- Kom olie i en stor gryde
- Kom løgene i gryden og steg dem til de er klare
- Kom kødet i gryden og steg til kødet er brunet
- Kom gulerødder, blegselleri, hakkede tomater, oregano, salt og peber i.
- Bring gryden i kog og lad den koge i ½ time
- Tilsæt evt. lidt bouillon eller vand undervejs så den ikke brænder på
- Smag på saucen og tilsæt tomatpure og mere salt og peber.

Kødsaucen bruges til Pasta Bolognaise og Lasagne

# OKSEBOLLER MED TOMATSAUCE OG BULGUR

20 personer

## DET SKAL DU BRUGE

### Okseboller

2 kg hakket oksekød  
5 små løg  
1 bt. frisk koriander  
1 bt. frisk persille  
5 tsk paprika  
5 tsk knust spidskom-  
men  
5 tsk havsalt  
1½ tsk peber fra kværn

### Tomatsauce

8 kg tomater eller 8-9  
dåser hakkede tomater  
4 løg  
5 tsk paprika  
1 tsk knust chili  
½ tsk safran  
300 g smør  
3 dl hakket bredbladet  
persille

havsalt

peber fra kværn

### Bulgur

2 kg bulgur  
2 l vand  
4 bundter forårsløg  
2 store bundter koriander  
1½ spsk salt

## OKSEBOLLER

### SÅDAN GØR DU

- Pil og hak løgene fint
- Hak krydderurterne fint.
- Rør oksekødet med løg, krydderurter og krydderier.
- Krydr med salt og peber.
- Lad kødet hvile 1 time.
- Form farsen i hånden til små kødboller.

# OKSEBOLLER MED TOMATSAUCE OG BULGUR

20 personer

## TOMATSAUCE

### SÅDAN GØR DU

- Hvis du bruger friske tomater så del hver tomat i otte dele.
- Smelt smørret i en sauterepanden.
- Kom tomaterne i sammen med de øvrige ingredienser, bortset fra persillen, og bring det til at småkoge
- Mens tomatsaucen småkoger, kommes de rå kødboller ned i tomatsaucen.
- Rør ikke i gryden før kødbollerne er faste; men ryst gryden så kødbollerne kommer ned i saucen.
- Skyl og hak persillen.
- Når kødbollerne er færdige efter ca. 15 minutter og saucen kogt ind, røres persillen i.
- Smag saucen til med krydderier (paprika, chilli, salt og peber)

## BULGUR MED FORÅRSLØG OG KORIANDER

### SÅDAN GØR DU

- Kog bulguren i vand med salt i 15 minutter under låg
- Lad bulguren trække 5-10 minutter til den er færdig
- Hak forårsløg og koriander og bland i bulguren

# FRIKADELLER MED BAGT SPIDSKÅL OG NYE KARTOFLER

# 07

20 personer

## DET SKAL DU BRUGE

2 kg Hakket svinekød, Hakket kylling eller Hakket kalvekød	200 g. hakkede skalot- teløg Ca. 10- 12 dl mælk	2 usprøjtede citroner 4 dl vand 125 g smør
1½ spsk. salt 2 tsk. Peber fra kværn 4 usprøjtede citroner	4 dl hvedemel Smør eller olie til stegning	<b>Kartofler</b> 4½ kg kartofler Vand og havsalt
4 spsk. Hakket frisk salvie 4 æg	<b>Bagt spidskål</b> 4 spidskål	

## FRIKADELLER

### SÅDAN GØR DU

- Rør kødet sammen med salt
- Vask citronerne og riv den
- Skyl salvien og hak den
- Pil og hak løgene fint
- Rør mel, peber, citronskal, salvie, æg og finthakket skalotteløg sammen med kødet
- Tilsæt mælken lidt af gangen
- Lad farsen hvile i køleskabet ca. 10 minutter
- Tilsæt mere væske hvis farsen bliver for fast

Stegning: Kom fedtstof på en varm pande og lad det bruse af

Form farsen med en ske til 60 frikadeller og sæt dem på panden

Brun frikadellerne 2 minutter på hver side ca. 4 minutter i alt  
Skrue ned til middel varme

Vend - og steg frikadellerne ca. 4 minutter på hver side, 8 minutter i alt, til de er gennemstegte.

# FRIKADELLER MED BAGT SPIDSKÅL OG NYE KARTOFLER

07

20 personer

## BAGT SPIDSKÅL

### SÅDAN GØR DU

- Skyl spidskålen og fjern evt. de yderste blade
- Del spidskålen i 1/6 og fjern stokken
- Læg spidskålen i en bradepande
- Riv den gule citronskal og drys den over spidskålen
- Pres citronerne og bland citronsaft og vand
- Dryp vand og citronsaft over spidskålen
- Del smørret i små toppe og fordel det over spidskålen
- Drys med salt og dæk med alufolie
- Bag spidskålen i ovnen ved 175 grader i ca. 10 - 15 minutter

## KOGTE NYE KARTOFLER

### SÅDAN GØR DU

- Skrub kartoflerne rene men lad skrællen være
- Kom kartoflerne i en gryde og dæk med vand
- Tilsæt salt og kog til de er møre ca. 15-20 minutter

# KOFTE MED TZAZIKI OG KARTOFFELBÅDE

08

20 personer

## DET SKAL DU BRUGE

2 kg hakket oksekød

6 løg fintrevet

8 fed hvidløg

4 æg

4 dl rasp

5 tsk salt

4 tsk. Paprika

3 tsk. Spidskommen

1 dl hakket persille

### Tzatziki

½ l græsk yoghurt 10%

4 agurker

2-3 fed hvidløg

Havsalt

Peber fra kværn

Olie til stegning

### Kartoffelbåde

20 bagekartofler eller 5

kg store skrællekartofler

## KOFTE

### SÅDAN GØR DU

- Bland oksekødet med løg, hvidløg, rasp, salt, paprika, spidskommen, persille og æg
- Ælt det godt sammen og lad det hvile ½ time i køleskabet
- Tag farsen ud og form den i små aflange frikadeller
- Steg kofterne i olie på alle sider

# KOFTE MED TZAZIKI OG KARTOFFELBÅDE

20 personer

08

## TZAZIKI

### SÅDAN GØR DU

- Vask agurkerne
- Skær agurkerne i små tern
- Smag yoghurten til med hvidløg, salt og peber
- Bland agurk og yoghurt og stil den koldt

## KARTOFFELBÅDE

### SÅDAN GØR DU

- Vask kartoflerne godt og udkær dem i grove både med skræl
- Kog kartoffelbådene i 7 minutter i vand
- Hæld vandet fra og kom lidt olie i gryden og vend kartoffelbådene rundt
- Fordel kartoffelbådene på bageplader med bagepapir
- Drys med salt og bag dem i ovnen ved 175 grader i 25-30 minutter



# BOLLER I KARRY

20 personer

09

## DET SKAL DU BRUGE

### Kødfars

2 kg hakket svinekød  
eller blandet svin og kalv  
6 tsk salt  
4 dl mel  
5 æg  
2½ dl finthakket løg  
(brug foodprocessor)

ca. 1 l. mælk

### Karrysovs

5 hakket løg  
5 æbler i små tern  
125 g smør  
15 spsk. mel  
5 spsk. karry

3 l. kogelage fra kød-  
bollerne

Evt. ½ l piskefløde eller  
kokosmælk

### Ris

2 kg Jasmin ris

## SÅDAN GØR DU

- Rør kødet sejt med salt
- Tilsæt mel , æg og løg
- Rør farsen og tilsæt mælken lidt af gangen
- Lad farsen hvile 30 minutter i køleskabet
- Hæld 5 liter vand i en gryde og bring det i kog
- Form boller af farsen med en ske og læg dem direkte i det kogende vand
- Du kan tilberede bollerne af 2 gange
- Kog bollerne i 10-15 minutter de er færdige når de stiger op til overfladen og er faste.
- Tag bollerne op med en hulske - gem kogelagen til karrysovs

**TIP!** Du kan bruge hakket kyllingekød i stedet for svinekød hvis du synes.

# BOLLER I KARRY

20 personer

09

## KARRYSOVS

### SÅDAN GØR DU

- Smelt smørret i en gryde
- Kom løgene i og sauter dem til de er klare
- Tilsæt karry, lad det svitse lidt.
- Tilsæt mel og rør til alt smørret er opsuget
- Tilsæt kogelage lidt af gangen mens du pisker i sovsen
- Tilsæt æbleternene og kog ved svag varme i 5 minutter
- Smag til med salt og karry
- Tilsæt evt. lidt fløde eller kokosmælk
- Bollerne tilsættes og retten varmes igennem
- Server med Chutney og løse ris

## RIS

### SÅDAN GØR DU

- Kog risene efter anvisningen på pakken.
- Hvis der ikke er en anvisning:
- Bring 4 l vand i kog tilsat 1 spsk. Salt
- Tilsæt risene og kog i 10 minutter.
- Sluk og lad risene trække i 10 minutter

# LASAGNE

20 personer

# 10

## DET SKAL DU BRUGE

1 portion Mornay sauce	500 g Reven ost	5 Stilke blegselleri i små tern
1 portion Kødsauce	Ca 1 spsk. Groft salt	2 spsk. tørret Oregano
1200 g lasagneplader	½ tsk Peber fra kværn	6 ds. Hakkede tomater (2,4 kg)
60 g rasp	1½ tsk. Reven muskatnød	5 laurbærblade
<b>Mornay sauce</b>	<b>Kødsauce Bolognaise</b>	2 ds Tomatpure (280 g)
2 l. mælk	2 kg hakket oksekød	1½ spsk. Havsalt
185 g Hvedemel	5 Hakkede løg	1 tsk. Peber fra kværn
4 dl. Vand til jævning	10 Gulerødder i små tern	Olie til stegning

## SÅDAN GØR DU

- Tilbered Bolognaise kødsaucen
- Tilbered Mornay saucen
- Læg lasagneplader, Bolognaise kødsaucen og Mornay saucen lagvis i et ovnfast fad eller bradepande
- Start og slut med Mornay saucen
- Drys lasagnen med rasp
- Bag i varm ovn ved ca. 175 grader i ca. 45 minutter – 1 time

# LASAGNE

20 personer

10

## MORNAY SAUCE

### SÅDAN GØR DU

- Kog mælken op under omrøring
- Pisk mel og vand sammen med en stavblender
- Tilsæt jævningen til mælken under kraftig piskning
- Kog sauceen i ca 5 minutter under omrøring
- Tilsæt osten og lad den smelte i sauceen
- Tilsæt muskat, salt og peber
- Kog sauceen igennem og smag til med mere salt og muskat

## KØDSAUCE BOLOGNESE

### SÅDAN GØR DU

- Kom olie i en stor gryde
- Kom løgene i gryden og steg dem til de er klare
- Kom kødet i gryden og steg til kødet er brunet
- Kom gulerødder, blegselleri, hakkede tomater, oregano, salt og peber i.
- Bring gryden i kog og lad den koge i ½ time
- Tilsæt evt. lidt bouillon eller vand undervejs så den ikke brænder på
- Smag på sauceen og tilsæt tomatpure og mere salt og peber.

# HAKKEBØF MED LØG

20 personer

11

## DET SKAL DU BRUGE

2½ kg hakket oksekød

8-10 løg

4½ kg kartofler (skrællede eller nye med skræl)

2 l kalvebouillon

100 g hvedemel

100 g smør

Smør og olie til stegning

Havsalt og peber fra kværn

### Brun sauce

2 l kalvefond

100 g Hvedemel

100 g Smør

Kulør

Salt og peber

### Kartofler

4½ kg kartofler

Vand og havsalt

## SÅDAN GØR DU

- Pil løgene og skær dem i tynde skiver
- Steg løgene bløde og stil dem tilside
- Del kødet i 20 dele og form til bøffer
- Krydr bøfferne med salt og peber
- Brun bøfferne på begge sider ved høj varme
- Steg dem færdige ved svag varme til de er gennemstegte
- Hold evt. bøfferne varme i ovnen ved 100 grader, dæk med alufolie så de ikke bliver tørre (hold højest bøfferne varme på denne måde i 15-20 minutter)
- Steg løgene igen på panden
- Anret bøfferne og fordel løgene på bøfferne

Server bøfferne med brun sauce, kogte kartofler og syltede asier

# HAKKEBØF MED LØG

20 personer

11

## BRUN SAUCE

### SÅDAN GØR DU

- Smelt smørret i en tykbundet gryde
- Tilsæt mel og rør det sammen med smørret
- Tilsæt kalvebouillon mens du pisker godt bring i kog under piskning
- Lad saucen koge igennem 5-10 minutter, husk at piske
- Smag til med salt og peber
- Kom evt. kulør i

**TIP!** Jo bedre kalvebouillon du bruger jo bedre bliver saucen. Du kan købe udmærkede bouillonpulvere i storkøbsstørrelse

## KOGTE NYE KARTOFLER

### SÅDAN GØR DU

- Skrub kartoflerne rene men lad skrællen være
- Kom kartoflerne i en gryde og dæk med vand
- Tilsæt salt og kog til de er møre ca. 15-20 minutter

# FLADMAST HANE

20 personer

20

## DET SKAL DU BRUGE

4 hanekyllinger (1400 g)	Havsalt
4 kg rodfrugter(gulerøder, selleri, persillerod, løg og porrer)	Peber fra kværn
2 bundter persille	Lidt rapsolie til kyllingen og rodfrugterne

## SÅDAN GØR DU

- Vask og skræl rodfrugterne og skær dem i mundrette stykker
- Kom rodfrugterne i et stort ildfast fad - hæld lidt olie ved, og vend dem rundt
- Krydr med salt og peber
- Skær rygbenet af kyllingerne
- Tryk kyllingen flad og læg den ovenpå rodfrugterne
- Pensl kyllingen med olie og drys med salt
- Sæt fadet i ovnen ved 180 grader i ca. 1 1/4 time
- Mærk om kyllingen er færdig (kyllingen skal være gennemstegt)
- Skær hver kylling i 8-10 stykker og drys med grovhakket persille

Server med godt brød eller nye kartofler

**TIP!** Du ser at kyllingen er gennemstegt når du stikker i den og saften der kommer ud er helt klar som vand eller du kan bruge et stiktermometer og måle at temperaturen er 75-80 grader

# HONNINGMARINEREDE KALKUNSPYD MED BYGRISOTTO

# 21

20 personer

## DET SKAL DU BRUGE

3 kg kalkunbryst

8 spsk. honning

2½ dl. soya

Havsalt

Peber fra kværn

### Bygrisotto

8 bananskalotteløg

3/4 dl koldpresset rap-  
solie

900 g perlebyg

3/4 l æblemost

3 l hønsefond

(kan erstattes med vand)

## SÅDAN GØR DU

- Skær kyllingebrystet ud i tern 3x3 cm.
- Rør honning og sojasauce sammen
- Kom kyllingestykkerne ned i skålen og lad det marinere tildækket i 30 minutter
- Sæt kyllingestykkerne på træspyd
- Steg kyllingespiddene i ovnen på en rist i 10 min på hver side, de skal være gennemstegte
- Krydr med salt og peber



# HONNINGMARINEREDE KALKUNSPYD MED BYGRISOTTO

21

20 personer

## BYGRISOTTO

### SÅDAN GØR DU

- Kom byg i en sigte og skyl den under rindende vand, indtil vandet ser klart ud.
- Hak skalotteløg fint og steg det af ved svag varme så det bliver glasklart.
- Tilsæt perlebyg og rør rundt så det steger med i et minuts tid.
- Hæld most i og lad det koge ind, til det meste er fordampet.
- Tilsæt hønsefond og lad det simre i 20 minutter til byggen er mør og cremet.
- Smag til med salt og peber.

# KYLLINGESALAT

20 personer

22

## DET SKAL DU BRUGE

4 kyllingebryst	2 tsk. Karry
500 g. champignoner	1½ tsk. Salt
8 stilke bladselleri	peber
10-12 grønne asparges	
7 dl. Cremefraiche 18%	
3 dl. Skyr	

## SÅDAN GØR DU

- Kog kyllingebrysterne i letsaltet vand i ca. 15 minutter.
- Tag kyllingebrystet op og afkøl det.
- Skær kyllingebrystet i små tern.
- Rens og skyl champignonerne og skær dem i skiver.
- Skyl bladsellerien og skær dem i tynde skiver.
- Knæk det nederste af aspargesene og skær dem i små stykker.
- Bland kyllingekødet og grøntsagerne i en skål.
- Rør cremefraiche og skyr sammen i en lille skål.
- Smag til med karry, salt og peber.
- Hæld dressingen over kyllingen og grøntsagerne og rør rundt.
- Opbevares i køleskabet i en tætsluttende boks

# KYLLING MED PESTO OG TOMATSALAT

# 23

20 personer

## DET SKAL DU BRUGE

1,250 kg pasta

10 pæne kyllingebryst

3 gl pesto

3 økologiske citroner

10 fed hvidløg

3 dl god olie

salt og peber

### Tomatsalat

18 tomater

2 rødløg

Citronsaft af den sidste citron fra  
kyllingeretten

God olie

Evt. feta

## SÅDAN GØR DU

- Kog en stor gryde vand til pastaen. Brug evt. en kogekedel.
- Skær kyllingebrystet ud i mindre skiver
- Pil og hak hvidløgene fint
- Riv den gule skal af citronen og pres saften ud af de to citroner
- Steg kylling og hvidløg
- Tilsæt citronskal, citronsaft og pesto
- Smag til med salt og peber
- Kog pastaen. Følg anvisningen på pakken. Hæld vandet fra og vend kyllingestykkerne med pestoen i pastaen.

Server med tomatsalat.

# KYLLING MED PESTO OG TOMATSALAT

20 personer

23

## TOMATSALAT

### SÅDAN GØR DU

- Skyl tomaterne og skær dem i skiver
- Pil rødløgene og skær den i fine ringe
- Anret på et fad, dryp med citron og olie, og pynt evt. med feta.

# STEGT KYLLING

20 personer

24

## DET SKAL DU BRUGE

5 kg nye kartofler  
(kog dem med skræl)

5 ferske kyllinger  
1 l vand  
salt og peber

½ l piskefløde  
2 ss maizenamel  
Evt. ribsgele.

## SÅDAN GØR DU

- Halver kyllingerne
- Gnid dem med salt og læg dem på en rist med en bradepande under med vand
- Steg dem 45min.
- Hæld stegeskyen fra i en gryde og steg kyllingerne endnu 15 min
- Tjek, at de er velstegte, ved at løsne et lår og se klar kødsaft.
- Skær kyllingen i mindre stykker før serveringen.
- Rør maizenamelet ud i fløden
- Kog stegeskyen op
- Pisk fløden med maizenamel i
- Smag saucen til med salt og peber og evt. ribsgele.
- Brug evt. kulør.

# FISKEFRIKADELLER MED REMOULADE

# 30

20 personer

## DET SKAL DU BRUGE

2 kg torskefilet eller  
mørksejfilet  
4 små løg  
5 tsk havsalt  
1 tsk hvid peber  
10 spsk hvedemel  
8 æg  
8 dl piskefløde

### Remoulade

500 g syltede drue  
agurker  
500 g syltede asier  
250 g løg  
2 dl hakket friske  
krydderurter  
(kørvel, dild, purløg ell. persille)  
5 spsk. mayonnaise  
6-7 dl. græsk yoghurt 10%

ca. 4-5 tsk. karry

### Mayonaise

2 pasteuriserede ægge-  
blommer  
2 tsk Dijonsennep  
2 tsk citronsaft  
1½-2 dl olivenolie  
Sukker  
Havsalt

## SÅDAN GØR DU

- Kom torskefilet og løg i en foodprocessor eller kødhakkemaskine og hak det groft. Du kan også hakke det med en kniv.
- Kom farsen op i en skål og tilsæt salt og rør med en grydeske til farsen er sej.
- Tilsæt æggene et af gangen.
- Tilsæt mel og fløde lidt af gangen, til farsen har en passende konsistens.
- Tilsæt peber, og lad farsen hvile ½ time.
- Varm en stegepande op med lidt olie og smør og steg farsen som fiskefri kadeller ca. 4 minutter. på hver side.

**Tip!** Du kan komme krydderurter i farsen.

Fiskefrikadellerne kan serveres med remoulade og pillekartofler eller rugbrød. Lidt citronsaft på fiskefrikadellerne smager også godt.

# FISKEFRIKADELLER MED REMOULADE

# 30

20 personer

## REMOULADE

### SÅDAN GØR DU

- Pil løget.
- Skyl og hak krydderurterne.
- Skær agurker, asier og løg i små tern og kom dem i en skål.
- Tilsæt mayonnaise, yoghurt og krydderurter.
- Smag til med karry, salt og peber.

Hvis man ønsker en mere mager remoulade, kan mayonnaisen erstattes af yoghurt og omvendt, hvis du ønsker en federe remoulade, skal du bruge mere mayonnaise.

## MAYONAISE

### SÅDAN GØR DU

- Ingredienserne og køkkengrej skal have stuetemperatur.
- Kom æggeblommen i en skål.
- Rør Dijonsennep, citronsaft og en knivspids salt i.
- Pisk olivenolien i, først meget lidt ad gangen, så resten til det får mayonnaise konsistens.
- Smag til med salt, peber, citron og sukker.

# BAGT LAKS/ØRRED MED BLÅ BIRKES, KARTOFFELBÅDE OG SAUCE VERTE

# 31

20 personer

## DET SKAL DU BRUGE

2 kg Ørred- eller laksefilet  
uden ben; men med skind  
100 g Blå birkes

### Kartoffelbåde

20 bagekartofler eller  
5 kg skrællekartofler

### Sauce verte

2dl. Bredbladet persille  
1 dl. purløg  
2 dl. kørvel  
2 dl. brøndkarse  
1 liter cremefraiche 18%  
1 dl. citronsaft  
havsalt og peber fra kværn

## SÅDAN GØR DU

- Del laksen i 20 portioner
- Vend kødsiden i blå birkes og læg laksen med skindsiden nedad på bageplade med bagepapir
- Bag laksen ved 175 grader i 8-10 minutter

**OBS!** Vent med at bage fisken til kartoflerne er klar



# BAGT LAKS/ØRRED MED BLÅ BIRKES, KARTOFFELBÅDE OG SAUCE VERTE

# 31

20 personer

## KARTOFFELBÅDE

### SÅDAN GØR DU

- Vask kartoflerne godt og udskær dem i grove både med skræl
- Kog kartoffelbådene i 7 minutter i vand
- Hæld vandet fra og kom lidt olie i gryden og vend kartoffelbådene rundt
- Fordel kartoffelbådene på bageplader med bagepapir
- Drys med salt og bag dem i ovnen ved 175 grader i 25-30 minutter

## SAUCE VERTE

### SÅDAN GØR DU

- Kom persille, purløg, kørvel, brøndkarse og cremefraiche i en blender
- Blend, smag til med citronsaft, salt og peber

# RØGET MARKREL MED KARTOFFELSALAT

# 32

20 personer

## DET SKAL DU BRUGE

2 kg Røget makrel

4 kg nye kartofler

3 bundter forårsløg

4 agurker

16 stilkto­mater

3-4 bundter radisser

Ca. 2 dl olivenolie

2 Citroner

havsalt og peber fra kværn

1 bundt dild til drys

## SÅDAN GØR DU

- Rens og kog kartoflerne
- Lad dem køle af og skær dem i små tern
- Skyl grønsagerne og krydderurterne
- Skræl agurken og fjern kernerne og skær den i små tern
- Hak forårsløgene med top
- Del tomaterne i fire, fjern kerner og skær i små tern
- Skær radisserne i tynde skiver
- Kom det hele i skåle, bland det godt og tilsæt citronsaft og olie
- Smag til med salt og peber
- Rens makrellerne for ben og del den i portionsstykker
- Anret evt. makrelportionerne på et hjertesalatblad

Server markellen med kartoffelsalat og groft brød

# FLÆSKESTEG MED SPRØD SVÆR

# 40

20 personer

## DET SKAL DU BRUGE

4½-5 kg svinekam med  
svær

5-6 laurbærblade

2-3 spsk groft salt

4 kg kartofler

2 kg færdiglavet rødkål

½ l. ribssaft

2½ l brun sauce

### Sauce

2 l. kalvefond

100 g Hvedemel

100 g Smør

Kulør

Salt og peber

### Kartofler

4½ kg kartofler

Vand og havsalt

## SÅDAN GØR DU

- Kontroller at stegen er ordentligt ridset
- Gnid stegen med salt husk ned mellem sværene
- Sæt laurbærblade mellem sværene
- Læg stegen på en rist med en bradepande under
- Hæld 1½ l vand i bradepander, hvis den koger tør under stegningen kommes mere vand ved
- Tænd ovnen på 200 grader
- Stegen skal have ca. 1½-2 timer. Stik et stegetermometer i stegen og steg til det viser 69-72 grader
- Tag stegen ud og skær sværen af, hvis den ikke er sprød så sæt den ind i ovnen ved 250 grader i 5-10 minutter. Pas på sværen ikke brænder.
- Kog kartoflerne og varm rødkålen op sammen med ribssaften

# FLÆSKESTEG MED SPRØD SVÆR

# 40

20 personer

- Skum skyen fra stegen for det meste fedt og tilsæt den til den brune sauce så den får flæskestegssmag
- Skær stegen i skiver, fjern evt. fedtkanten og de

Server med kogte kartofler og rødkål

**TIP!** Det er ren luksus hvis i serverer syltede tyttebær og asier til.

## BRUN SAUCE

### SÅDAN GØR DU

- Smelt smørret i en tykbundet gryde
- Tilsæt mel og rør det sammen med smørret
- Tilsæt kalvebouillon mens du pisker godt bring i kog under piskning
- Lad saucen koge igennem 5-10 minutter, husk at piske
- Smag til med salt og peber stegesky fra flæskestegen OG Kom evt. kulør i

**TIP!** Jo bedre kalvebouillon du bruger jo bedre bliver saucen. Du kan købe udmærkede bouillonpulvere i storkøbsstørrelse

## KOGTE NYE KARTOFLER

### SÅDAN GØR DU

- Skrub kartoflerne rene men lad skrællen være
- Kom kartoflerne i en gryde og dæk med vand
- Tilsæt salt og kog til de er møre ca. 15-20 minutter

# OVNBAGT SVINEKAM MED RODFRUGTER OG NYE KARTOFLER

# 41

20 personer

## DET SKAL DU BRUGE

3 kg svinekam uden svær  
4 kg Rodfrugter( gulerødder,  
selleri, pastinak og persillerod)  
8-10 Løg  
1 stort bundt timian

Havsalt og peber fra kværn

### **Kartofler**

4½ kg kartofler  
Vand og havsalt

## SÅDAN GØR DU

- Vask og skræl rodfrugterne
- Skær rodfrugterne i mundrette stykker
- Pil løgene og skær dem i grove stykker
- Kom rodfrugterne og løg i et stort ildfast fad eller bradepande
- Kom lidt vand ved rodfrugterne og vend dem rundt
- Krydr med salt og peber og timian
- Drys salt på svinekammen og læg den på en rist over rodfrugterne
- Sæt rodfrugter og svinekam i ovnen ved 180 grader i ca. 1½ - 2 timer
- Sæt et stegetermometer i svinekammen den er færdig når den har en kernetemperatur på 72 grader
- Tag svinekammen ud lad den hvile lidt og skær i skiver og anret skiverne på rodfrugterne

Server med kartofler

# OVNBAGT SVINEKAM MED RODFRUGTER OG NYE KARTOFLER

41

20 personer

## KOGTE NYE KARTOFLER

### SÅDAN GØR DU

- Skrub kartoflerne rene men lad skrællen være
- Kom kartoflerne i en gryde og dæk med vand. Tilsæt salt og kog til de er møre ca. 15-20 minutter

# SPRÆNGT KALVECUVETTE

20 personer

42

## DET SKAL DU BRUGE

2½-3 kg kalvecuvette

2 porrer

2 gulerødder

2 fed hvidløg

### Saltlage

4 ltr. vand

800 g. salt

160 g. farin

2 spsk. Knust koriander

2 spsk. Knust rosa peber

Kviste af krydderurter

### Suppeurter

4 l. vand

2 løg

4 nelliker

2 gulerod

2 porre

20 peberkorn

### Suppevisk

salvie, timian, persillestilk og laurbær

## SÅDAN GØR DU

- Alle ingredienser til saltlage koges op og køler af.
- Kalvebrystet lægges i saltlagen i 24 timer.
- Kalvebrystet tages op af saltlagen og skylles.
- Kalvebrystet lægges i en gryde med koldt vand og koger op.
- Kødet tages op og vandet smides væk.

Alternativt kan du bede slagteren om at salte kalvebrystet når du køber det..

# SPRÆNGT KALVECUVETTE

20 personer

42

## KLAR TIL KOGNING

- Gør suppeurterne klar.
- Skræl guleroden og rens porren
- Pil løget pilles og stik nellikerne i
- Gør suppevisken klar.
- Krydderurterne samles i et stykke gaze og bindes sammen med hvidt bomulds garn til en "buket".
- Læg kødet i en gryde med 2 liter koldt vand, peberkorn, suppeurterne og suppevisken.
- Bring vandet i kog.
- Fjern skummet med en skummeske.
- Kog i 2 timer under låg, ved svag varme.
- Suppeurter og suppevisk fiskes op af gryden efter de 2 timer, og smides ud.
- Pil hvidløgssfeddet, og skær det i mindre stykker.
- Skræl guleroden, og skær den i mindre stykker.
- Rens poren, og skær den i mindre stykker.
- Grøntsagerne kommes ned i gryden til Kalvebrystet.
- Kog i ca. 40 minutter ved svag varme uden låg på.
- Tag kalvebrystet op af gryden og skær den i skiver.

Du kan også bruge kalvebrystet som en middagsret og servere det med grønne asparges nye gulerødder og kartofler.



# TILBEHØR TIL SPRÆNGT KALVECUVETTE

20 personer

## DET SKAL DU BRUGE

### Bagte gulerødder

3 kg gulerødder

1 bundt frisk timian

1½ dl olivenolie

### Grønne asparges

4 bundter grønne asparges

Vand og salt

### Kogte nye kartofler

4½ kg kartofler

Vand og havsalt

## BAGTE GULERØDDER MED TIMIAN

### SÅDAN GØR DU

- Vask og skræl gulerødderne
- Skær dem i mundrette stykker og fordel dem i et ildfast fad eller bradepande
- Drys med hakket timian og vend rundt med olien
- Drys med lidt salt og bag i ovnen ved 175 grader i 20-25 minutter

## GRØNNE ASPARGES

### SÅDAN GØR DU

- Knæk det nederste af aspargesene
- Kog aspargesene i kogende vand med salt i 7 minutter

# TILBEHØR TIL SPRÆNGT KALVECUVETTE

20 personer

## GRØNNE ASPARGES

### SÅDAN GØR DU

- Knæk det nederste af aspargesene
- Kog aspargesene i kogende vand med salt i 7 minutter

## KOGTE NYE KARTOFLER

### SÅDAN GØR DU

- Skrub kartoflerne rene men lad skrællen være
- Kom kartoflerne i en gryde og dæk med vand. Tilsæt salt og kog til de er møre ca. 15-20 minutter

# KARTOFFEL-PORRESUPPE MED CROUTONER

# 50

20 personer

## DET SKAL DU BRUGE

10 porrer  
12 -15 mellemstore kartofler,  
gerne Samsø bagekartofler  
4 liter grønsagsbouillon eller vand  
4 dl piskefløde  
Havsalt  
Peber fra kværn  
2 bundter purløg

**Croutoner**  
20 tykke skiver gammelt brød  
8 spsk. æbleeddike  
5 fed knust hvidløg  
10 spsk. olivenolie  
3 spsk rørsukker  
1 tsk havsalt  
Peber fra kværn

## SÅDAN GØR DU

- Rens porrerne og skær dem i skriver (kun den hvide del af porren bruges).
- Skræl kartoflerne og skær dem i terninger.
- Bring bouillon i kog i en gryde med låg.
- Kom grøntsagerne i. Læg låg på igen og skru ned for varmen. Grønsagerne koges i 20 minutter.
- Lad grønsager og grønsagssuppe køle lidt af.
- Blend det hele, men tag kun lidt ad gangen – ellers sprøjter det til alle sider.
- Kom suppen tilbage i gryden og varm den op.
- Kom fløden i og smag til med salt og peber.

Server kartoffel-porresuppen med klippet purløg og croutoner.

# KARTOFFEL-PORRESUPPE MED CROUTONER

50

20 personer

## CROUTONER

### SÅDAN GØR DU

- Tænd ovnen på 150 grader.
- Skær brødet i små terninger – ca. 1½ x 1½ cm.
- Rør olie, æbleeddike, hvidløg, sukker, salt og peber sammen til en marinade. Vend brødterningerne i den.
- Læg brødterningerne på en bageplade med bagepapir og rist dem sprøde i den forvarmede ovn-
- Bagetiden er ca. 15-20 minutter.

# BLOMKÅLSSUPPE

20 personer

51

## DET SKAL DU BRUGE

5 små blomkål	2½ dl piskefløde
20 håndfulde ærter eller	5 bundt persille
1kg fine frosne	5 l bouillon
10 skalotteløg	5 ss olie
8 pasteuriserede	salt og peber
æggeblommer	

## SÅDAN GØR DU

- Skyl blomkålene og skær ud i mindre buketter
- Pil løgene og skær dem ud i mindre tern
- Svits løgene i gryden
- Tilsæt bouillon
- Rør æggeblommerne ud i piskefløden, så er det klar til legering af suppen
- Kom blomkålen i når bouillon koger og lad den koge i ca. 3 min
- Kom ærterne i kog videre i 2 min
- Smag suppen til med salt og peber
- Tag suppen af varmen og rør blandingen af fløde og æggeblommer forsigtigt i
- Suppen er klar til servering med godt brød og et drys af persille.

Du kan på forhånd tilberede denne bouillon, evt. fryse den ned i mindre portioner. Alternativt kan du bruge færdigkøbt bouillon.

# GRØNÆRTESUPPE M. KARRYFLØDE

20 personer

52

## DET SKAL DU BRUGE

20 mellemstore kartofler eller 9-10 bagekartofler	bouillon)	Peber fra kværn
4 løg	2 dl frisk koriander ( kan undlades)	<b>Karryskum</b>
1200 g ærter (frosne)	4 ts spidskommen	8 dl piskefløde
4 liter bouillon	2 dl fløde	2 ts karry
(grøntsags- eller høns-	havsalt	2 ts salt

## SÅDAN GØR DU

- Skræl kartoflerne og skær dem store terninger.
- Pil løget og skær det i terninger.
- Kom kartoflerne, løg og 2½ l. bouillon i kog i en gryde med låg.
- Skru ned når kartoflerne koger og lad den koge i 15 minutter.
- Kom ærterne i gryden sammen med den sidste 1½ liter bouillon.
- Skru op for varmen. Når gryden koger skruer du ned igen og koger grøntsagerne i ca. 5 minutter.
- Tilsæt spidskommen og evt. koriander.
- Blend suppen og smag til med salt og krydderier
- Til sæt til allersidst fløden, kog igennem og sluk for gryden.

### Karryfløde

- Pisk piskefløden til samme tykkelse som yoghurt.
- Rør karry og salt i med en ske.

Servér den grønne suppe med en gul klat karryfløde i midten.  
Læg evt. et korianderblad på flødeskummet.

**Serveres med godt brød til.**

# CITRONLIMONADE

Drik til 20 tørstige børn

# 56

Ca. 3 liter færdig limonade som kan fortyndes.

## DET SKAL DU BRUGE

8 usprøjtede citroner

350 g rørsukker

2 liter kogende vand

## SÅDAN GØR DU

- Bring vandet i kog.
- Skrub citronerne grundigt. Skær dem i halve og pres saften ud.
- Kom skallerne i en stor kande eller skål med rørsukkeret og hæld 2 liter kogende vand over.
- Rør rundt til sukkeret er smeltet.
- Tilsæt citronsaften.
- Rør godt rundt. Dæk limonaden til og stil den koldt.
- Si limonaden og server den blandet med vand efter smag.

# RABARBERSAFT

Drik til 20 tørstige børn

57

## DET SKAL DU BRUGE

2. kg. Rabarber

½ l. Vand

Sukker

## SÅDAN GØR DU

- Vask rabarberne og snit dem i 2 cm. store stykker.
- Kom rabarberne og vandet i en stor gryde.
- Bring langsomt rabarberne i kog.
- Kog rabarberne ved svag varme ca. 15 min.
- Si rabarbersaften gennem et rent viskestykke.
- Mål hvor meget saft der er.
- Hæld saften tilbage i gryden.
- Tilsæt 200 g. sukker pr. ltr. Saft.
- Kog saften 5 minutter, fjern evt. skummet.
- Hæld saften på rene flasker, sæt prop på og opbevar dem i køleskabet.
- Fortynd rabarbersaften med vand inden den drikkes



# TÆRTE MED SPINAT OG FETA

20 personer

61

## DET SKAL DU BRUGE

900 g mel,  
fx 200 g grahamsmel og  
700 g hvedemel  
400 g smør  
4 dl kærnemælk  
4 tsk. salt

### Fyld

2,4 kg frosset spinat

5 spsk. god olie  
5 fed hvidløg  
3 tsk. estragon  
3 tsk. salt  
500 g feta ost, køb en blok og  
skær i tern  
15 æg  
1,2 l letmælk

## SÅDAN GØR DU

- Smuldr smørret i melet
- Kom salt i
- Saml dejen med kærnemælken
- Ælt godt igennem
- Smør en stor bradepande. Eller evt. flere tærteforme.
- Del dejen i 4 stykker så den er til at håndtere.
- Rul den ud til en tykkelse af 3 mm.
- Læg dejen i bradepanden, tryk samlingerne godt sammen
- Prik huller i tærtebunden med en gaffel
- Forbag bunden i ca. 15 min ved 175 grader

# TÆRTE MED SPINAT OG FETA

20 personer

61

## FYLD

### SÅDAN GØR DU

- Kom olie og spinat i en gryde og optø spinaten.
- Damp spinaten ind og kom hvidløg, salt og estragon i. Tag gryden af varmen.
- Pisk æg, mælk, peber og salt sammen.
- Bland lidt spinat i æggemassen ad gangen
- Når al spinat er kommet i æggemassen tilsættes fetaen.
- Vend godt rundt og fyld massen på tærtebunden.
- Bag tærten færdig ca. 45 min ved 175 grader. Tjek med en gaffel, at æggemassen er færdigbagt.
- Skær tærten ud i passende stykker og server.

# TÆRTE MED ASPARGES

20 personer

62

## DET SKAL DU BRUGE

900 g mel,  
fx 200 g grahamsmel og  
700 g hvedemel  
400 g smør  
4 dl kærnemælk  
4 tsk. salt

## Fyld

5 bdt. Asparges  
15 æg  
1,2 l letmælk  
5 tsk. salt og peber

## SÅDAN GØR DU

- Smuldr smørret i melet
- Kom salt i
- Saml dejen med kærnemælken
- Ælt godt igennem
- Smør en stor bradepande. Eller evt. flere tærteforme.
- Del dejen i 4 stykker så den er til at håndtere.
- Rul den ud til en tykkelse af 3 mm.
- Læg dejen i bradepanden, tryk samlingerne godt sammen
- Prik huller i tærtebunden med en gaffel
- Forbag bunden i ca. 15 min ved 175 grader

# TÆRTE MED ASPARGES

20 personer

62

## FYLD

### SÅDAN GØR DU

- Knæk den træede del af hver asparges
- Skyl alle asparges og damp dem ca. 3 min i kort i 2 dl vand.
- Pisk æg og mælk sammen med salt og peber
- Læg asparges på den forbagte tærtebund
- Hæld æggemassen over
- Bag tærten færdig ca. 45 min ved 175 grader. Tjek med en gaffel, at æggemassen er færdigbagt.

Skær tærten ud i passende stykker og server.

# TÆRTE MED TOMATER OG LØG

20 personer

63

## DET SKAL DU BRUGE

900 g mel,  
fx 200 g grahamsmel og  
700 g hvedemel  
400 g smør  
4 dl kærnemælk  
4 tsk. salt

### Fyld

10 rødløg

9 fed hvidløg  
12 pæne tomater  
5 spsk. god olie  
Salt og peber  
5 tsk. Herbes de Province  
2 gode håndfulde sorte oliven  
15 æg  
1 l letmælk

## SÅDAN GØR DU

- Smuldr smørret i melet
- Kom salt i
- Saml dejen med kærnemælken
- Ælt godt igennem
- Smør en stor bradepande. Eller evt. flere tærteforme.
- Del dejen i 4 stykker så den er til at håndtere.
- Rul den ud til en tykkelse af 3 mm.
- Læg dejen i bradepanden, tryk samlingerne godt sammen
- Prik huller i tærtebunden med en gaffel
- Forbag bunden i ca. 15 min ved 175 grader

# TÆRTE MED TOMATER OG LØG

20 personer

63

## FYLD

### SÅDAN GØR DU

- Pil og skyl løggene
- Skær rødløg i tynde både
- Hak hvidløg
- Svits løggene i den gode olie
- Skyl tomater og skær den i pæne skiver
- Pisk æg og mælk sammen med salt, peber og herbes de Province
- Bland de svitsede løg i æggemassen lidt ad gangen
- Læg tomaterne pænt oven på æggemassen
- Drys de sorte oliven ovenpå

Bag tærten færdig ca. 45 min ved 175 grader. Tjek med en gaffel, at æggemassen er færdigbagt.

# GROFT HVEDEBRØD

20 personer (4 brød)

72

## DET SKAL DU BRUGE

1 l. Koldt vand	25 g gær
2 spsk. Honning	400 g fuldkornshvedemel
30 g Havsalt	1000 g hvedemel

## SÅDAN GØR DU

- Kom vand gær og honning i en røreskål og pisk det sammen
- Hæld fuldkornsmel og salt i skålen og ælt det sammen et par minutter
- Kom hvedemelet i skålen og ælt sammen med fuld fart i 10-15 minutter
- Kom dejen i en beholder som er smurt med neutral madolie
- Kom låg på beholderen og stil den i køleskabet i ca. 24 timer
- Hæld dejen ud på et meldrysset bord
- Del dejen i 4 dele
- Form dejen til fire brød de skal ikke æltes men blot virkes op med en dejspatel
- Stil brødene på en meldrysset bageplade
- Lad brødene efterhæve i 50 minutter
- Bag brødene ved 230 C. i 20 – 25 minutter
- Brødene er færdige når de lyder ”hult” når man banker dem på undersiden.

# HAVREBRØD

20 personer

73

## DET SKAL DU BRUGE

5 dl vand	150 g havregryn
1 dl olie	200 g rugmel
½ pk gær	600 g hvedemel
3 ts salt	

## SÅDAN GØR DU

- Opløs gæren i vandet.
- Tilsæt salt og olie
- Rør havregryn i
- Kom rug- og hvedemel i og ælt godt.
- Lad dejen hæve en halv time
- Slå dejen ned og form to brød
- Hæver mindst 1 t eller natten over i køleskab
- Pensl brødet fx med yoghurt og bag det ved 200 grader i ca. 40 min



# HVEDEBRØD (LANGTIDSHÆVEDE)

# 74

2 store brød

Portionen passer til den store "Kenwood Major" røremaskine

## DET SKAL DU BRUGE

1 liter vand

25 g gær

2 spsk. salt

ca. 1,6 kg hvedemel

vand evt. mælk eller æg

til pensling

## SÅDAN GØR DU

- Hæld det næsten kolde vand i en røreskål og opløs gæren der i.
- Ælt hvedemel og salt i til en ikke for fast dej, der dog slipper røreskålen.
- Kom dejen op i en fødevarer godkendt beholder på ca 15 l der er smurt med lidt madolie.
- Sæt låg på og lad dejen hæve køligt i ca. 12-16 timer gerne 24 timer.
- Kom mel på bordet og del dejen i 2 eller 4portioner.
- Form dejen til brød
- Lad brødene efterhæve til ca. dobbelt størrelse.
- Tænd ovnen på 225 grader.
- Pensl brødene med vand, mælk eller æg.
- Rids evt. brødene i toppen med en meget skarp kniv.
- Bag brødene i ca. 35-40 minutter i den forvarmet ovn, til de er smukt gyldenbrune og lyder hult, når man banker dem på undersiden.

Hvis du bager 4 mindre brød skal de kun bages ca. 25 minutter ved 225 grader

Dejen kan også bruges til boller så deles dejen i 32 boller som bages i ca. 17-20 minutter ved 225 grader

# DURUM MORGENBOLLER

20 stk

75

## DET SKAL DU BRUGE

100 g gær  
1 l. vand  
3 spsk. havsalt.

400 g durummel  
800 g. hvedemel

## SÅDAN GØR DU

- Kom vand i en røreskål og opløs gæren
- Kom salt i skålen og rør.
- Tilsæt durumhvede og rør
- Tilsæt hvedemel og rør dejen glat. Den skal være meget blød og fugtig.
- Dæk dejen til og lad den stå ved stuetemperatur 1½ time.
- Sæt 10 boller på en bageplade med bagepapir, brug en ske.
- Sæt bollerne i en kold ovn og skru op på 225 grader.
- Bag bollerne i ca.20- 25 minutter – de skal være sprøde

Hvis du lader dejen landtidshæve natten over i køleskabet skal der kun tilsættes 50 g gær.

Når du har sat bollerne fra den langtidshævede dej på plade så lad dem efterhæve  
20-30 minutter før bagning

# SPELT KNÆKBRØD

20-25 stk.

76

## DET SKAL DU BRUGE

500 g fint speltmel

2 stk. æg

200 g vand

40 g olivenolie

8 g salt

1 æg til pensling

## SÅDAN GØR DU

- Alle ingredienser røres sammen til en ensartet dej.
- Lad dejen hvile i mindst en 1/2 time.
- Del dejen i valdnødde store portioner
- Rulles tyndt ud ,med enten rullekæp eller pastamaskine, til knæk brødsstykker.
- Pensl brødet med æggestrygelse og drys det med nigellafrø, sesam eller groft speltmel.
- Lad knækbrødet hvile i en 1/2 time.
- Bag det ved så høj temperatur som muligt (250°), til det har fået farve.
- Det tager kun ca. 4 - 6 minutter så hold øje med ovnen
- Vend knækbrødene ud på en rist.

# KOLDSKÅL

20 personer

81

## DET SKAL DU BRUGE

3 l kærnemælk

3 l tykmælk

6 æg pasteuriserede

300 g sukker

3 usprøjtede citroner

## SÅDAN GØR DU

- Pisk æg og sukker grundigt
- Riv den gule skal af citronen.
- Pres citronen.
- Kom kærnemælk, tykmælk citronskal og citronsaft ned i æggene, og rør godt.
- Sæt koldskålen i køleskabet, mindst en time.
- Spises med kammerjunkere.

Du kan også komme friske bær eller frugtkompot i din koldskål,

Hvis frugtkompotten er meget sød så spar lidt på sukkeret, du kan altid smage koldskålen til med lidt mere sukker

# RABARBERTRIFLI MED HVID CHOKOLADE

82

20 personer

## DET SKAL DU BRUGE

1 portion bagte rabarber  
1 portion hvid chokoladepum  
50- 60 makroner

### Bagte rabarber

2 kg vinrabarber  
800 g sukker

### Hvid chokoladepum

400 g hvid chokolade  
1 l. piskefløde

## SÅDAN GØR DU

- Knus eller bræk makroner itu.
- Fordel afdryppede bagte rabarber, makroner og hvid chokoladepum på asietter eller i klare glas.
- Stil det køligt i et par timer før servering.

# RABARBERTRIFLI MED HVID CHOKOLADE

20 personer

82

## BAGTE RABARBER

### SÅDAN GØR DU

- Skær rabarberne i 2 cm tykke stykker, og læg dem i et ildfast fad.
- Drys med sukker, og dæk fadet med alufolie.
- Bag rabarberne ved 150 grader i 20 minutter.

## HVID CHOKOLADE FLØDESKUM

### SÅDAN GØR DU

- Hak chokoladen fint, og smelt den over vandbad.
- Pisk fløden til let flødeskum
- Rør lidt af flødenskummet i chokoladen, hæld blandingen i skålen med flødeskum, og vend forsigtigt rundt.

# HINDBÆR YOGHURT IS

5-6 portioner

83

Denne opskrift kan desværre ikke laves i store portioner men da det kun tager 2-3 minutter at tilberede en portion is til 5-6 personer gør vi det alligevel.

Det er vigtigt at overholde reglen med at koge bærrerne og genindfryse inden brug så ingen bliver syge.

Giv hindbær et kort opkog inden de nedfryses så du er sikker på at de ikke har bakterier med til denne dessert.

Der har desværre været bær i handelen som ikke var skyllet i helt rent vand og derfor var sygdomsfremkaldende.

## DET SKAL DU BRUGE

300 g frosne økologiske

hindbær

1½ dl piskefløde

2 dl "græsk" yoghurt 10%

saften af en ½ citron

3 spsk. flormelis

## SÅDAN GØR DU

- Kom de frosne bær i en foodprocessor eller blender
- Tilsæt fløde, yoghurt, citronsaft og flormelis
- Blend og spis isen med det samme eller sæt den i fryseren i en beholder med låg

# RABARBER SMULDREKAGE

20 stk

84

## DET SKAL DU BRUGE

20 stilke rabarber (hvis små lidt flere)

400 g rørsukker

## SÅDAN GØR DU

- Skær rabarberne i 1 cm stykker
- Bland rabarberne med sukkeret
- Kom rabarberne i en bradepande (1/1 GN)
- Dæk med smuldredej
- Bag i ca. 30-35 minutter

## SMULDREDEJ

### DET SKAL DU BRUGE

8 dl. mel

300 g smør

6 dl. rørsukker

8 dl. Reven kokos

## SÅDAN GØR DU

- Mel og smør smuldres
- Tilsæt sukker og kokos og bland godt
- Dejen skal ikke hænge sammen

Kagen smager bedst hvis den er lun men den kan bages i forvejen og eventuel lunes inden serveringen.



# TYKMÆLKSFROMAGE

20 personer

85

## DET SKAL DU BRUGE

20 Blade husblas

125 g. mandler

2 l. tykmælk

4 dl. Sukker

2 stænger vanilje

saften af 2 citroner

1 l. Piskefløde

## SÅDAN GØR DU

- Sæt husblassen i blød i koldt vand.
- Skold og smut mandlerne, og hak dem groft.
- Flæk vanillestangen og skrab vanillekornene ud med en kniv og bland dem i sukkeret
- Pisk tykmælk, sukker, vanillekorn og mandler sammen.
- Pisk fløden til flødeskum.
- Tag husblassen op med det vand der hænger ved, og smelt det i vandbad.
- Afkøl husblassen lidt ved at komme citronsaften i, og hæld den i tyk mælksblandingen.
- Når tykmælksblandingen er lige ved at stivne, vendes flødeskummet i kærnemælksblandingen.
- Gem evt. lidt flødeskum til at pynte med.
- Fromagen hældes i en skål eller portionsglas og pyntes med flødeskum.
- Server evt. syltede blomster til.

# RABARBERKAGE

20 stykker

86

## DET SKAL DU BRUGE

6 æg	Bagepulver	Lidt sukker til drys
400 g sukker	2 stænger vanilje	
500 g hvedemel	1200 g rabarber	
120 g kokosmel 6 tsk.	Smør til bradepanden	

## SÅDAN GØR DU

- Skyl rabarberstilkene og skær dem i 1½ cm lange stykker
- Flæk vaniljestængerne og skrab kornene ud, bland med lidt sukker
- Kom vaniljekorn og alt sukkeret i en røreskål
- Kom æg i røreskålen og rør med sukkeret
- Bland hvedemel, kokosmel og bagepulver og kom det i æggemassen
- Bland rabarberstykker i dejen
- Smør en stor bradepande 1/1 GN bakke eller 2 små (25 x 35) cm
- Hæld dejen i bradepanden
- Drys med lidt sukker
- Bag kagen i 45 minutter i en forvarmet ovn ved 175 grader

# CHOKOLADEKAGE

20 stykker

87

## DET SKAL DU BRUGE

335 g mel	ede appelsiner	1 $\frac{3}{4}$ dl vand
100 g cacao	450 g blødt smør	1 $\frac{3}{4}$ dl mælk
3 tsk. bagepulver	300 g sukker	250 g mørk chokolade til
reven skal af 4 usprøjt-	4 æg	overtræk

## SÅDAN GØR DU

- Riv den gule skal af appelsinerne
- Bland mel, cacao, bagepulver og reven appelsinskal
- Rør smør og sukker til det er cremet og sukkeret er opløst
- Tilsæt æggene et af gangen, rør godt imellem hvert
- Tilsæt melet og cocoablandingen
- Tilsæt vand og mælk lidt af gangen rør godt
- Kom dejen op i 2 smurte og melede sandkageforme
- Bag kagen ved 175 grader i ca. 1 time
- Tag kagerne ud af formen og lad dem afkøle på en bagerist
- Når kagerne er kolde pensles de med smeltet mørk chokolade
- Lad chokoladen stivne inden kagen spises.

Kagen er god at gemme da den bevarer fugtigheden længe.

# DRØMMEKAGE

20 personer

88

## DET SKAL DU BRUGE

250 g sukker

4 æg

350 g hvedemel

3 tsk. Bagepulver

1½ tsk. Vanillesukker

2½ dl. Mælk

### Fyld:

250 g brun farin

110 g smør

110 g kokosmel

½ dl. mælk

## SÅDAN GØR DU

- Varm mælk og smør let op og lad det afkøle lidt
- Pisk æg og sukker skummende
- Sigt mel, bagepulver og vanillesukker sammen og rør det forsigtigt i æggemassen
- Tilsæt langsomt mælkeblandingen til dejen
- Hæld dejen i en bradepande der beklædt med bagepapir (18 x 25 cm)
- Bag kagen ved 170 grader i ca. 20 minutter. Prik i kagen med en kødnål, hvis nålen slipper let, er kagen bagt.
- Smelt smør, mælk, farin og kokosmel sammen i en gryde
- Fordel straks fyldet på kagen når den er bagt
- Bag kagen videre ved 170 grader i 7 minutter

# KANELSNEGLE

24 stk

89

## DET SKAL DU BRUGE

75 g gær

1½ dl mælk, 30 grader

140 g smør

2 æg

½ spsk. sukker

½ tsk. Salt

Ca. 500g hvedemel

### Fyld:

150 g smør

150 g mørk farin

1 spsk. Kanel

### Glasur:

125 g flormelis og lidt varmt vand

## SÅDAN GØR DU

- Opløs gæren i mælken
- Tilsæt smør, æg, sukker og salt
- Tilsæt hvedemelet lidt af gangen og ælt dejen til den er ensartet og smidig
- Lad dejen hæve et lunt sted til dobbelt størrelse
- Rør smør, farin og kanel sammen til fyld
- Del dejen i 2 stykker og rul hver stykke ud i plader på 30x25 cm
- Fordel fyldet over dejpladerne og rul dem sammen på den lange led som roulader
- Skær hver roulade i 12 lige store skiver
- Sæt sneglene på bagepapir, fold snippen ind og tryk sneglene flade
- Lad sneglene efterhæve tildækket ca. 20 minutter
- Bag sneglene ved 200 grader i ca. 8 minutter
- Rør flormelis og vand sammen til glasur og pynt sneglene når de er afkølede

Du kan lave en større portion og fryse ned. Men vent med at pynte med glasur til de er optøede og skal spises

# MAZARINKAGE

20 stykker

90

## DET SKAL DU BRUGE

250 g marcipan

250 g sukker

250 g blødt smør

250 g hele æg (ca 5)

125 g mel

300 g hindbær (kan erstattes af andre bær)

## SÅDAN GØR DU

- Rør sukker og marcipan til en blød masse
- Rør smør i dejen
- Pisk æg i dejen
- Vend mel i dejen
- Hæld dejen i en bradepande (30 x 25)
- Bages ved 175 grader i ca 35 min.
- Lad kagen blive kold.
- Skær kagen ud i portionsstykker
- Kom glasur på den kolde kage og pynt med friske bær

# ÆBLE BRADEPANDEKAGE

20 stykker

91

## DET SKAL DU BRUGE

6 æg

400 g sukker

500 g hvedemel

6 tsk. Bagepulver

2 stænger vanilje

1½ kg æbler

Lidt smør til bradepanden

50 g mandler

Lidt sukker til drys

## SÅDAN GØR DU

- Fjern kernehuset fra æblerne og skær dem i små firkanter
- Hak mandlerne groft
- Flæk vaniljestængerne og skrab kornene ud, bland med lidt sukker
- Kom vaniljekorn og alt sukkeret i en røreskål
- Kom æg i røreskålen og rør med sukkeret
- Bland hvedemel, kokosmel og bagepulver og kom det i æggemassen
- Bland æblestykkerne i dejen
- Smør en stor bradepande 1/1 GN bakke eller 2 små(25 x 35)cm
- Hæld dejen i bradepanden
- Drys med hakkede mandler
- Drys med lidt sukker
- Bag kagen i 45 minutter i en forvarmet ovn ved 175 grader.

# INDISK FLADBRØD

20 stk.

# 101

## DET SKAL DU BRUGE

1,2 kg hvedemel (20 dl)	1 dl olivenolie
4 ss bagepulver	1 l vand
2 ss salt	

## SÅDAN GØR DU

- Kom det hele i en skål og ælt grundigt.
- Del dejen i 20 lige store stykker.
- Form dem som boller og kom olie udenpå.
- Tryk bollerne flade mellem hænderne. Vælg selv facon.
- De skal være ret tynde ca. ½ cm.
- Brødene bages på en tør pande eller bradepande.
- På bradepanden kan du bage flere ad gangen.
- Når brødene begynder at blive gyldne vender du dem og bager dem færdigt på den anden side.
- Bagetid ca. 5 min på hver side.
- Vend dem evt. flere gange.

**Tips:** Du kan presse hvidløg i olien, det giver en dejlig smag til de bløde indiske brød. Drys evt. med hakket persille, når brødene er bagt.



# FYNSKE FLADBRØD

20 stk.

# 102

## DET SKAL DU BRUGE

1,2 kg fint speltmel (20 dl)

5 æg

5 dl vand

5 spsk. olivenolie

1 ss salt

## SÅDAN GØR DU

- Alle ingredienser røres sammen til en ensartet dej.
- Lad dejen hvile i mindst en 1/2 time.
- Del dejen i små stykker på størrelse med en nød
- Tryk dejen tyndt ud i hænderne eller mellem to stykker plastik eller film.
- Dejen skal gøres meget tynd
- Bag fladbrødet på begge sider på en tør pande.
- Når brødene bobler op er det på tide at vende dem.
- Vend flere gange.
- Samlet bagetid ca. 4 min
- Drys med krydderurter efter smag

# SNOBRØD

20 stk.

# 103

## DET SKAL DU BRUGE

Ca. 2,5 kg hvedemel

1 pk gær

1 ss. salt

1,5 l vand

## SÅDAN GØR DU

- Kom vand, salt og gær i en skål.
- Rør til gæret og saltet er opløst
- Kom melet i og ælt godt. Hold lidt mel tilbage, til fordelingen af snobrødene.
- Lad dejen hvile.

Find en god frisk pind. Vildskud af ask og ahorn er fremragende. Mens I leder efter gode snobrødspinde, kan I give jer tid til at iagttage områdets dyr og planter. Skær snobrødspindene af helt nede ved jorden. Udvalg et godt stykke af pinden og fjern barken i den tynde ende ca. 20 cm. Pindene kan gemmes og genbruges af andre.

Tag en god håndfuld af dejen. Rul den ud til en pølse og gør den fast i toppen af pinden. Sno nu dejen rundt om pinden, så dejen ligger helt tæt.

Find et godt sted ved bålet, hvor du ikke får røg i øjnene og hvor der er gode gløder, der må ikke være synlige flammer. Rod evt. lidt op i bålet, lad asken svæve væk og begynd nu din bagning af snobrødet.

Hold øje med det og drej pinden ofte, så brødet bliver bagt på alle sider. Det skal være smukt gyldent.

Lad det køle af før du tager det af pinden.

# HVEDETORTILLA MED HONNING, NØDDER OG BÆR

# 104

20 personer

## DET SKAL DU BRUGE

1,8 kg hvedemel (30 dl)

1 ss salt

2 ss bagepulver

2½ dl rapsolie

1 l vand

Lyng/Akaciehonning

Nødder

Årstidens bær

## SÅDAN GØR DU

- Bland alt det tørre i en skål
- Kom olien i til det gryner
- Tilsæt vand og ælt sammen til en smidig blød dej
- Del dejen i 60 små kugler
- Lad dem hvile i 15 min.
- Vend kuglerne i mel
- Tryk dem flade mellem hænderne til ca. 15 cm i diameter
- Bag tortillaen på en tør pande eller på en bradepande over bålet
- Vend dem hurtigt de skal kun bage 1 min på hver side.
- Tortillaen formes til et kræmmerhus og fyldes med friske bær efter årstiden.
- Dryp med honning og drys nødder ud over

# KÆRNEMÆLKSOST MED KRYDDERURTER

20 personer

105

## DET SKAL DU BRUGE

3 l. Gammeldags kærnemælk

6 spsk. Hakkeede krydderurter ( purløg,  
basilikum, oregano, timian m.m.)

Evt. hvidløg

1½ dl piskefløde

Havsalt

Peber fra kværn

En sigte

Et rent viskestykke

## SÅDAN GØR DU

- Hæld kærnemælken op i en gryde
- Varm kærnemælken langsomt op til ca. 80 grader den må ikke koge
- Kærnemælken skiller nu i valle og ostemasse
- Skær eventuelt kanaler så vollen kan løbe fra
- Læg viskestykket i sigten og tag forsigtigt ostemassen op i så den kan dryppe af
- Når ostemassen er afdryppet kommes den op i en skål
- Tilsæt krydderurterne og rør fløden i
- Smag til med salt og peber.

**Tip:** Vallen kan gemmes til bagning

# DAMPEDE MUSLINGER

20 personer

# 107

## DET SKAL DU BRUGE

5 kg renvaskede muslinger

5 gulerødder

5 porrer

3 løg

2 l vand med saft fra 3 citroner

½ pk smør el 1 dl god olie

3 bdt persille.

## SÅDAN GØR DU

- Skyl og vask muslingerne godt. Hvis muslingerne ikke lukker sig, kasseres de.
- Rens grønsagerne og skær dem i mindre stykker.
- Kom smørret/ olien i en stor gryde, varm op og svits grønsagerne.
- Tilsæt vand og citron, og lad det koge i ca. 10 minutter.
- Kom muslingerne i og damp dem under låg i 5 minutter til de har åbnet sig. Ryst gryden ind imellem, så dampen kommer godt rundt om muslingerne.
- Kasser de muslinger, som ikke har åbnet sig efter dampningen.
- Skyld og hak persillen
- Kom persillen i lige før muslingerne skal spises.

**Tip:** Server et godt stykke brød til.

# HURTIGTSTEGTE GRØNTSAGER

20 personer

# 109

## DET SKAL DU BRUGE

Et fed hvidløg	15 – 20 jordskokker	Olivenolie
9 røde chilier	5 rødløg	Havsalt
5 bundt forårsløg	5 rød peberfrugt	Peber fra kværn
2 savoykål eller spidskål	12 gulerødder	5 dl hakkede krydderurter

## SÅDAN GØR DU

- Alle grøntsagerne vaskes, skrælles og skæres ud i tynde strimler.
- Hvidløg hakkes og chilien befries for kerner og hakkes.
- Kom olie i en tykbundet gryde og varm den op over bålet
- Kom hvidløg, chili og savoykål i gryden og svits det i et minut.
- Tilsæt de øvrige grøntsager og steg i 4 – 5 min.

Retten kan spises som selvstændig ret med godt brød eller bruges som tilbehør til fiske- og kødretter.

# STEGTE GRØNTSAGER

20 personer

110

## DET SKAL DU BRUGE

Du skal bruge 4 kg i alt af:

- Kartoffler
- Persillerod
- Rødbeder
- Pastinak

- Blå birkes
- Sesamfrø
- Havsalt
- Peber fra kværn

## SÅDAN GØR DU

- Skræl grøntsagerne og skær dem ud i skiver ca. 3 mm tynde
- Kom dem i en stor skål og hæld lidt olie hen over
- Vend dem rund til de er smurt ind i olie over det hele
- Rist dem lidt ad gangen over bålet i en pande eller på en plade.
- Vend dem undervejs
- Når de næsten er færdige drysses med blå birkes og havsalt
- Vend et par gange så de blå birkes fordeler sig

Du kan vælge kun at bruge en af grøntsagerne eller flere sammen.

I stedet for blå birkes kan du vælge at drysse med sesamfrø eller nøjes med salt.

**Tip:** Du kan spise dem som de er eller give dem et par dråber balsamico.

Du kan også vælge at skære grøntsagerne i stave. De skal så stege længere tid, stik i dem for at se om de er færdige.

# TYKKE BLÅBÆRPANDEKAGER

20 personer

111

## DET SKAL DU BRUGE

5 store æg	1 ss bagepulver	Rapsolie
2 spsk. smeltet smør	1 stor ts natron	En god mængde blåbær
1,2 l kærnemælk	1 ss sukker	
900 g hvedemel (15 dl)	1 ts salt	

## SÅDAN GØR DU

- Pisk ægget sammen
  - Rør sukker, salt, smør og kærnemælk i
  - Bland mel, bagepulver, natron sammen
  - Kom det i dejen
  - Hæld lidt rapsolie på panden.
  - Hæld ca. 1 dl dej på til hver pandekage.
  - Kom en lille håndfuld blåbær på før du vender pandekagen
  - Bag ca. 3 min på hver side.
- Server straks med et drys rørsukker, akaciehonning eller lunet dansk honning.  
Husk olie til hver pandekage

**Tip:** Du kan vælge andre bær efter årstid og udbud.



# BYG RISOTTO

20 personer

# 112

## DET SKAL DU BRUGE

8 bananskalotteløg  
3/4 dl koldpresset rapsolie  
900 g perlebyg  
3/4 l æblemost

3 l høsefond  
(kan erstattes med vand)

## SÅDAN GØR DU

- Kom byg i en sigte og skyl den under rindende vand, indtil vandet ser klart ud.
- Hak skalotteløg fint og steg det af ved svag varme så det bliver glasklart.
- Tilsæt perlebyg og rør rundt så det steger med i et minuts tid.
- Hæld most i og lad det koge ind, til det meste er fordampet.
- Tilsæt høsefond og lad det simre i 20 minutter til byggen er mør og cremet.
- Smag til med salt og peber.

# OPKRIFTER

Alle middagsretter er tænkt serveret med grøntsags snacks der står på bordet når eleverne går til bords.

Det giver ro, og er en god velkomst til måltidet.

- 01 Morgenmad
- 02 Eftermiddagsmad
- 03 Aftensmad

## RETTER AF OKSE/KALVEKØD

- 05 Pasta Bolognaise
- 06 Okseboller m. tomatsauce og bulgur
- 07 Frikadeller med bagt spidskål og nye kartofler
- 08 Kofte med tzaziki og kartoffelbåde
- 09 Boller i karry
- 10 Lasagne
- 11 Hakkebøf med løg

## RETTER AF FJERKRÆ

- 20 Fladmast hane
- 21 Honningmarinerede kalkunspyd med bygrisotto
- 22 Kyllingesalat
- 23 Kylling med pesto og tomatsalat
- 24 Stegt kylling

## RETTER AF FISK

- 30 Fiskefrikadeller
- 31 Bagt Laks med blå birkes, kartoffelbåde og sauce Verte
- 32 Røget makrel og kartoffelsalat

# OPKRIFTER

Alle middagsretter er tænkt serveret med grøntsags snacks der står på bordet når eleverne går til bords.

Det giver ro, og er en god velkomst til måltidet.

## HELE STEGE

- 40 Flæskesteg med sprød svær
- 41 Ovnbagt svinekam med rodfrugter og nye kartofler
- 42 Sprængt kalvecuvette
- 43 Tilbehør til sprængt kalvecuvette

## SUPPER

- 50 Kartoffel-porre suppe med croutoner
- 51 Blomkålssuppe
- 52 Grønkålssuppe

## DRIKKE

- 56 Citronlimonade
- 57 Rabarbersaft

## BRØD

- 72 Groft Hvedebrød
- 73 Havrebrød
- 74 Langtidshævet hvedebrød
- 75 Durumboller
- 76 Spelt knækbrød

# OPKRIFTER

Alle middagsretter er tænkt serveret med grøntsags snacks der står på bordet når eleverne går til bords.

Det giver ro, og er en god velkomst til måltidet.

## DESSERTER/KAGER

- 81 Koldskål
- 82 Rabarbertrifli
- 83 Hindbær yoghurt is
- 84 Rabarber smuldrekage
- 85 Tykmælksfromage
- 86 Rabarberkage
- 87 Chokoladekage
- 88 Drømmekage
- 89 Kannelsnegle
- 90 Mazarinkage
- 91 Æble bradepandekage

## BÅLMAD

- 101 Indisk fladbrød
- 102 Fynske fladbrød
- 103 Snobrød
- 104 Hvedetortilla
- 105 Kærnemælksost
- 107 Dampede muslinger med urter
- 109 Hurtigstegte grøntsager
- 110 Stegte grøntsager
- 111 Tykke blåbærpandekager
- 112 Bygrisotto

# MORGENMAD

Sådan sammensætter du et godt morgenmåltid

# 01

## DEN GODE MORGENBUFFET

- Brød, et varieret udvalg af brød min 3 varianter
- Havregrød
- Cerealier: havregryn, muesli og cornflakes
- Mejeriprodukter: mælk, surmælksprodukter, ost, smør
- Æg fx hårdkogte, omelet, scramble
- Frisk frugt: fx 3 forskellige slags, hele frugter.
- Tørret frugt
- Det søde: marmelade, honning, pålægschokolade
- Drikke: frisk koldt vand, mælk, juice, te

## OG SÅ MED LIDT EKSTRA

- Bacon og brunchpølser
- Pandekager
- Smoothies
- Varm kakao
- frugtsalat

# EFTERMIDDAGSMAD

Sådan sammensætter du et godt eftermiddagsmåltid

# 02

FRUGT

GULERØDDER

KAGE

KOLD DRIK

BÅLMAD

# AFTENSMAD

Kold mad anrettet til buffet eller anrettet på bordene evt. som smurt smørrebrød.

## BRØD

- Skiveskåret rugbrød
- Knækbrød
- Hvidt brød

## FISKEPÅLÆG

Sæt lidt på bordet ad gangen, fyld op efter behov.

- Fiskefrikadeller
- Røget makrel
- Tun
- Torskerogn

## HELE STYKKER KØD

Skiver af:

- Kyllingebryst
- Svinemørbrad
- Kalvecuvette mm.

Skær lidt ad gangen. Husk, at al mad fra buffeten ikke må genbruges.

# AFTENSMAD

Kold mad anrettet til buffet eller anrettet på bordene evt. som smurt smørrebrød.

## HELE PØLSER

Vælg 2 – 3 forskellige pølser. Sæt afskårne skiver på buffeten lidt ad gangen.

## ALLE RESTER FRA HOVEDMÅLTIDET

Afhængigt af resternes karakter, kan der tilberedes en lille lun ret, eller resten kan spises kold, som den er.

## GRØNT

- Tomater
- Agurk
- Rød peberfrugt
- Radiser
- Salat, mm
- Purløg
- Karse

## LEVERPOSTEJ

## ÆG

## OST

## SMØR, PESTO, TAPENADE, REMOULADE, MAYONAISE

## VAND

Sæt vandkander på de enkelte borde. De skal fyldes flere gange.



# PASTA BOLOGNAISE

20 personer

05

## DET SKAL DU BRUGE

1 portion kødsauce	<b>Kødsauce Bolognaise</b>	5 laurbærblade
2 kg pasta penne	2 kg hakket oksekød	2 ds Tomatpure (280 g)
Olivenolie til pastaen	5 Hakkede løg	1½ spsk. Havsalt
1 portion kødsauce	10 Gulerødder i små tern	1 tsk. Peber fra kværn
200 g Revet parmesan	5 Stilke blegselleri i små tern	Olie til stegning
	2 spsk. tørret Oregano	
	6 ds. Hakkede tomater (2,4 kg)	

## SÅDAN GØR DU

- Kog pastaen al dente i rigeligt vand med salt
- (følg anvisningen på pakken)
- Varm kødsaucen
- Hæld pastaen op i en si
- Kom koldt vand over kun et øjeblik
- Kom pastaen tilbage i gryden
- Vend lidt olivenolie i pastaen så den ikke klitrer sammen

Server pastaen med kødsauce, revet parmesanost og grøntsagsstænger.

# PASTA BOLOGNAISE

20 personer

05

## KØDSAUCE BOLOGNESE

### SÅDAN GØR DU

- Kom olie i en stor gryde
- Kom løgene i gryden og steg dem til de er klare
- Kom kødet i gryden og steg til kødet er brunet
- Kom gulerødder, blegselleri, hakkede tomater, oregano, salt og peber i.
- Bring gryden i kog og lad den koge i ½ time
- Tilsæt evt. lidt bouillon eller vand undervejs så den ikke brænder på
- Smag på saucen og tilsæt tomatpure og mere salt og peber.

Kødsaucen bruges til Pasta Bolognaise og Lasagne

# OKSEBOLLER MED TOMATSAUCE OG BULGUR

20 personer

## DET SKAL DU BRUGE

### Okseboller

2 kg hakket oksekød  
5 små løg  
1 bt. frisk koriander  
1 bt. frisk persille  
5 tsk paprika  
5 tsk knust spidskom-  
men  
5 tsk havsalt  
1½ tsk peber fra kværn

### Tomatsauce

8 kg tomater eller 8-9  
dåser hakkede tomater  
4 løg  
5 tsk paprika  
1 tsk knust chili  
½ tsk safran  
300 g smør  
3 dl hakket bredbladet  
persille

havsalt

peber fra kværn

### Bulgur

2 kg bulgur  
2 l vand  
4 bundter forårsløg  
2 store bundter koriander  
1½ spsk salt

## OKSEBOLLER

### SÅDAN GØR DU

- Pil og hak løgene fint
- Hak krydderurterne fint.
- Rør oksekødet med løg, krydderurter og krydderier.
- Krydr med salt og peber.
- Lad kødet hvile 1 time.
- Form farsen i hånden til små kødboller.

# OKSEBOLLER MED TOMATSAUCE OG BULGUR

20 personer

## TOMATSAUCE

### SÅDAN GØR DU

- Hvis du bruger friske tomater så del hver tomat i otte dele.
- Smelt smørret i en sauterepanden.
- Kom tomaterne i sammen med de øvrige ingredienser, bortset fra persillen, og bring det til at småkoge
- Mens tomatsaucen småkoger, kommes de rå kødboller ned i tomatsaucen.
- Rør ikke i gryden før kødbollerne er faste; men ryst gryden så kødbollerne kommer ned i saucen.
- Skyl og hak persillen.
- Når kødbollerne er færdige efter ca. 15 minutter og saucen kogt ind, røres persillen i.
- Smag saucen til med krydderier (paprika, chilli, salt og peber)

## BULGUR MED FORÅRSLØG OG KORIANDER

### SÅDAN GØR DU

- Kog bulguren i vand med salt i 15 minutter under låg
- Lad bulguren trække 5-10 minutter til den er færdig
- Hak forårsløg og koriander og bland i bulguren

# FRIKADELLER MED BAGT SPIDSKÅL OG NYE KARTOFLER

# 07

20 personer

## DET SKAL DU BRUGE

2 kg Hakket svinekød, Hakket kylling eller Hakket kalvekød	200 g. hakkede skalot- teløg Ca. 10- 12 dl mælk	2 usprøjtede citroner 4 dl vand 125 g smør
1½ spsk. salt 2 tsk. Peber fra kværn 4 usprøjtede citroner	4 dl hvedemel Smør eller olie til stegning	<b>Kartofler</b> 4½ kg kartofler Vand og havsalt
4 spsk. Hakket frisk salvie 4 æg	<b>Bagt spidskål</b> 4 spidskål	

## FRIKADELLER

### SÅDAN GØR DU

- Rør kødet sammen med salt
- Vask citronerne og riv den
- Skyl salvien og hak den
- Pil og hak løgene fint
- Rør mel, peber, citronskal, salvie, æg og finthakket skalotteløg sammen med kødet
- Tilsæt mælken lidt af gangen
- Lad farsen hvile i køleskabet ca. 10 minutter
- Tilsæt mere væske hvis farsen bliver for fast

Stegning: Kom fedtstof på en varm pande og lad det bruse af

Form farsen med en ske til 60 frikadeller og sæt dem på panden

Brun frikadellerne 2 minutter på hver side ca. 4 minutter i alt  
Skrud ned til middel varme

Vend - og steg frikadellerne ca. 4 minutter på hver side, 8 minutter i alt, til de er gennemstegte.

# FRIKADELLER MED BAGT SPIDSKÅL OG NYE KARTOFLER

07

20 personer

## BAGT SPIDSKÅL

### SÅDAN GØR DU

- Skyl spidskålen og fjern evt. de yderste blade
- Del spidskålen i 1/6 og fjern stokken
- Læg spidskålen i en bradepande
- Riv den gule citronskal og drys den over spidskålen
- Pres citronerne og bland citronsaft og vand
- Dryp vand og citronsaft over spidskålen
- Del smørret i små toppe og fordel det over spidskålen
- Drys med salt og dæk med alufolie
- Bag spidskålen i ovnen ved 175 grader i ca. 10 - 15 minutter

## KOGTE NYE KARTOFLER

### SÅDAN GØR DU

- Skrub kartoflerne rene men lad skrællen være
- Kom kartoflerne i en gryde og dæk med vand
- Tilsæt salt og kog til de er møre ca. 15-20 minutter

# KOFTE MED TZAZIKI OG KARTOFFELBÅDE

08

20 personer

## DET SKAL DU BRUGE

2 kg hakket oksekød  
6 løg fintrevet  
8 fed hvidløg  
4 æg  
4 dl rasp  
5 tsk salt  
4 tsk. Paprika

3 tsk. Spidskommen  
1 dl hakket persille

### Tzatziki

½ l græsk yoghurt 10%  
4 agurker  
2-3 fed hvidløg

Havsalt  
Peber fra kværn  
Olie til stegning

### Kartoffelbåde

20 bagekartofler eller 5  
kg store skrællekartofler

## KOFTE

### SÅDAN GØR DU

- Bland oksekødet med løg, hvidløg, rasp, salt, paprika, spidskommen, persille og æg
- Ælt det godt sammen og lad det hvile ½ time i køleskabet
- Tag farsen ud og form den i små aflange frikadeller
- Steg kofterne i olie på alle sider

# KOFTE MED TZAZIKI OG KARTOFFELBÅDE

20 personer

08

## TZAZIKI

### SÅDAN GØR DU

- Vask agurkerne
- Skær agurkerne i små tern
- Smag yoghurten til med hvidløg, salt og peber
- Bland agurk og yoghurt og stil den koldt

## KARTOFFELBÅDE

### SÅDAN GØR DU

- Vask kartoflerne godt og udskær dem i grove både med skræl
- Kog kartoffelbådene i 7 minutter i vand
- Hæld vandet fra og kom lidt olie i gryden og vend kartoffelbådene rundt
- Fordel kartoffelbådene på bageplader med bagepapir
- Drys med salt og bag dem i ovnen ved 175 grader i 25-30 minutter



# BOLLER I KARRY

20 personer

09

## DET SKAL DU BRUGE

### Kødfars

2 kg hakket svinekød  
eller blandet svin og kalv  
6 tsk salt  
4 dl mel  
5 æg  
2½ dl finthakket løg  
(brug foodprocessor)

ca. 1 l. mælk

### Karrysovs

5 hakket løg  
5 æbler i små tern  
125 g smør  
15 spsk. mel  
5 spsk. karry

3 l. kogelage fra kød-  
bollerne

Evt. ½ l piskefløde eller  
kokosmælk

### Ris

2 kg Jasmin ris

## SÅDAN GØR DU

- Rør kødet sejt med salt
- Tilsæt mel , æg og løg
- Rør farsen og tilsæt mælken lidt af gangen
- Lad farsen hvile 30 minutter i køleskabet
- Hæld 5 liter vand i en gryde og bring det i kog
- Form boller af farsen med en ske og læg dem direkte i det kogende vand
- Du kan tilberede bollerne af 2 gange
- Kog bollerne i 10-15 minutter de er færdige når de stiger op til overfladen og er faste.
- Tag bollerne op med en hulske - gem kogelagen til karrysovs

**TIP!** Du kan bruge hakket kyllingekød i stedet for svinekød hvis du synes.

# BOLLER I KARRY

20 personer

09

## KARRYSOVS

### SÅDAN GØR DU

- Smelt smørret i en gryde
- Kom løgene i og sauter dem til de er klare
- Tilsæt karry, lad det svitse lidt.
- Tilsæt mel og rør til alt smørret er opsuget
- Tilsæt kogelage lidt af gangen mens du pisker i sovsen
- Tilsæt æbleternene og kog ved svag varme i 5 minutter
- Smag til med salt og karry
- Tilsæt evt. lidt fløde eller kokosmælk
- Bollerne tilsættes og retten varmes igennem
- Server med Chutney og løse ris

## RIS

### SÅDAN GØR DU

- Kog risene efter anvisningen på pakken.
- Hvis der ikke er en anvisning:
- Bring 4 l vand i kog tilsat 1 spsk. Salt
- Tilsæt risene og kog i 10 minutter.
- Sluk og lad risene trække i 10 minutter

# LASAGNE

20 personer

10

## DET SKAL DU BRUGE

1 portion Mornay sauce  
1 portion Kødsauce  
1200 g lasagneplader  
60 g rasp

### Mornay sauce

2 l. mælk  
185 g Hvedemel  
4 dl. Vand til jævning

500 g Reven ost  
Ca 1 spsk. Groft salt  
½ tsk Peber fra kværn  
1½ tsk. Reven muskatnød

### Kødsauce Bolognaise

2 kg hakket oksekød  
5 Hakkede løg  
10 Gulerødder i små tern

5 Stilke blegselleri i små tern  
2 spsk. tørret Oregano  
6 ds. Hakkede tomater (2,4 kg)  
5 laurbærblade  
2 ds Tomatpure (280 g)  
1½ spsk. Havsalt  
1 tsk. Peber fra kværn  
Olie til stegning

## SÅDAN GØR DU

- Tilbered Bolognaise kødsaucen
- Tilbered Mornay saucen
- Læg lasagneplader, Bolognaise kødsaucen og Mornay saucen lagvis i et ovnfast fad eller bradepande
- Start og slut med Mornay saucen
- Drys lasagnen med rasp
- Bag i varm ovn ved ca. 175 grader i ca. 45 minutter – 1 time

# LASAGNE

20 personer

10

## MORNAY SAUCE

### SÅDAN GØR DU

- Kog mælken op under omrøring
- Pisk mel og vand sammen med en stavblender
- Tilsæt jævningen til mælken under kraftig piskning
- Kog sauceen i ca 5 minutter under omrøring
- Tilsæt osten og lad den smelte i sauceen
- Tilsæt muskat, salt og peber
- Kog sauceen igennem og smag til med mere salt og muskat

## KØDSAUCE BOLOGNESE

### SÅDAN GØR DU

- Kom olie i en stor gryde
- Kom løgene i gryden og steg dem til de er klare
- Kom kødet i gryden og steg til kødet er brunet
- Kom gulerødder, blegselleri, hakkede tomater, oregano, salt og peber i.
- Bring gryden i kog og lad den koge i ½ time
- Tilsæt evt. lidt bouillon eller vand undervejs så den ikke brænder på
- Smag på sauceen og tilsæt tomatpure og mere salt og peber.

# HAKKEBØF MED LØG

20 personer

11

## DET SKAL DU BRUGE

2½ kg hakket oksekød

8-10 løg

4½ kg kartofler (skrællede eller nye med skræl)

2 l kalvebouillon

100 g hvedemel

100 g smør

Smør og olie til stegning

Havsalt og peber fra kværn

### Brun sauce

2 l kalvefond

100 g Hvedemel

100 g Smør

Kulør

Salt og peber

### Kartofler

4½ kg kartofler

Vand og havsalt

## SÅDAN GØR DU

- Pil løgene og skær deem i tynde skiver
- Steg løgene bløde og stil dem tilside
- Del kødet i 20 dele og form til bøffer
- Krydr bøfferne med salt og peber
- Brun bøfferne på begge sider ved høj varme
- Steg dem færdige ved svag varme til de er gennemstegte
- Hold evt. bøfferne varme i ovnen ved 100 grader, dæk med alufolie så de ikke bliver tørre (hold højest bøfferne varme på denne måde i 15-20 minutter)
- Steg løgene igen på panden
- Anret bøfferne og fordel løgene på bøfferne

Server bøfferne med brun sauce, kogte kartofler og syltede asier

# HAKKEBØF MED LØG

20 personer

11

## BRUN SAUCE

### SÅDAN GØR DU

- Smelt smørret i en tykbundet gryde
- Tilsæt mel og rør det sammen med smørret
- Tilsæt kalvebouillon mens du pisker godt bring i kog under piskning
- Lad saucen koge igennem 5-10 minutter, husk at piske
- Smag til med salt og peber
- Kom evt. kulør i

**TIP!** Jo bedre kalvebouillon du bruger jo bedre bliver saucen. Du kan købe udmærkede bouillonpulvere i storkøbsstørrelse

## KOGTE NYE KARTOFLER

### SÅDAN GØR DU

- Skrub kartoflerne rene men lad skrællen være
- Kom kartoflerne i en gryde og dæk med vand
- Tilsæt salt og kog til de er møre ca. 15-20 minutter

# FLADMAST HANE

20 personer

20

## DET SKAL DU BRUGE

4 hanekyllinger (1400 g)	Havsalt
4 kg rodfrugter(gulerøder, selleri, persillerod, løg og porrer)	Peber fra kværn
2 bundter persille	Lidt rapsolie til kyllingen og rodfrugterne

## SÅDAN GØR DU

- Vask og skræl rodfrugterne og skær dem i mundrette stykker
- Kom rodfrugterne i et stort ildfast fad - hæld lidt olie ved, og vend dem rundt
- Krydr med salt og peber
- Skær rygbenet af kyllingerne
- Tryk kyllingen flad og læg den ovenpå rodfrugterne
- Pensl kyllingen med olie og drys med salt
- Sæt fadet i ovnen ved 180 grader i ca. 1 1/4 time
- Mærk om kyllingen er færdig (kyllingen skal være gennemstegt)
- Skær hver kylling i 8-10 stykker og drys med grovhakket persille

Server med godt brød eller nye kartofler

**TIP!** Du ser at kyllingen er gennemstegt når du stikker i den og saften der kommer ud er helt klar som vand eller du kan bruge et stiktermometer og måle at temperaturen er 75-80 grader

# HONNINGMARINEREDE KALKUNSPYD MED BYGRISOTTO

# 21

20 personer

## DET SKAL DU BRUGE

3 kg kalkunbryst

8 spsk. honning

2½ dl. soya

Havsalt

Peber fra kværn

### Bygrisotto

8 bananskalotteløg

3/4 dl koldpresset rap-  
solie

900 g perlebyg

3/4 l æblemost

3 l hønsefond

(kan erstattes med vand)

## SÅDAN GØR DU

- Skær kyllingebrystet ud i tern 3x3 cm.
- Rør honning og sojasauce sammen
- Kom kyllingestykkerne ned i skålen og lad det marinere tildækket i 30 minutter
- Sæt kyllingestykkerne på træspyd
- Steg kyllingestykkerne i ovnen på en rist i 10 min på hver side, de skal være gennemstegte
- Krydr med salt og peber



# HONNINGMARINEREDE KALKUNSPYD MED BYGRISOTTO

21

20 personer

## BYGRISOTTO

### SÅDAN GØR DU

- Kom byg i en sigte og skyl den under rindende vand, indtil vandet ser klart ud.
- Hak skalotteløg fint og steg det af ved svag varme så det bliver glasklart.
- Tilsæt perlebyg og rør rundt så det steger med i et minuts tid.
- Hæld most i og lad det koge ind, til det meste er fordampet.
- Tilsæt hønsefond og lad det simre i 20 minutter til byggen er mør og cremet.
- Smag til med salt og peber.

# KYLLINGESALAT

20 personer

22

## DET SKAL DU BRUGE

4 kyllingebryst	2 tsk. Karry
500 g. champignoner	1½ tsk. Salt
8 stilke bladselleri	peber
10-12 grønne asparges	
7 dl. Cremefraiche 18%	
3 dl. Skyr	

## SÅDAN GØR DU

- Kog kyllingebrysterne i letsaltet vand i ca. 15 minutter.
- Tag kyllingebrystet op og afkøl det.
- Skær kyllingebrystet i små tern.
- Rens og skyl champignonerne og skær dem i skiver.
- Skyl bladsellerien og skær dem i tynde skiver.
- Knæk det nederste af aspargesene og skær dem i små stykker.
- Bland kyllingekødet og grøntsagerne i en skål.
- Rør cremefraiche og skyr sammen i en lille skål.
- Smag til med karry, salt og peber.
- Hæld dressingen over kyllingen og grøntsagerne og rør rundt.
- Opbevares i køleskabet i en tætsluttende boks

# KYLLING MED PESTO OG TOMATSALAT

# 23

20 personer

## DET SKAL DU BRUGE

1,250 kg pasta

10 pæne kyllingebryst

3 gl pesto

3 økologiske citroner

10 fed hvidløg

3 dl god olie

salt og peber

### Tomatsalat

18 tomater

2 rødløg

Citronsaft af den sidste citron fra  
kyllingeretten

God olie

Evt. feta

## SÅDAN GØR DU

- Kog en stor gryde vand til pastaen. Brug evt. en kogekedel.
- Skær kyllingebrystet ud i mindre skiver
- Pil og hak hvidløgene fint
- Riv den gule skal af citronen og pres saften ud af de to citroner
- Steg kylling og hvidløg
- Tilsæt citronskal, citronsaft og pesto
- Smag til med salt og peber
- Kog pastaen. Følg anvisningen på pakken. Hæld vandet fra og vend kyllingestykkerne med pestoen i pastaen.

Server med tomatsalat.

# KYLLING MED PESTO OG TOMATSALAT

20 personer

23

## TOMATSALAT

### SÅDAN GØR DU

- Skyl tomaterne og skær dem i skiver
- Pil rødløgene og skær den i fine ringe
- Anret på et fad, dryp med citron og olie, og pynt evt. med feta.

# STEGT KYLLING

20 personer

24

## DET SKAL DU BRUGE

5 kg nye kartofler  
(kog dem med skræl)

5 ferske kyllinger  
1 l vand  
salt og peber

½ l piskefløde  
2 ss maizenamel  
Evt. ribsgele.

## SÅDAN GØR DU

- Halver kyllingerne
- Gnid dem med salt og læg dem på en rist med en bradepande under med vand
- Steg dem 45min.
- Hæld stegeskyen fra i en gryde og steg kyllingerne endnu 15 min
- Tjek, at de er velstegte, ved at løsne et lår og se klar kødsaft.
- Skær kyllingen i mindre stykker før serveringen.
- Rør maizenamelet ud i fløden
- Kog stegeskyen op
- Pisk fløden med maizenamel i
- Smag saucen til med salt og peber og evt. ribsgele.
- Brug evt. kulør.

# FISKEFRIKADELLER MED REMOULADE

# 30

20 personer

## DET SKAL DU BRUGE

2 kg torskefilet eller  
mørksejfilet  
4 små løg  
5 tsk havsalt  
1 tsk hvid peber  
10 spsk hvedemel  
8 æg  
8 dl piskefløde

### Remoulade

500 g syltede drue  
agurker  
500 g syltede asier  
250 g løg  
2 dl hakket friske  
krydderurter  
(kørvel, dild, purløg ell. persille)  
5 spsk. mayonnaise  
6-7 dl. græsk yoghurt 10%

ca. 4-5 tsk. karry

### Mayonaise

2 pasteuriserede ægge-  
blommer  
2 tsk Dijonsennep  
2 tsk citronsaft  
1½-2 dl olivenolie  
Sukker  
Havsalt

## SÅDAN GØR DU

- Kom torskefilet og løg i en foodprocessor eller kødhakkemaskine og hak det groft. Du kan også hakke det med en kniv.
- Kom farsen op i en skål og tilsæt salt og rør med en grydeske til farsen er sej.
- Tilsæt æggene et af gangen.
- Tilsæt mel og fløde lidt af gangen, til farsen har en passende konsistens.
- Tilsæt peber, og lad farsen hvile ½ time.
- Varm en stegepande op med lidt olie og smør og steg farsen som fiskefri kadeller ca. 4 minutter. på hver side.

**Tip!** Du kan komme krydderurter i farsen.

Fiskefrikadellerne kan serveres med remoulade og pillekartofler eller rugbrød. Lidt citronsaft på fiskefrikadellerne smager også godt.

# FISKEFRIKADELLER MED REMOULADE

# 30

20 personer

## REMOULADE

### SÅDAN GØR DU

- Pil løget.
- Skyl og hak krydderurterne.
- Skær agurker, asier og løg i små tern og kom dem i en skål.
- Tilsæt mayonnaise, yoghurt og krydderurter.
- Smag til med karry, salt og peber.

Hvis man ønsker en mere mager remoulade, kan mayonnaisen erstattes af yoghurt og omvendt, hvis du ønsker en federe remoulade, skal du bruge mere mayonnaise.

## MAYONAISE

### SÅDAN GØR DU

- Ingredienserne og køkkengrej skal have stuetemperatur.
- Kom æggeblommen i en skål.
- Rør Dijonsennep, citronsaft og en knivspids salt i.
- Pisk olivenolien i, først meget lidt ad gangen, så resten til det får mayonnaise konsistens.
- Smag til med salt, peber, citron og sukker.

# BAGT LAKS/ØRRED MED BLÅ BIRKES, KARTOFFELBÅDE OG SAUCE VERTE

# 31

20 personer

## DET SKAL DU BRUGE

2 kg Ørred- eller laksefilet  
uden ben; men med skind  
100 g Blå birkes

### Kartoffelbåde

20 bagekartofler eller  
5 kg skrællekartofler

### Sauce verte

2dl. Bredbladet persille  
1 dl. purløg  
2 dl. kørvel  
2 dl. brøndkarse  
1 liter cremefraiche 18%  
1 dl. citronsaft  
havsalt og peber fra kværn

## SÅDAN GØR DU

- Del laksen i 20 portioner
- Vend kødsiden i blå birkes og læg laksen med skindsiden nedad på bageplade med bagepapir
- Bag laksen ved 175 grader i 8-10 minutter

**OBS!** Vent med at bage fisken til kartoflerne er klar



# BAGT LAKS/ØRRED MED BLÅ BIRKES, KARTOFFELBÅDE OG SAUCE VERTE

# 31

20 personer

## KARTOFFELBÅDE

### SÅDAN GØR DU

- Vask kartoflerne godt og udskær dem i grove både med skræl
- Kog kartoffelbådene i 7 minutter i vand
- Hæld vandet fra og kom lidt olie i gryden og vend kartoffelbådene rundt
- Fordel kartoffelbådene på bageplader med bagepapir
- Drys med salt og bag dem i ovnen ved 175 grader i 25-30 minutter

## SAUCE VERTE

### SÅDAN GØR DU

- Kom persille, purløg, kørvel, brøndkarse og cremefraiche i en blender
- Blend, smag til med citronsaft, salt og peber

# RØGET MARKREL MED KARTOFFELSALAT

# 32

20 personer

## DET SKAL DU BRUGE

2 kg Røget makrel	3-4 bundter radisser
4 kg nye kartofler	Ca. 2 dl olivenolie
3 bundter forårsløg	2 Citroner
4 agurker	havsalt og peber fra kværn
16 stilkto­mater	1 bundt dild til drys

## SÅDAN GØR DU

- Rens og kog kartoflerne
- Lad dem køle af og skær dem i små tern
- Skyl grønsagerne og krydderurterne
- Skræl agurken og fjern kernerne og skær den i små tern
- Hak forårsløgene med top
- Del tomaterne i fire, fjern kerner og skær i små tern
- Skær radisserne i tynde skiver
- Kom det hele i skåle, bland det godt og tilsæt citronsaft og olie
- Smag til med salt og peber
- Rens makrellerne for ben og del den i portionsstykker
- Anret evt. makrelportionerne på et hjertesalatblad

Server markellen med kartoffelsalat og groft brød

# RØGET MARKREL MED KARTOFFELSALAT

20 personer

## TOMATSALAT

### SÅDAN GØR DU

- Skyl tomaterne og skær dem i skiver
- Pil rødløgene og skær den i fine ringe
- Anret på et fad, dryp med citron og olie, og pynt evt. med feta.

# FLÆSKESTEG MED SPRØD SVÆR

# 40

20 personer

## DET SKAL DU BRUGE

4½-5 kg svinekam med  
svær

5-6 laurbærblade

2-3 spsk groft salt

4 kg kartofler

2 kg færdiglavet rødkål

½ l. ribssaft

2½ l brun sauce

### Sauce

2 l. kalvefond

100 g Hvedemel

100 g Smør

Kulør

Salt og peber

### Kartofler

4½ kg kartofler

Vand og havsalt

## SÅDAN GØR DU

- Kontroller at stegen er ordentligt ridset
- Gnid stegen med salt husk ned mellem sværene
- Sæt laurbærblade mellem sværene
- Læg stegen på en rist med en bradepande under
- Hæld 1½ l vand i bradepander, hvis den koger tør under stegningen kommes mere vand ved
- Tænd ovnen på 200 grader
- Stegen skal have ca. 1½-2 timer. Stik et stegetermometer i stegen og steg til det viser 69-72 grader
- Tag stegen ud og skær sværen af, hvis den ikke er sprød så sæt den ind i ovnen ved 250 grader i 5-10 minutter. Pas på sværen ikke brænder.
- Kog kartoflerne og varm rødkålen op sammen med ribssaften

# FLÆSKESTEG MED SPRØD SVÆR

# 40

20 personer

- Skum skyen fra stegen for det meste fedt og tilsæt den til den brune sauce så den får flæskestegssmag
- Skær stegen i skiver, fjern evt. fedtkanten og de

Server med kogte kartofler og rødkål

**TIP!** Det er ren luksus hvis i serverer syltede tyttebær og asier til.

## BRUN SAUCE

### SÅDAN GØR DU

- Smelt smørret i en tykbundet gryde
- Tilsæt mel og rør det sammen med smørret
- Tilsæt kalvebouillon mens du pisker godt bring i kog under piskning
- Lad saucen koge igennem 5-10 minutter, husk at piske
- Smag til med salt og peber stegesky fra flæskestegen OG Kom evt. kulør i

**TIP!** Jo bedre kalvebouillon du bruger jo bedre bliver saucen. Du kan købe udmærkede bouillonpulvere i storkøbsstørrelse

## KOGTE NYE KARTOFLER

### SÅDAN GØR DU

- Skrub kartoflerne rene men lad skrællen være
- Kom kartoflerne i en gryde og dæk med vand
- Tilsæt salt og kog til de er møre ca. 15-20 minutter

# OVNBAGT SVINEKAM MED RODFRUGTER OG NYE KARTOFLER

# 41

20 personer

## DET SKAL DU BRUGE

3 kg svinekam uden svær  
4 kg Rodfrugter( gulerødder,  
selleri, pastinak og persillerod)  
8-10 Løg  
1 stort bundt timian

Havsalt og peber fra kværn

### **Kartofler**

4½ kg kartofler  
Vand og havsalt

## SÅDAN GØR DU

- Vask og skræl rodfrugterne
- Skær rodfrugterne i mundrette stykker
- Pil løgene og skær dem i grove stykker
- Kom rodfrugterne og løg i et stort ildfast fad eller bradepande
- Kom lidt vand ved rodfrugterne og vend dem rundt
- Krydr med salt og peber og timian
- Drys salt på svinekammen og læg den på en rist over rodfrugterne
- Sæt rodfrugter og svinekam i ovnen ved 180 grader i ca. 1½ - 2 timer
- Sæt et stegetermometer i svinekammen den er færdig når den har en kernetemperatur på 72 grader
- Tag svinekammen ud lad den hvile lidt og skær i skiver og anret skiverne på rodfrugterne

Server med kartofler

# OVNBAGT SVINEKAM MED RODFRUGTER OG NYE KARTOFLER

41

20 personer

## KOGTE NYE KARTOFLER

### SÅDAN GØR DU

- Skrub kartoflerne rene men lad skrællen være
- Kom kartoflerne i en gryde og dæk med vand. Tilsæt salt og kog til de er møre ca. 15-20 minutter

# SPRÆNGT KALVECVETTE

20 personer

42

## DET SKAL DU BRUGE

2½-3 kg kalvecuvette

2 porrer

2 gulerødder

2 fed hvidløg

### Saltlage

4 ltr. vand

800 g. salt

160 g. farin

2 spsk. Knust koriander

2 spsk. Knust rosa peber

Kviste af krydderurter

### Suppeurter

4 l. vand

2 løg

4 nelliker

2 gulerod

2 porre

20 peberkorn

### Suppevisk

salvie, timian, persillestilk og laurbær

## SÅDAN GØR DU

- Alle ingredienser til saltlage koges op og køler af.
- Kalvebrystet lægges i saltlagen i 24 timer.
- Kalvebrystet tages op af saltlagen og skylles.
- Kalvebrystet lægges i en gryde med koldt vand og koger op.
- Kødet tages op og vandet smides væk.

Alternativt kan du bede slagteren om at salte kalvebrystet når du køber det..



# SPRÆNGT KALVECUVETTE

20 personer

42

## KLAR TIL KOGNING

- Gør suppeurterne klar.
- Skræl guleroden og rens porren
- Pil løget pilles og stik nellikerne i
- Gør suppevisken klar.
- Krydderurterne samles i et stykke gaze og bindes sammen med hvidt bomuldsgarn til en "buket".
- Læg kødet i en gryde med 2 liter koldt vand, peberkorn, suppeurterne og suppevisken.
- Bring vandet i kog.
- Fjern skummet med en skummeske.
- Kog i 2 timer under låg, ved svag varme.
- Suppeurter og suppevisk fiskes op af gryden efter de 2 timer, og smides ud.
- Pil hvidløgssfeddet, og skær det i mindre stykker.
- Skræl guleroden, og skær den i mindre stykker.
- Rens poren, og skær den i mindre stykker.
- Grøntsagerne kommes ned i gryden til Kalvebrystet.
- Kog i ca. 40 minutter ved svag varme uden låg på.
- Tag kalvebrystet op af gryden og skær den i skiver.

Du kan også bruge kalvebrystet som en middagsret og servere det med grønne asparges nye gulerødder og kartofler.

# TILBEHØR TIL SPRÆNGT KALVECUVETTE

20 personer

## DET SKAL DU BRUGE

### Bagte gulerødder

3 kg gulerødder

1 bundt frisk timian

1½ dl olivenolie

### Grønne asparges

4 bundter grønne asparges

Vand og salt

### Kogte nye kartofler

4½ kg kartofler

Vand og havsalt

## BAGTE GULERØDDER MED TIMIAN

### SÅDAN GØR DU

- Vask og skræl gulerødderne
- Skær dem i mundrette stykker og fordel dem i et ildfast fad eller bradepande
- Drys med hakket timian og vend rundt med olien
- Drys med lidt salt og bag i ovnen ved 175 grader i 20-25 minutter

## GRØNNE ASPARGES

### SÅDAN GØR DU

- Knæk det nederste af aspargesene
- Kog aspargesene i kogende vand med salt i 7 minutter

# TILBEHØR TIL SPRÆNGT KALVECUVETTE

20 personer

## GRØNNE ASPARGES

### SÅDAN GØR DU

- Knæk det nederste af aspargesene
- Kog aspargesene i kogende vand med salt i 7 minutter

## KOGTE NYE KARTOFLER

### SÅDAN GØR DU

- Skrub kartoflerne rene men lad skrællen være
- Kom kartoflerne i en gryde og dæk med vand. Tilsæt salt og kog til de er møre ca. 15-20 minutter

# KARTOFFEL-PORRESUPPE MED CROUTONER

# 50

20 personer

## DET SKAL DU BRUGE

10 porrer  
12 -15 mellemstore kartofler,  
gerne Samsø bagekartofler  
4 liter grønsagsbouillon eller vand  
4 dl piskefløde  
Havsalt  
Peber fra kværn  
2 bundter purløg

### **Croutoner**

20 tykke skiver gammelt brød  
8 spsk. æbleeddike  
5 fed knust hvidløg  
10 spsk. olivenolie  
3 spsk rørsukker  
1 tsk havsalt  
Peber fra kværn

## SÅDAN GØR DU

- Rens porrerne og skær dem i skriver (kun den hvide del af porren bruges).
- Skræl kartoflerne og skær dem i terninger.
- Bring bouillon i kog i en gryde med låg.
- Kom grøntsagerne i. Læg låg på igen og skru ned for varmen. Grønsag  
erne koges i 20 minutter.
- Lad grønsager og grønsagssuppe køle lidt af.
- Blend det hele, men tag kun lidt ad gangen – ellers sprøjter det til alle sider.
- Kom suppen tilbage i gryden og varm den op.
- Kom fløden i og smag til med salt og peber.

Server kartoffel-porresuppen med klippet purløg og croutoner.

# KARTOFFEL-PORRESUPPE MED CROUTONER

50

20 personer

## CROUTONER

### SÅDAN GØR DU

- Tænd ovnen på 150 grader.
- Skær brødet i små terninger – ca. 1½ x 1½ cm.
- Rør olie, æbleeddike, hvidløg, sukker, salt og peber sammen til en marinade. Vend brødterningerne i den.
- Læg brødterningerne på en bageplade med bagepapir og rist dem sprøde i den forvarmede ovn-
- Bagetiden er ca. 15-20 minutter.

# BLOMKÅLSSUPPE

20 personer

51

## DET SKAL DU BRUGE

5 små blomkål	2½ dl piskefløde
20 håndfulde ærter eller	5 bundt persille
1kg fine frosne	5 l bouillon
10 skalotteløg	5 ss olie
8 pasteuriserede	salt og peber
æggeblommer	

## SÅDAN GØR DU

- Skyl blomkålene og skær ud i mindre buketter
- Pil løgene og skær dem ud i mindre tern
- Svits løgene i gryden
- Tilsæt bouillon
- Rør æggeblommerne ud i piskefløden, så er det klar til legering af suppen
- Kom blomkålen i når bouillon koger og lad den koge i ca. 3 min
- Kom ærterne i kog videre i 2 min
- Smag suppen til med salt og peber
- Tag suppen af varmen og rør blandingen af fløde og æggeblommer forsigtigt i
- Suppen er klar til servering med godt brød og et drys af persille.

Du kan på forhånd tilberede denne bouillon, evt. fryse den ned i mindre portioner. Alternativt kan du bruge færdigkøbt bouillon.

# GRØNÆRTESUPPE M. KARRYFLØDE

20 personer

52

## DET SKAL DU BRUGE

20 mellemstore kartofler eller 9-10 bagekartofler	bouillon)	Peber fra kværn
4 løg	2 dl frisk koriander ( kan undlades)	<b>Karryskum</b>
1200 g ærter (frosne)	4 ts spidskommen	8 dl piskefløde
4 liter bouillon	2 dl fløde	2 ts karry
(grøntsags- eller høns-	havsalt	2 ts salt

## SÅDAN GØR DU

- Skræl kartoflerne og skær dem store terninger.
- Pil løget og skær det i terninger.
- Kom kartoflerne, løg og 2½ l. bouillon i kog i en gryde med låg.
- Skru ned når kartoflerne koger og lad den koge i 15 minutter.
- Kom ærterne i gryden sammen med den sidste 1½ liter bouillon.
- Skru op for varmen. Når gryden koger skruer du ned igen og koger grøntsagerne i ca. 5 minutter.
- Tilsæt spidskommen og evt. koriander.
- Blend suppen og smag til med salt og krydderier
- Til sæt til allersidst fløden, kog igennem og sluk for gryden.

### Karryfløde

- Pisk piskefløden til samme tykkelse som yoghurt.
- Rør karry og salt i med en ske.

Servér den grønne suppe med en gul klat karryfløde i midten.  
Læg evt. et korianderblad på flødeskummet.

**Serveres med godt brød til.**

# CITRONLIMONADE

Drik til 20 tørstige børn

# 56

Ca. 3 liter færdig limonade som kan fortyndes.

## DET SKAL DU BRUGE

8 usprøjtede citroner

350 g rørsukker

2 liter kogende vand

## SÅDAN GØR DU

- Bring vandet i kog.
- Skrub citronerne grundigt. Skær dem i halve og pres saften ud.
- Kom skallerne i en stor kande eller skål med rørsukkeret og hæld 2 liter kogende vand over.
- Rør rundt til sukkeret er smeltet.
- Tilsæt citronsaften.
- Rør godt rundt. Dæk limonaden til og stil den koldt.
- Si limonaden og server den blandet med vand efter smag.



# RABARBERSAFT

Drik til 20 tørstige børn

57

## DET SKAL DU BRUGE

2. kg. Rabarber

½ l. Vand

Sukker

## SÅDAN GØR DU

- Vask rabarberne og snit dem i 2 cm. store stykker.
- Kom rabarberne og vandet i en stor gryde.
- Bring langsomt rabarberne i kog.
- Kog rabarberne ved svag varme ca. 15 min.
- Si rabarbersaften gennem et rent viskestykke.
- Mål hvor meget saft der er.
- Hæld saften tilbage i gryden.
- Tilsæt 200 g. sukker pr. ltr. Saft.
- Kog saften 5 minutter, fjern evt. skummet.
- Hæld saften på rene flasker, sæt prop på og opbevar dem i køleskabet.
- Fortynd rabarbersaften med vand inden den drikkes

# GROFT HVEDEBRØD

20 personer (4 brød)

72

## DET SKAL DU BRUGE

1 l. Koldt vand	25 g gær
2 spsk. Honning	400 g fuldkornshvedemel
30 g Havsalt	1000 g hvedemel

## SÅDAN GØR DU

- Kom vand gær og honning i en røreskål og pisk det sammen
- Hæld fuldkornsmel og salt i skålen og ælt det sammen et par minutter
- Kom hvedemelet i skålen og ælt sammen med fuld fart i 10-15 minutter
- Kom dejen i en beholder som er smurt med neutral madolie
- Kom låg på beholderen og stil den i køleskabet i ca. 24 timer
- Hæld dejen ud på et meldrysset bord
- Del dejen i 4 dele
- Form dejen til fire brød de skal ikke æltes men blot virkes op med en dejspatel
- Stil brødene på en meldrysset bageplade
- Lad brødene efterhæve i 50 minutter
- Bag brødene ved 230 C. i 20 – 25 minutter
- Brødene er færdige når de lyder ”hult” når man banker dem på undersiden.

# HAVREBRØD

20 personer

73

## DET SKAL DU BRUGE

5 dl vand	150 g havregryn
1 dl olie	200 g rugmel
½ pk gær	600 g hvedemel
3 ts salt	

## SÅDAN GØR DU

- Opløs gæren i vandet.
- Tilsæt salt og olie
- Rør havregryn i
- Kom rug- og hvedemel i og ælt godt.
- Lad dejen hæve en halv time
- Slå dejen ned og form to brød
- Hæver mindst 1 t eller natten over i køleskab
- Pensl brødet fx med yoghurt og bag det ved 200 grader i ca. 40 min

# HVEDEBRØD (LANGTIDSHÆVEDE)

# 74

2 store brød

Portionen passer til den store "Kenwood Major" røremaskine

## DET SKAL DU BRUGE

1 liter vand

25 g gær

2 spsk. salt

ca. 1,6 kg hvedemel

vand evt. mælk eller æg

til pensling

## SÅDAN GØR DU

- Hæld det næsten kolde vand i en røreskål og opløs gæren der i.
- Ælt hvedemel og salt i til en ikke for fast dej, der dog slipper røreskålen.
- Kom dejen op i en fødevarer godkendt beholder på ca 15 l der er smurt med lidt madolie.
- Sæt låg på og lad dejen hæve køligt i ca. 12-16 timer gerne 24 timer.
- Kom mel på bordet og del dejen i 2 eller 4portioner.
- Form dejen til brød
- Lad brødene efterhæve til ca. dobbelt størrelse.
- Tænd ovnen på 225 grader.
- Pensl brødene med vand, mælk eller æg.
- Rids evt. brødene i toppen med en meget skarp kniv.
- Bag brødene i ca. 35-40 minutter i den forvarmet ovn, til de er smukt gyldenbrune og lyder hult, når man banker dem på undersiden.

Hvis du bager 4 mindre brød skal de kun bages ca. 25 minutter ved 225 grader

Dejen kan også bruges til boller så deles dejen i 32 boller som bages i ca. 17-20 minutter ved 225 grader

# DURUM MORGENBOLLER

20 stk

75

## DET SKAL DU BRUGE

100 g gær  
1 l. vand  
3 spsk. havsalt.

400 g durummel  
800 g. hvedemel

## SÅDAN GØR DU

- Kom vand i en røreskål og opløs gæren
- Kom salt i skålen og rør.
- Tilsæt durumhvede og rør
- Tilsæt hvedemel og rør dejen glat. Den skal være meget blød og fugtig.
- Dæk dejen til og lad den stå ved stuetemperatur 1½ time.
- Sæt 10 boller på en bageplade med bagepapir, brug en ske.
- Sæt bollerne i en kold ovn og skru op på 225 grader.
- Bag bollerne i ca.20- 25 minutter – de skal være sprøde

Hvis du lader dejen landtidshæve natten over i køleskabet skal der kun tilsættes 50 g gær.

Når du har sat bollerne fra den langtidshævede dej på plade så lad dem efterhæve  
20-30 minutter før bagning

# SPELT KNÆKBRØD

20-25 stk.

76

## DET SKAL DU BRUGE

500 g fint speltmel

2 stk. æg

200 g vand

40 g olivenolie

8 g salt

1 æg til pensling

## SÅDAN GØR DU

- Alle ingredienser røres sammen til en ensartet dej.
- Lad dejen hvile i mindst en 1/2 time.
- Del dejen i valdnødde store portioner
- Rulles tyndt ud ,med enten rullekæp eller pastamaskine, til knæk brødsstykker.
- Pensl brødet med æggestrygelse og drys det med nigellafrø, sesam eller groft speltmel.
- Lad knækbrødet hvile i en 1/2 time.
- Bag det ved så høj temperatur som muligt (250°), til det har fået farve.
- Det tager kun ca. 4 - 6 minutter så hold øje med ovnen
- Vend knækbrødene ud på en rist.

# KOLDSKÅL

20 personer

81

## DET SKAL DU BRUGE

3 l kærnemælk

3 l tykmælk

6 æg pasteuriserede

300 g sukker

3 usprøjtede citroner

## SÅDAN GØR DU

- Pisk æg og sukker grundigt
- Riv den gule skal af citronen.
- Pres citronen.
- Kom kærnemælk, tykmælk citronskal og citronsaft ned i æggene, og rør godt.
- Sæt koldskålen i køleskabet, mindst en time.
- Spises med kammerjunkere.

Du kan også komme friske bær eller frugtkompot i din koldskål,

Hvis frugtkompotten er meget sød så spar lidt på sukkeret, du kan altid smage koldskålen til med lidt mere sukker

# RABARBERTRIFLI MED HVID CHOKOLADE

82

20 personer

## DET SKAL DU BRUGE

1 portion bagte rabarber  
1 portion hvid chokoladepåsmør  
50- 60 makroner

### Bagte rabarber

2 kg vinrabarber  
800 g sukker

### Hvid chokoladepåsmør

400 g hvid chokolade  
1 l. piskefløde

## SÅDAN GØR DU

- Knus eller bræk makroner itu.
- Fordel afdryppede bagte rabarber, makroner og hvid chokoladepåsmør på asietter eller i klare glas.
- Stil det køligt i et par timer før servering.



# RABARBERTRIFLI MED HVID CHOKOLADE

20 personer

82

## BAGTE RABARBER

### SÅDAN GØR DU

- Skær rabarberne i 2 cm tykke stykker, og læg dem i et ildfast fad.
- Drys med sukker, og dæk fadet med alufolie.
- Bag rabarberne ved 150 grader i 20 minutter.

## HVID CHOKOLADE FLØDESKUM

### SÅDAN GØR DU

- Hak chokoladen fint, og smelt den over vandbad.
- Pisk fløden til let flødeskum
- Rør lidt af flødenskummet i chokoladen, hæld blandingen i skålen med flødeskum, og vend forsigtigt rundt.

# HINDBÆR YOGHURT IS

5-6 portioner

83

Denne opskrift kan desværre ikke laves i store portioner men da det kun tager 2-3 minutter at tilberede en portion is til 5-6 personer gør vi det alligevel.

Det er vigtigt at overholde reglen med at koge bærrerne og genindfryse inden brug så ingen bliver syge.

Giv hindbær et kort opkog inden de nedfryses så du er sikker på at de ikke har bakterier med til denne dessert.

Der har desværre været bær i handelen som ikke var skyllet i helt rent vand og derfor var sygdomsfremkaldende.

## DET SKAL DU BRUGE

300 g frosne økologiske

hindbær

1½ dl piskefløde

2 dl "græsk" yoghurt 10%

saften af en ½ citron

3 spsk. flormelis

## SÅDAN GØR DU

- Kom de frosne bær i en foodprocessor eller blender
- Tilsæt fløde, yoghurt, citronsaft og flormelis
- Blend og spis isen med det samme eller sæt den i fryseren i en beholder med låg

# RABARBER SMULDREKAGE

20 stk

84

## DET SKAL DU BRUGE

20 stilke rabarber (hvis små lidt flere)

400 g rørsukker

## SÅDAN GØR DU

- Skær rabarberne i 1 cm stykker
- Bland rabarberne med sukkeret
- Kom rabarberne i en bradepande (1/1 GN)
- Dæk med smuldredej
- Bag i ca. 30-35 minutter

## SMULDREDEJ

### DET SKAL DU BRUGE

8 dl. mel

300 g smør

6 dl. rørsukker

8 dl. Reven kokos

## SÅDAN GØR DU

- Mel og smør smuldres
- Tilsæt sukker og kokos og bland godt
- Dejen skal ikke hænge sammen

Kagen smager bedst hvis den er lun men den kan bages i forvejen og eventuel lunes inden serveringen.

# TYKMÆLKSFROMAGE

20 personer

85

## DET SKAL DU BRUGE

20 Blade husblas

125 g. mandler

2 l. tykmælk

4 dl. Sukker

2 stænger vanilje

saften af 2 citroner

1 l. Piskefløde

## SÅDAN GØR DU

- Sæt husblassen i blød i koldt vand.
- Skold og smut mandlerne, og hak dem groft.
- Flæk vanillestangen og skrab vanillekornene ud med en kniv og bland dem i sukkeret
- Pisk tykmælk, sukker, vanillekorn og mandler sammen.
- Pisk fløden til flødeskum.
- Tag husblassen op med det vand der hænger ved, og smelt det i vandbad.
- Afkøl husblassen lidt ved at komme citronsaften i, og hæld den i tyk mælksblandingen.
- Når tykmælksblandingen er lige ved at stivne, vendes flødeskummet i kærnemælksblandingen.
- Gem evt. lidt flødeskum til at pynte med.
- Fromagen hældes i en skål eller portionsglas og pyntes med flødeskum.
- Server evt. syltede blomster til.

# RABARBERKAGE

20 stykker

86

## DET SKAL DU BRUGE

6 æg

400 g sukker

500 g hvedemel

120 g kokosmel 6 tsk.

Bagepulver

2 stænger vanilje

1200 g rabarber

Smør til bradepanden

Lidt sukker til drys

## SÅDAN GØR DU

- Skyl rabarberstilkene og skær dem i 1½ cm lange stykker
- Flæk vaniljestængerne og skrab kornene ud, bland med lidt sukker
- Kom vaniljekorn og alt sukkeret i en røreskål
- Kom æg i røreskålen og rør med sukkeret
- Bland hvedemel, kokosmel og bagepulver og kom det i æggemassen
- Bland rabarberstykker i dejen
- Smør en stor bradepande 1/1 GN bakke eller 2 små (25 x 35) cm
- Hæld dejen i bradepanden
- Drys med lidt sukker
- Bag kagen i 45 minutter i en forvarmet ovn ved 175 grader

# CHOKOLADEKAGE

20 stykker

87

## DET SKAL DU BRUGE

335 g mel	ede appelsiner	1 $\frac{3}{4}$ dl vand
100 g cacao	450 g blødt smør	1 $\frac{3}{4}$ dl mælk
3 tsk. bagepulver	300 g sukker	250 g mørk chokolade til
reven skal af 4 usprøjt-	4 æg	overtræk

## SÅDAN GØR DU

- Riv den gule skal af appelsinerne
- Bland mel, cacao, bagepulver og reven appelsinskal
- Rør smør og sukker til det er cremet og sukkeret er opløst
- Tilsæt æggene et af gangen, rør godt imellem hvert
- Tilsæt melet og cocoablandingen
- Tilsæt vand og mælk lidt af gangen rør godt
- Kom dejen op i 2 smurte og melede sandkageforme
- Bag kagen ved 175 grader i ca. 1 time
- Tag kagerne ud af formen og lad dem afkøle på en bagerist
- Når kagerne er kolde pensles de med smeltet mørk chokolade
- Lad chokoladen stivne inden kagen spises.

Kagen er god at gemme da den bevarer fugtigheden længe.

# DRØMMEKAGE

20 personer

88

## DET SKAL DU BRUGE

250 g sukker

4 æg

350 g hvedemel

3 tsk. Bagepulver

1½ tsk. Vanillesukker

2½ dl. Mælk

### Fyld:

250 g brun farin

110 g smør

110 g kokosmel

½ dl. mælk

## SÅDAN GØR DU

- Varm mælk og smør let op og lad det afkøle lidt
- Pisk æg og sukker skummende
- Sigt mel, bagepulver og vanillesukker sammen og rør det forsigtigt i æggemassen
- Tilsæt langsomt mælkeblandingen til dejen
- Hæld dejen i en bradepande der beklædt med bagepapir (18 x 25 cm)
- Bag kagen ved 170 grader i ca. 20 minutter. Prik i kagen med en kødnål, hvis nålen slipper let, er kagen bagt.
- Smelt smør, mælk, farin og kokosmel sammen i en gryde
- Fordel straks fyldet på kagen når den er bagt
- Bag kagen videre ved 170 grader i 7 minutter

# KANELSNEGLE

24 stk

89

## DET SKAL DU BRUGE

75 g gær

1½ dl mælk, 30 grader

140 g smør

2 æg

½ spsk. sukker

½ tsk. Salt

Ca. 500g hvedemel

### Fyld:

150 g smør

150 g mørk farin

1 spsk. Kanel

### Glasur:

125 g flormelis og lidt varmt vand

## SÅDAN GØR DU

- Opløs gæren i mælken
- Tilsæt smør, æg, sukker og salt
- Tilsæt hvedemelet lidt af gangen og ælt dejen til den er ensartet og smidig
- Lad dejen hæve et lunt sted til dobbelt størrelse
- Rør smør, farin og kanel sammen til fyld
- Del dejen i 2 stykker og rul hver stykke ud i plader på 30x25 cm
- Fordel fyldet over dejpladerne og rul dem sammen på den lange led som roulader
- Skær hver roulade i 12 lige store skiver
- Sæt sneglene på bagepapir, fold snippen ind og tryk sneglene flade
- Lad sneglene efterhæve tildækket ca. 20 minutter
- Bag sneglene ved 200 grader i ca. 8 minutter
- Rør flormelis og vand sammen til glasur og pynt sneglene når de er afkølede

Du kan lave en større portion og fryse ned. Men vent med at pynte med glasur til de er optøede og skal spises



# MAZARINKAGE

20 stykker

90

## DET SKAL DU BRUGE

250 g marcipan

250 g sukker

250 g blødt smør

250 g hele æg (ca 5)

125 g mel

300 g hindbær (kan erstattes af andre bær)

## SÅDAN GØR DU

- Rør sukker og marcipan til en blød masse
- Rør smør i dejen
- Pisk æg i dejen
- Vend mel i dejen
- Hæld dejen i en bradepande (30 x 25)
- Bages ved 175 grader i ca 35 min.
- Lad kagen blive kold.
- Skær kagen ud i portionsstykker
- Kom glasur på den kolde kage og pynt med friske bær

# ÆBLE BRADEPANDEKAGE

20 stykker

91

## DET SKAL DU BRUGE

6 æg

400 g sukker

500 g hvedemel

6 tsk. Bagepulver

2 stænger vanilje

1½ kg æbler

Lidt smør til bradepanden

50 g mandler

Lidt sukker til drys

## SÅDAN GØR DU

- Fjern kernehuset fra æblerne og skær dem i små firkanter
- Hak mandlerne groft
- Flæk vaniljestængerne og skrab kornene ud, bland med lidt sukker
- Kom vaniljekorn og alt sukkeret i en røreskål
- Kom æg i røreskålen og rør med sukkeret
- Bland hvedemel, kokosmel og bagepulver og kom det i æggemassen
- Bland æblestykkerne i dejen
- Smør en stor bradepande 1/1 GN bakke eller 2 små(25 x 35)cm
- Hæld dejen i bradepanden
- Drys med hakkede mandler
- Drys med lidt sukker
- Bag kagen i 45 minutter i en forvarmet ovn ved 175 grader.

# INDISK FLADBRØD

20 stk.

# 101

## DET SKAL DU BRUGE

1,2 kg hvedemel (20 dl)	1 dl olivenolie
4 ss bagepulver	1 l vand
2 ss salt	

## SÅDAN GØR DU

- Kom det hele i en skål og ælt grundigt.
- Del dejen i 20 lige store stykker.
- Form dem som boller og kom olie udenpå.
- Tryk bollerne flade mellem hænderne. Vælg selv facon.
- De skal være ret tynde ca. ½ cm.
- Brødene bages på en tør pande eller bradepande.
- På bradepanden kan du bage flere ad gangen.
- Når brødene begynder at blive gyldne vender du dem og bager dem færdigt på den anden side.
- Bagetid ca. 5 min på hver side.
- Vend dem evt. flere gange.

**Tips:** Du kan presse hvidløg i olien, det giver en dejlig smag til de bløde indiske brød. Drys evt. med hakket persille, når brødene er bagt.

# FYNSKE FLADBRØD

20 stk.

# 102

## DET SKAL DU BRUGE

1,2 kg fint speltmel (20 dl)

5 æg

5 dl vand

5 spsk. olivenolie

1 ss salt

## SÅDAN GØR DU

- Alle ingredienser røres sammen til en ensartet dej.
- Lad dejen hvile i mindst en 1/2 time.
- Del dejen i små stykker på størrelse med en nød
- Tryk dejen tyndt ud i hænderne eller mellem to stykker plastik eller film.
- Dejen skal gøres meget tynd
- Bag fladbrødet på begge sider på en tør pande.
- Når brødene bobler op er det på tide at vende dem.
- Vend flere gange.
- Samlet bagetid ca. 4 min
- Drys med krydderurter efter smag

# SNOBRØD

20 stk.

# 103

## DET SKAL DU BRUGE

Ca. 2,5 kg hvedemel

1 pk gær

1 ss. salt

1,5 l vand

## SÅDAN GØR DU

- Kom vand, salt og gær i en skål.
- Rør til gæret og saltet er opløst
- Kom melet i og ælt godt. Hold lidt mel tilbage, til fordelingen af snobrødene.
- Lad dejen hvile.

Find en god frisk pind. Vildskud af ask og ahorn er fremragende. Mens I leder efter gode snobrødspinde, kan I give jer tid til at iagttage områdets dyr og planter. Skær snobrødspindene af helt nede ved jorden. Udvalg et godt stykke af pinden og fjern barken i den tynde ende ca. 20 cm. Pindene kan gemmes og genbruges af andre.

Tag en god håndfuld af dejen. Rul den ud til en pølse og gør den fast i toppen af pinden. Sno nu dejen rundt om pinden, så dejen ligger helt tæt.

Find et godt sted ved bålet, hvor du ikke får røg i øjnene og hvor der er gode gløder, der må ikke være synlige flammer. Rod evt. lidt op i bålet, lad asken svæve væk og begynd nu din bagning af snobrødet.

Hold øje med det og drej pinden ofte, så brødet bliver bagt på alle sider. Det skal være smukt gyldent.

Lad det køle af før du tager det af pinden.

# HVEDETORTILLA MED HONNING, NØDDER OG BÆR

# 104

20 personer

## DET SKAL DU BRUGE

1,8 kg hvedemel (30 dl)

1 ss salt

2 ss bagepulver

2½ dl rapsolie

1 l vand

Lyng/Akaciehonning

Nødder

Årstidens bær

## SÅDAN GØR DU

- Bland alt det tørre i en skål
- Kom olien i til det gryner
- Tilsæt vand og ælt sammen til en smidig blød dej
- Del dejen i 60 små kugler
- Lad dem hvile i 15 min.
- Vend kuglerne i mel
- Tryk dem flade mellem hænderne til ca. 15 cm i diameter
- Bag tortillaen på en tør pande eller på en bradepande over bålet
- Vend dem hurtigt de skal kun bage 1 min på hver side.
- Tortillaen formes til et kræmmerhus og fyldes med friske bær efter årstiden.
- Dryp med honning og drys nødder ud over

# KÆRNEMÆLKSOST MED KRYDDERURTER

20 personer

105

## DET SKAL DU BRUGE

3 l. Gammeldags kærnemælk

6 spsk. Hakkeede krydderurter ( purløg,  
basilikum, oregano, timian m.m.)

Evt. hvidløg

1½ dl piskefløde

Havsalt

Peber fra kværn

En sigte

Et rent viskestykke

## SÅDAN GØR DU

- Hæld kærnemælken op i en gryde
- Varm kærnemælken langsomt op til ca. 80 grader den må ikke koge
- Kærnemælken skiller nu i valle og ostemasse
- Skær eventuelt kanaler så vollen kan løbe fra
- Læg viskestykket i sigten og tag forsigtigt ostemassen op i så den kan dryppe af
- Når ostemassen er afdryppet kommes den op i en skål
- Tilsæt krydderurterne og rør fløden i
- Smag til med salt og peber.

**Tip:** Vollen kan gemmes til bagning

# DAMPEDE MUSLINGER

20 personer

# 107

## DET SKAL DU BRUGE

5 kg renvaskede muslinger

5 gulerødder

5 porrer

3 løg

2 l vand med saft fra 3 citroner

½ pk smør el 1 dl god olie

3 bdt persille.

## SÅDAN GØR DU

- Skyl og vask muslingerne godt. Hvis muslingerne ikke lukker sig, kasseres de.
- Rens grønsagerne og skær dem i mindre stykker.
- Kom smørret/ olien i en stor gryde, varm op og svits grønsagerne.
- Tilsæt vand og citron, og lad det koge i ca. 10 minutter.
- Kom muslingerne i og damp dem under låg i 5 minutter til de har åbnet sig. Ryst gryden ind imellem, så dampen kommer godt rundt om muslingerne.
- Kasser de muslinger, som ikke har åbnet sig efter dampningen.
- Skyld og hak persillen
- Kom persillen i lige før muslingerne skal spises.

**Tip:** Server et godt stykke brød til.



# HURTIGTSTEGTE GRØNTSAGER

20 personer

# 109

## DET SKAL DU BRUGE

Et fed hvidløg	15 – 20 jordskokker	Olivenolie
9 røde chilier	5 rødløg	Havsalt
5 bundt forårsløg	5 rød peberfrugt	Peber fra kværn
2 savoykål eller spidskål	12 gulerødder	5 dl hakkede krydderurter

## SÅDAN GØR DU

- Alle grøntsagerne vaskes, skrælles og skæres ud i tynde strimler.
- Hvidløg hakkes og chilien befries for kerner og hakkes.
- Kom olie i en tykbundet gryde og varm den op over bålet
- Kom hvidløg, chili og savoykål i gryden og svits det i et minut.
- Tilsæt de øvrige grøntsager og steg i 4 – 5 min.

Retten kan spises som selvstændig ret med godt brød eller bruges som tilbehør til fiske- og kødretter.

# STEGTE GRØNTSAGER

20 personer

110

## DET SKAL DU BRUGE

Du skal bruge 4 kg i alt af:

- Kartoffler
- Persillerod
- Rødbeder
- Pastinak

- Blå birkes
- Sesamfrø
- Havsalt
- Peber fra kværn

## SÅDAN GØR DU

- Skræl grøntsagerne og skær dem ud i skiver ca. 3 mm tynde
- Kom dem i en stor skål og hæld lidt olie hen over
- Vend dem rund til de er smurt ind i olie over det hele
- Rist dem lidt ad gangen over bålet i en pande eller på en plade.
- Vend dem undervejs
- Når de næsten er færdige drysses med blå birkes og havsalt
- Vend et par gange så de blå birkes fordeler sig

Du kan vælge kun at bruge en af grøntsagerne eller flere sammen.

I stedet for blå birkes kan du vælge at drysse med sesamfrø eller nøjes med salt.

**Tip:** Du kan spise dem som de er eller give dem et par dråber balsamico.

Du kan også vælge at skære grøntsagerne i stave. De skal så stege længere tid, stik i dem for at se om de er færdige.

# TYKKE BLÅBÆRPANDEKAGER

20 personer

111

## DET SKAL DU BRUGE

5 store æg	1 ss bagepulver	Rapsolie
2 spsk. smeltet smør	1 stor ts natron	En god mængde blåbær
1,2 l kærnemælk	1 ss sukker	
900 g hvedemel (15 dl)	1 ts salt	

## SÅDAN GØR DU

- Pisk ægget sammen
  - Rør sukker, salt, smør og kærnemælk i
  - Bland mel, bagepulver, natron sammen
  - Kom det i dejen
  - Hæld lidt rapsolie på panden.
  - Hæld ca. 1 dl dej på til hver pandekage.
  - Kom en lille håndfuld blåbær på før du vender pandekagen
  - Bag ca. 3 min på hver side.
- Server straks med et drys rørsukker, akaciehonning eller lunet dansk honning.  
Husk olie til hver pandekage

**Tip:** Du kan vælge andre bær efter årstid og udbud.

# BYG RISOTTO

20 personer

# 112

## DET SKAL DU BRUGE

8 bananskalotteløg

3/4 dl koldpresset rapsolie

900 g perlebyg

3/4 l æblemost

3 l høsefond

(kan erstattes med vand)

## SÅDAN GØR DU

- Kom byg i en sigte og skyl den under rindende vand, indtil vandet ser klart ud.
- Hak skalotteløg fint og steg det af ved svag varme så det bliver glasklart.
- Tilsæt perlebyg og rør rundt så det steger med i et minuts tid.
- Hæld most i og lad det koge ind, til det meste er fordampet.
- Tilsæt høsefond og lad det simre i 20 minutter til byggen er mør og cremet.
- Smag til med salt og peber.