

FD Fernes **STORE** **KOGEBOG**



FRIVILLIGT
DRENGE- OG PIGE-
FORBUND

Forord

I dette dokument finder du en samling af opskrifter, der blev oprettet som en del af onlinesamlingen *kogebogen* i 00'erne og 10'erne og har ligget tilgængeligt på FDF.dk lige siden.

I forbindelse med opdateringen af FDF.dk i 2024 har vi valgt at *kogebogen* ikke skal fortsætte i sin nuværende form, men i stedet gøres tilgængeligt i dette dokument.

Vi vil gøre opmærksom på, at størstedelen af indholdet ikke er blevet redigeret eller opdateret i forbindelse med denne samling.

Vi har dog valgt at gøre materialet tilgængeligt som et historisk dokument, man kan lade sig inspirere af.

FDFs Legeudvalg 2024

Indholdsfortegnelse

"Æblesne"	9
Abemad	10
Abrikos i svøb	11
Afbagt grundsovs	12
Aioli – fransk hvidløgsmayonnaise.....	13
Amerikanske pandekager	14
Ananasfromage	15
Angel on a horseback.....	16
Appalam	17
Appelsinkaffe.....	18
Appelsinkage	19
Asiatisk salat	20
Asiatiske fiskedeller	21
Aubergine salat	22
Bagt torskefilet.....	23
Bagte rødbeder.....	24
Bagte æbler	25
Bananbeignets med karamelsauce	26
Bananbåd	27
Blinis	28
Boller (40 stk).....	29
Boller bagt på Trangia	30
Boller i karry	31
Bondepiger med slør	32
Bouillabaisse.....	33
Bouillonfondue	34
Braiseret kalveskank med stegte jordkokker	35
Brombær braiseret nakkefilet.....	36
Brombærtærte.....	37
Brun sovs med meljævning.....	38
Brun sovs med opbagning.....	39
Brunede kartofler.....	40
Brunsviger	41
Brændende kærlighed.....	42
Brændenælde suppe	43
Brødcroutoner	44

Bulgur salat.....	45
Bulgursalat med abrikoser og pinjekerner.....	46
Bulgursalat med parmaskinke.....	47
Butterdej.....	48
Butterdejsstænger med champignon.....	49
Bøgesalat med tusindfryd.....	50
Børnepizza.....	51
Caffé latte.....	52
Café-nødder Union square.....	53
Champignonpaté.....	54
Chappati.....	55
Chokoladecrépes med chokoladesauce.....	56
Chokoladefondue.....	58
Chokoladekage.....	59
Chokoladetrøfler.....	60
Couscous.....	61
Couscous med rejer.....	62
Crème Anglaise.....	63
Dampet rødtunge med kinareje og kaviar.....	64
Dampet ørred.....	65
Den hurtige.....	66
En kop ægte varm chokolade.....	67
Fiskefad.....	68
Fiskefrikadeller.....	69
Fladbrød (15 stk).....	70
Flute.....	71
Flæske pandekage.....	72
Flødestuede svampe.....	73
Franskbrød (4 stk).....	74
Frikadeller.....	75
Frugtgrød.....	76
Fylt kotelet.....	77
Fylde okseroulader.....	78
Fynske klatkager.....	80
Grillet ananas med hindbærkompot.....	81
Grillet jomfruhummer og kartoffel.....	82
Grillet kalkun med spidskål.....	83
Grillet tortillatærte med pære, æble og marcipan.....	84

Græsk farsbrød.....	85
Grøntsagslasagne.....	86
Grøntsagspostejer.....	87
Grøntsagssuppe	88
Guacamole	89
Gulerodskage.....	90
Hakkedrenge med tomatsalsa.....	91
Havregrød.....	92
Hein Brød	93
Himmelske pandekager	94
Hindbæris.....	95
Hirsegrød	96
Hjemmebagt pitabrød.....	97
Hjemmelavet Vaniljeis.....	98
Hjemmelavet is	99
Hjemmelavet leverpostej.....	100
Hjemmelavet rullepølse.....	101
Honningknas med pinjekerner.....	102
Hvidkåls råkost.....	103
Hvidløgskylling.....	104
Hvidløgssuppe med linser	105
Hyldeblomstdrik.....	106
Hyldebærdrik eller -suppe	107
Idly.....	108
Indbagt pølse.....	109
Indisk Dahl.....	110
Indisk couscous	111
Indisk gryde.....	112
Indisk kabob	113
Indisk the	114
Indonesisk rejesuppe	115
Is på primitiv maner	116
Jambalaya	117
Jordbærkoldskål	118
Jordnøddechutney.....	119
Jordskokkecreme.....	120
Jordstegt kalkunbryst.....	121
Jordstegt ribbenssteg.....	122

Jævnet grundsovs.....	123
Kalkun med spidskål.....	124
Kannelsnegle.....	125
Kanin med hvidløg.....	126
Karamelbær.....	127
Karameller.....	128
Karamelsauce.....	129
Kartoffel suppe.....	130
Kartoffelsalat med oliven og feta.....	131
Kartofler med røde chilier.....	132
Kikærte salat.....	133
Kofta med krydderier (kødboller med krydderier).....	134
Kokoskager.....	135
Kold tomatsalsa.....	136
Koldhævede fuldkornsflutes.....	137
Kompot af pecannødder og appelsin.....	138
Kratluskersmør.....	139
Krokodillemad.....	140
Krydret flæskesteg.....	141
Kylling i Cashewnøddesauce.....	142
Kylling i wok.....	143
Kylling tikka tikka.....	144
Kyllingebryst i kimono.....	145
Kyllingebryst med rosmarin.....	146
Kyllingegryde med risnudler.....	147
Kyllingetandoori.....	148
Kødtærte.....	149
Ladekage a la Sletten.....	150
Lam i karry.....	151
Lammekølle.....	152
Lammekølle (Pouls sommerfugl).....	153
Lammekølle på bålgrill.....	154
Langtidsbagt tomat.....	155
Langtidshævet flute med kærnemælk.....	156
Laplandsk ørred.....	157
Lerbagt kylling med fjer.....	158
Loganbrød.....	159
Lune abrikoser med mascarponecreme.....	160

Lynboller (12 stk).....	161
Mads' rabarberkompot.....	162
Marmelade	163
Marokkansk oksekød.....	164
Mars-creme	165
Medister	166
Medisterpølse.....	167
Melonsalat.....	168
Minestrone	169
Minirugbrød.....	170
Muldvarpeskud.....	171
Myntefrikadeller	172
Müsligrød.....	173
Naanbrød (15 stk).....	174
Nudler med pølse	175
Ovnbagt laks.....	176
Pandekagepakker med fyld.....	177
Pandekager	178
Pasta med auberginer	179
Pastadej.....	180
Pastasalat med bønner og tomat.....	181
Penne ala Carbonarda.....	182
Pernilles kalkun.....	183
Persillesovs	184
Pitaboller (10 stk).....	185
Pitabrød med kyllingesalat.....	186
Planket fisk	187
Popkorn	188
Prinsesseris.....	189
Puslinge snobrød	190
Pærer med Chokoladesovs.....	191
Ramsløg som tilbehør.....	192
Ratatouille.....	193
Ris a la mande med kirsebærsauce.....	194
Ris à l'amande	195
Risengrød	196
Risotto a la fromacio	197
Ristede mandler med chili og havsalt.....	198

Rodfrugter i MEGET godt selskab	199
Rodfrugter i foliebakker.....	200
Rose sorbet.....	201
Rullesteg	202
Råcreme	203
Råstegte kartofler.....	204
Rødkål.....	205
Rødvinssovs	206
Røget laks.....	207
Røget ørred	208
Røget ørred salat	209
Skaldyrssymfoni.....	210
Skovsyreost.....	211
Skovsyresuppe med forårsløg.....	212
Skvalderkålstærte.....	213
Sommerlam	214
Spaghetti carbonara	215
Spaghetti lasagne.....	216
Spaghetti og kødsovs	217
Spansk tunret.....	218
Spanske gule ærter	219
Spidskålsgryde	220
Spidstegt ananas	221
Stegt balsamico kylling med lime.....	222
Stegt peanutbutter- og banansandwich.....	223
Stegt sandart.....	224
Stegte frugter med råcreme	225
Stegte jordskokker.....	226
Stegte kalkun-/kyllingelår.....	227
Stegte nudler (mie goreng).....	228
Stegte ris (nasi goreng).....	229
Stegte ris med hvidløgsrejer.....	230
Stegte ris med rejer	231
Stegte svampe.....	232
Stegte æbler med honning.....	233
Super lynboller (15 stk)	234
Sushi	235
Svampecreme.....	236

Svampesuppe med svinekød	237
Svampesuppe rørt med gedeost.....	238
Svensk pølseret.....	239
Svinekoteletter i fennikel og ingefær	240
Svinekoteletter pakket ind i krydderhaven.....	241
Syltede hyben.....	242
Syltetøj med honning.....	243
Tanzania kylling.....	244
Tigerkage (glutenfri)	245
Toast	246
Torsk i citronsmørsauce	247
Torsk med jakke.....	248
Torskesuppe med peberrod	249
Trifli	250
Trommestikker	251
Tzatziki.....	252
Tærtedej	253
Urterisotto.....	254
Varm selleri råkost	255
Varm tomatsalsa.....	256
Vegetargryde	257
Waldorff-salat	258
Æblekage.....	259
Æblekage.....	260
Æbler m. marcipan	261
Æblerøsti.....	262
Æblestænger	263
Æg i kartoffel.....	264
Æggekage med svampe	265
Æggesalat til sandwich	266
Øllebrød.....	267
Ørred som plankefisk.....	268

"Æblesne"

Desserter trangiadesserter

En dejlig dessert med æbler.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
30 min.	4	4 styk æbler 4 spiseske sukker 1 og en halv teske stødt kanel 4 blade husblads 3 styk æggehvider

Beskrivelse:

Kog æbletern, sukker og kanel mørt og mos dem til en fin puré.

Udblød husbladsen og opløs den i den varme æblemos.

Pisk æggehviderne til stift skum og vend dem i æblemosen. Varme derfra, "bager" hviderne lidt.

Lad desserten blive helt kold inden serveringen. Drys eventuelt et lag flormelis over.

Abemad

Desserter

En lækker dessert med masser af frugter.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
10 min.	10	1 styk ananas 1 styk mango 4 styk bananer 2 styk appelsiner 4 styk æbler 4 styk pærer

Beskrivelse:

Tilbehør: Bland frugterne med råcreme eller ½ l pisket fløde.
Skær alle ingredienser i små stykker uden kerner. Bland med råcremen eller fløden.

Abrikos i svøb

Mest for sjov

Over åbent ild steges en abrikos.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
1 min.	1	1 styk abrikos 1 styk bacon

Beskrivelse:

En frisk abrikos pakkes ind i et stykke bacon og krydres med timian. En tynd pind stikkes igennem og det hele steges over åben ild.

Afbagt grundsovs

Sovse

lær at lav en grundsovs som kan bruges til mange retter.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
20 min.	10	10 deciliter væske 9 spsk mel 60 gram fedtstof

Beskrivelse:

Smelt fedtstoffet i en gryde, tilsæt melet lidt efter lidt.

Kom halvdelen af væsken i under kraftig omrøring, når det er rørt ud tilsættes resten af væsken.

Eller brug sovsejævning, fx maizena.

Almindelig maizena skal opløses i vand, inden den tilsættes væsken, der ønskes jævnet.

Efter et kort opkog er sovsen jævnet.

Maizena fås også i en udgave, der kan drysses direkte i væsken.

En hurtig men dyr løsning. Disse grundsovse kan bruges til alt.

Aioli – fransk hvidløgsmayonnaise

Andet

hjemmerør aioli er en god hvidløgs dip til grønsager med mere.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
20 min.	10	5 fed hvidløg 1 styk æggeblomme 0.5 tsk sennepspulver 1 spsk vineddike 0.5 tsk salt 2.5 deciliter olie 0.5 deciliter vand 1 smule hvid peber

Beskrivelse:

Olie og æggeblommen må ikke være for kold.

Pil og pres hvidløgene. Kom hvidløg, æggeblomme, sennepspulver, vineddike og salt i en skål.

Pisk olien i lidt ad gangen. Først dråbevis, så olien piskes helt ind i æggeblommen, så lidt mere ad gangen.

Rør vandet i til sidst, så saucen får den rette konsistens, og smag til med salt og hvid peber.

Amerikanske pandekager

Desserter - Trangiadesserter

Tag en bid af USA, med amerikanske pandekager.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
60 min.	4	250 gram mel 25 gram rørsukker 2 tsk bagepulver 1 smule salt 1 styk æg 2.5 deciliter mælk 1 spsk olie

Beskrivelse:

Sigt de tørre ingredienser i en skål, og lav en fordybning i midten. Slå ægget ud, og kom halvdelen af mælken sammen med olien og pisk kraftigt.

Dejen skal være en anelse tykkere end pandekagedej.

Kom smør på panden og lad det bruse op uden at blive brunt.

Kom klatter af dej i en cirkel på panden med en ske, pandekagerne skal være ca. 8 cm i diameter. Klatterne vendes, når undersiden er gylden og bages færdig. Kan også bages i en Blinispande .

Servér en stabel med ahorn sirup og friske blåbær

Bemærkning:

Tilbehør: Ahorn sirup og friske blåbær.

Ananasfromage

Desserter

En dejlig frisk dessert ananasfromage.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
45 min.	10	12 blade husblas 6 spiseske citronsaft 6 spiseske pasteuriserede æggeblommer 1 styk vanilje stang 100 gram flormelis 650 gram ananasterner på dåser 2 dl pasteuriserede æggehvider 5 dl piskefløde

Beskrivelse:

Tag kornene af vaniljestangen. Dryp væsken fra ananasternerne. Udblød husblasset i koldt vand. Knug den og smelt den i vandbad eller i mikroovn. Tilsæt citronsaft til husblasset. Pisk æggeblommer, flormelis og vaniljekorn skummende. Rør ananasterner i æggemassen. Rør lidt af æggemassen i husblasset. Rør husblasset i æggemassen. Pisk æggehvider og piskefløde stive hver for sig. Når æggemassen er tyktflydende, vendes flødeskum og hvider i.

Kom fromagen i serveringsskålen og stil den i køleskabet 3-4 timer.

Pynt med flødeskum, chokolade og mynte inden servering.

Laves desserten af friske ananas, er det nødvendigt at koge de rå ananasterner i vand tilsat sukker og lidt citronsaft først. Rå ananas indeholder et enzym, der nedbryder husblas. Dette enzym ødelægges efter nogle minutters kogning. Kiwi indeholder i øvrigt samme enzym.

Angel on a horseback

Mest for sjov

Lækker bacon hapser lige til at hygge over bål med.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
20 min.	10	10 styk cocktailpølser 10 styk bacon

Beskrivelse:

Rul baconen rundt om pølsen og steg det hele på en tynd snobrødspind.

Appalam

Made in India - missionsprojekt

Appalam/brød er tilbehør.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
5 min.	10	20 styk Appalam

Beskrivelse:

Appalam er en slags brød der kan spises som tilbehør til de fleste indiske retter.

Appelsinkaffe

Mest for sjov

En anderledes kop kaffe med blandt andet appelsinskal i.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
10 min.	4	2 styk økologiske appelsiner 6 dl kaffe 2 spiseske brun farin 4 dl mælk

Beskrivelse:

Bland fintrevet appelsinskal fra en appelsin med kaffepulveret i et kaffefilter og bryg derpå 6 dl stærk kaffe som sædvanlig. Tilsæt brun farin og hæld drikken op i glas. Giv mælken et opkog, pisk den skummende og fordel den i glassene. Pynt til sidst med lidt fintrevet appelsinskal øverst på skummet.

Appelsinkage

Bagning

Appelsinkage som er god til hyggelig stund.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
75 min.	10	200 gram smør 200 gram sukker 4 styk æg 250 gram mel 1 tsk bagepulver 1 deciliter appelsinsaft

Beskrivelse:

Ingredienserne blandes godt, og hældes i velsmurt form.
Bages 1 time ved 175°.

Asiatisk salat

Salater

Asiatisk salat som går godt til noget kød på grillen eller ligende.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
35 min.	10	2 styk iceberg 2 styk mango 50 gram ingefær 3 styk lime 1 smule chili

Beskrivelse:

Skær salaten i tynde strimler, mangoen i tern, riv ingefæren og tyndsnit chilien. Blandes med limesaft.

Asiatiske fiskedeller

Fisk

Dejlige stegte asiatiske fiskefrikadeller.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
15 min.	10	900 gram hakket fisk 4 dl mælk 4 styk æg 40 gram mel 40 gram kartoffelmel 1 smule hvid peber 1 styk chili 2 spiseske sojasovs 1 halvt bundt koriander 3 fed hvidløg

Beskrivelse:

Tilbehør: Ris eller nudler.

Bland fiskefarsen som til fiskefrikadeller. Tilsæt den hakkede hvidløg, chili, koriander og sojaen. Form som kødboller og steg dem i olie på en pande, ca. 4 minutter på hver side.

Aubergine salat

Frokost

Lækker frisk aubergine salat, velegnet til frokost.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
60 min.	10	1 styk aubergine 2 fed hvidløg 1 styk løg 0 bundt purløg 1 deciliter cremefraiche

Beskrivelse:

Hak purløgene.

Bag auberginen i ovnen ved 180 i ca. ½ time (til den er helt blød).

Hak auberginen.

Hak og steg løg og hvidløg.

Bland alle ingredienser.

Bagt torskefilet

Fisk

Torsk bagt i ovn med krydderurter og lime.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
45 min.	10	2000 gram torsk 0.5 bundt timian 0.5 bundt basilikum 1 styk lime

Beskrivelse:

Rens fisken indvendigt og krydder indvendigt med salt, peber, hakkede krydderurter og presset limefrugt.

Bag den i bradepande i ovn ved 220 grader, omviklet med vådt bagepapir i ca. 30 min.

Bemærkning:

Tilbehør: Stegte jordkokker og salat.

Bagte rødbeder

Andet

Rødbeder bagt på bål.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
30 min.	10	10 styk rødbeder

Beskrivelse:

Bag rødbederne direkte i gløderne, og spis dem som tilbehør til fx gryderetter eller stegt kød.

Bagte æbler

Mad i og på gløder

Bagte æbler med marcipan og nødder som laves på gløder.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
15 min.	10	10 styk æbler 200 gram marcipan 200 gram hakkede nødder

Beskrivelse:

Fjern kernehuset uden at lave hul i den anden ende. Fyld hullet ud med marcipan og nødder. Bages på gløder ca. 10 minutter.

Bananbeignets med karamelsauce

Trangiadesserter - Desserter

Dybstegte bananer med karamelsauce.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
60 min.	4	230 gram brun farin 1.25 deciliter piskefløde 100 gram smør 1 tsk bagepulver 1 styk æg 4 styk bananer

Beskrivelse:

Til karamelsaucen blandes alle ingredienser i en lille gryde og røres, indtil farinen er opløst og smørret smeltet. Bring det i kog, skru ned og lad det simre i 2 minutter.

Sigt melet ned i en skål. Lav en fordybning i midten og kom æg og danskvand i på én gang. Rør dejen glat og fri for klumper.

Varm olien op til 180 grader i en dyb, tykbundet gryde, eller indtil en brødterning bruner på 15 sekunder.

Dyp bananerne i dejen, nogle stykker ad gangen, og lad overflødig dej dryppe af.

Kom forsigtigt bananerne i olien og fritér dem i 2 minutter indtil de er gyldne, sprøde og gennemvarme. Tag dem forsigtigt op med en hulske.

Lad dem dryppe af på køkkenrulle og hold dem lune. Gentag med resten af bananerne.

Bemærkning:

Desuden: Olie til stegning og is til servering.

Servér omgående med is og karamelsauce.

Bananbåd

Mad i og på gløder

Fyld en banan og læg den i gløderne på bålet.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
15 min.	10	10 styk bananer 10 skiver pålægschokolade 10 teske brun farin

Beskrivelse:

Snit med en kniv så den øverste del af bananskrællen kan tages af. Snit ned i bananen uden at ødelægge skrællen. Fyld bananen med farin og chokoladen. Bages i gløder med skrællåget på i ca. 10 minutter.

Blinis

Forretter

Dejlige blinis er perfekt til en forret, kan også spises til frokost.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
45 min.	6	100 gram hvedemel 100 gram boghvedemel 0.5 tsk bagepulver 0.5 tsk groft salt 1.5 deciliter yoghurt naturel 1 tsk honning 1.1 deciliter vand 2 styk æggeblommer 2 styk æggehvider 0.5 spsk smør

Beskrivelse:

Rør melet sammen med bagepulveret.

Kom salt, vand, yoghurt naturel, honning og æggeblommer i, og rør det godt sammen, så det bliver til en tyk grød.

Dæk det til og stil det et lunt sted i 1 time.

Pisk hviderne helt stive, og vend det i dejen med lette tag, sammen med det smeltede smør.

Dejen skal være ret tyk.

Bag til små blinis (små tykke pandekager) – du skal bruge ca. 1 spsk. dej til hver blinis.

Boller (40 stk)

Bagning

Lækre boller.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
55 min.	10	10 dl vand 1 pakke gær 1800 gram mel 1 spiseske salt 1 spiseske sukker 1 dl olie

Beskrivelse:

Denne grundopskrift kan bruges til snobrød, franskbrød, flute og kuvertbrød:

Olien kan erstattes af 100 gram margarine.

Vandet skal være håndvarmt.

Start med at opløse gæren i vandet, tilsæt derefter halvdelen af melet så det bliver til en lind grød. Tilsæt salt, sukker og fedtstof. Bland godt og tilsæt resten af melet. Ælt dejen rigtig godt i nogle minutter.

Lad dejen forhæve i ca. 30 minutter, form bollerne og lad dem efterhæve i 30 minutter.

Bages ved 190-200 i 15 minutter.

Boller bagt på Trangia

Trangiadesserter - Bagning

Boller bagt på traangia, er en god mad på tur.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
??? min.	4	20 g gær 4 spsk mælk 40 g smør 20 g sukker 0,25 tsk salt 1 æg 200 g mel

Beskrivelse:

Mælk, smør, sukker og salt smeltes, afkøles til 'lillefinger' temperatur gær opløses heri. Æg og mel tilsættes, og det hele æltes godt.

Llad dejen hæve ca. 10 min og form dejen til boller.

Sæt Trangia-brænderen på lavt blus og bag bollerne på panden.

Ovenpå lægges en omvendt pande, hvorpå håndtaget sidder under bagningen for at skabe ventilation.

Bages ca. 12 minutter måske lidt mere. Vendes hver 3. minut.

Bemærkning:

HUSK! Håndtaget bliver varmt.

Panden kan erstattes med den store gryde, hvis man ikke har en ekstra pande – så er der bare plads til en mindre portion og det er sværere at styre varmen, som let bliver for høj.

Bemærkninger: At bage boller på Trangia er en kunststart som kun få behersker til fulde - det kræver øvelse og håndelag. Men når du kan, er du den populæreste i kredsen! Put evt. et stykke chokolade i midten af bollerne inden de bages.

Boller i karry

Køddretter

Dejlige kødboller lavet af hakket svinekød til boller i karry.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
25 min.	10	1000 gram hakket svinekød 1 styk æg 1 styk løg 3 teske salt 5 dl mælk 125 gram mel 1 smule karry

Beskrivelse:

I stedet for mælk kan bruges vand.

Tilbehør: Ris

Bland æg i farsen, så løg, salt, peber, vand til sidst mel lidt efter lidt.

Bring ca. 1½ l vand i kog med lidt salt.

Form farsen med en ske til runde boller.

Kog dem i vandet i ca. 6 min.

Når alle kødboller er færdige sigtes vandet og laves til sovs tilsmagt med karry. Se grundsovse.

Bondepiger med slør

Desserter trangiadesserter

En dessert med dejlige madæbler.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
45 min.	4	250 gram rugbrød 1 spiseske olie 25 gram sukker 1 halvt kilo madæbler 50 gram sukker 1 halv dl piskefløde 2 dl fromage frais 1 spiseske sukker 1 smule ribsgele

Beskrivelse:

Rugbrødet rives og svitses i olie og sukker på panden, til det er sprødt. Blandingen spredes ud på et fad og afkøles. Madæblerne skrælles og skæres i mindre stykker, som koges sammen med sukker og en smule vand til grød. Derefter smages æblegrøden til og afkøles. Det svitsede rugbrød og æblegrøden lægges skiftevis i lag i portionsglas. Det pyntes med flødeskummet, der er vendt med fromage frais og smagt til med sukker. Det hele pyntes med ribsgele.

Bouillabaisse

Supper

Bouillabaisse er en fiskesuppe, der kommer fra Provence.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
120 min.	10	8 styk tomater 8 styk bladselleri 6 styk porrer 2 styk løg 6 styk bagekartofler 6 fed hvidløg 2 styk laurbærblade 0.5 bundt timian 1 tsk safran 3 spsk olie 40 deciliter vand 1 bundt persille 3000 gram fisk og skaldyr

Beskrivelse:

Skær løg, bladselleri og porrer i små tern.
 Skær bagekartoflerne i tern.
 Hak hvidløgene.

Kom alle ingredienser i gryden undtagen persille, fisk og skaldyr.
 Bring det i kog og kog kraftigt i 20 min. eller til kartoflerne er møre. Smag til med salt og peber og kom fisk og skaldyr i suppen og bring den i kog.
 Skum suppen af med en ske og lad den koge i 10-12 min.
 Tag fisk og skaldyr op og anret dem på et fad. Drys med lidt af persillen. Kog suppen op med resten af persillen og smag til med salt og peber.
 Man kan komme fisken i suppen eller spise den ved siden af.

Bemærkning:

Tilbehør: Aioli og flutes.

Bouillonfondue

Natmad

Varighed	Deltagere	Ingredienser
??? min.	10	30 dl hønsebouillon 1000 g blandet mørt kød i tern (gris, kylling, kalkun, kalv og lam) 5 stk gulerødder 2 stk løg 20 stk små tomater 1000 g champignon 1 stk salathoved

Beskrivelse:

Lav eventuelt hønseboullonen selv.

Rens alle grøntsagerne og skær gulerødderne i skiver, halvér champignonerne og skær løgene i både.

Varm boullonen op i fonduegryder og pladser dem på spisebordet, så alle kan nå.

Fungerer nu som en almindelig fondue, bare ved at koge i stedet for at stege.

Mariner eventuelt kødet.

Tilbehør: Lidt salat.

Braiseret kalveskank med stegte jordskokker

Okse- og kalvekød

lækker gryderet vserveret med jordskokker og råkost.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
120 min.	10	10 styk kalveskank 5 fed hvidløg 2 styk porrer 2 styk løg 1 styk citron 1 bundt persille 3 styk bouillonterninger

Beskrivelse:

Skær marven ud, hvis der er noget. Steg skankerne ved høj varme, sammen med snittet porre, løg og hakket hvidløg.

Tilsæt vand og bouillonterninger.

Koges mindst 1½ time til kødet er mørt.

Tag kødet op, hold det varmt.

Pisk i fonden med et piskeris indtil urterne er pisket så meget ud, de kan.

Steg marven i tern på 1x1cm på en meget varm pande.

Efter 2 min tilsættes citronsaft og hakket persille.

Bland marven ned i saucen, hæld saucen over kødet og server.

Bemærkning:

Tilbehør: Stegte jordskokker og råkost.

Brombær braiseret nakkefilet

Svinekød

Gryderet som går godt sammen med råstegte kartofler.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
120 min.	10	1200 gram nakkefilet 200 gram brombær 4 styk gulerødder 2 styk persillerødde 2 styk løg 4 fed hvidløg 0.25 bundt timian 3 styk bouillonterninger 1 smule maizena 100 gram smør

Beskrivelse:

Skær nakkefilet i 10 skiver og steg den i olie.

Rens og skær grøntsagerne i skiver, steg dem med i gryden ved høj varme.

Tilsæt bouillonterninger, timian og vand til det dækker.

Kog retten i 1 time.

Sigt fonden fra og jævn med maizena, pisk til sidst smør og brombær i.

Server det hele sammen.

Bemærkning:

Tilbehør: Råstegte kartofler.

Brombærtærte

Desserter

Brombærtærte mormor plejede at lave den.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
60 min.	10	1 portion tærtedej 1 portion kagecreme 2 deciliter piskefløde 300 gram brombær 200 gram æblegele 5 deciliter mælk 1 stang vanilje stang 4 spsk sukker 4 tsk maizena 5 styk pasteuriserede æggehvide

Beskrivelse:

Mælk, vanilje, sukker, maizena og pasteuriserede æggeblommer er til kagecremen.

Udrul dejen og beklæd en tærteform. Bag tærten ved 200° i 30 min.

Lav kagecremen.

Pisk fløden til skum og vend den i cremen.

Fordel cremen i den afkølede bund. Fordel brombær over.

Smelt geléen i en lille gryde, afkøl den lidt og hæld den over.

Lad geléen stivne inden servering.

Kagecreme: Bland mælk, marven af vaniljestangen, sukker og maizena i en gryde. Varmes op til kogepunktet.

Hældes i en tynd stråle over æggeblommerne under konstant piskning. Køles herefter ned. Kan eventuelt tilsættes et par spsk kakao.

Bemærkning:

Alternativt kan købes en færdig kagecreme i pulverform.

Brun sovs med meljævning

Sovse

Lær at jævne en brun sovs.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
20 min.	4	4 deciliter bouillon 1.5 spsk mel 1 smule salt og peber 1 smule sovsekulør

Beskrivelse:

Bring fonden/bouillon i kog i en gryde. Ryst melet eller rør majsstivelsen ud i 3 spsk. koldt vand.

Hæld jævningen i den kogende fond/bouillon, og lad sovsen koge i ca. 5 minutter. Smag til med salt og peber og brug evt. sovsekulør for farven.

Brun sovs med opbagning

Sovse

Lær at lave en sovs med opbagning

Varighed	Deltagere	Ingredienser
15 min.	4	15 gram smør 2 spsk mel 4 deciliter bouillon 1 smule sovselikør

Beskrivelse:

Smelt smørret i en gryde.

Tilsæt melet og pisk, til det er opsuget i smørret og opbagningen har taget lidt farve.

Tilsæt bouillon/fonden – en tredjedel ad gangen – under konstant piskning.

Kog sovsen igennem i ca. 5 minutter.

Smag til med salt og peber og brug eventuelt sovsekulør for farven.

Brunede kartofler

Tilbehør

Lækre brunede kartofler som laves på en pande.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
40 min.	4	750 gram små kartofler 3 spiseske sukker 10 gram smør

Beskrivelse:

Kog kartoflerne, og pil dem derefter.

Kom sukkeret på en kold pande og smelt det ved middelstærk varme, til det er lysebrunt. Tilsæt smørret. Hæld kartoflerne på panden og vend kartoflerne, til de er brune over det hele.

Brunsviger

Bagning

Brunsviger er en gammel dansk klassisk kage.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
60 min.	10	40 gram gær 2 deciliter mælk 150 gram smør 2 styk æg 2 spsk sukker 0.25 tsk salt 400 gram mel 150 gram smør 150 gram brun farin 1 spsk kanel

Beskrivelse:

De 150 g smør, 150 g brun farin og 1 spsk kanel er til fyldet.

Lav dejen som til franskbrød.

Dejen slås ud til en flade som passer til en bradepande og efterhæver her.

Fyldet smeltes i en gryde og hældes over dejen, husk at lave kanter.

Bages ca. 35 min. ved 190.

Brændende kærlighed

Den varme mad

En kartoffel ret med stegte grønsager til.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
90 min.	10	2000 gram kartofler 500 gram gulerødder 250 gram selleri 4 deciliter mel 200 gram smør 5 styk løg 5 styk porrer

Beskrivelse:

Skræl kartofler, gulerødder og selleri. Kog dem sammen i en gryde.

Når de er helt møre, men ikke kogt ud, ca. 45 min, hældes vandet fra og grøntsagerne moses med et piskeris eller en håndmikser.

Blandes med mælk, smør og smages til med salt og peber.

Løg og porrer renses og skæres i strimler eller skiver.

Steges på panden.

Bemærkning:

Som tilbehør kan man lave en salat.

Brændenælde suppe

Spiselige planter

Sund dejlig suppe ret med kartofler og brændenælder.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
30 min.	10	1000 gram brændenælde topskud 500 gram kartofler 1 håndfuld bøgeblade

Beskrivelse:

Tilbehør: Brød.

Skyld kartoflerne og hak dem i tynde skiver. Steg dem i lidt olivenolie, tilsæt de rensede brændenælde topskud og vand. Kog retten i ca. 20 min (til kartoflerne er møre). Pisk lidt i suppen, smag til med salt og peber samt lidt olivenolie. Serveres kold eller varm med friske bøgeblade på. En virkelig lækker og uhyre sund ret!

Brødcroutoner

Bagning

Lær at lave brødcroutoner som kan bruges til salater med mere

Varighed	Deltagere	Ingredienser
20 min.	10	10 styk toastbrød 1 pakke paprika 1 pose basilikum 1 pk hvidløg 1 pk hvid peber 1 deciliter olie

Beskrivelse:

Skær toasten i små tern ($\frac{1}{2} \times \frac{1}{2}$ cm).

Steg dem på en varm pande i olien under konstant omrøring.

De kan krydres med alt. Prøv fx en af disse tre blandinger:

- Paprika, hvidløg og basilikum.
- Hvidløg.
- Hvidpeber.

Bulgur salat

Salater

En frisk salat med bulgur.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
30 min.	10	1000 gram bulgur 1 bundt persille 2 fed hvidløg 1 styk salat 1 styk citron

Beskrivelse:

Kog bulguren i 20 minutter.

Hak den skyllede persille og hak hvidløgene fint.

Snit salaten og bland og smag til med lidt citronsaft.

Bulgursalat med abrikoser og pinjekerner

Salater

En frisk salat med blandt andet bulgur, abrikoser og pinjekerner.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
50 min.	4	4 dl vand 250 gram bulgur 150 gram hakkede tørrede abrikoser 5 spiseske pinjekerner 8 spiseske persille 2 spiseske frisk mynte 5 spiseske jomfruolivenolie 2 spiseske citronsaft 1 smule salt 1 smule peber

Beskrivelse:

Abrikoserne udblødes i vand et par timer, hvis de er meget tørre (ellers ikke), og skæres i små terninger. Bulguren overhældes med kogende vand og trækker i 30 minutter under låg, og skal derefter dryppes godt af i en sigte.

Pinjekernerne ristes på en tør, hed pande, til de er gyldne. Rør i dem undervejs.

Krydderurterne hakkes fint, og dressingen blandes af olie, citronsaft, salt og peber.

Alt blandes sammen og smages til.

Bulgursalat med parmaskinke

Salater

Kog bulgur og lave en lækker bulgursalat med parmaskinke.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
25 min.	4	400 gram bulgur 1 kvart løg 1 fed hvidløg 1 styk citron 200 gram parmaskinke

Beskrivelse:

Kog bulguren. Efter afkøling tilsættes meget fint snittet løg og hvidløg, samt parmaskinke i strimler.

Butterdej

Bagning

Lær at lave en butterdej.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
??? min.	10	1000 gram mel 15 gram salt 0.5 deciliter eddike 1000 gram smør 5 deciliter vand

Beskrivelse:

Det kolde vand, salt, eddike og mel røres sammen med 200 g smør til en glat dej.

Hviler i 20 min.

Lav et kryds i dejen.

Fold dejen ud til en firkant.

Resten af smørret formes også som en firkant.

Smørret pakkes ind i dejen.

Dejen rulles ud til den er 1-1½ cm tyk.

Foldes 3 gange, hviler og rulles.

Dette gentages 3 gange.

Dejen kan nu rulles ud.

Bages 10-15 min i ovnen ved 220.

Butterdejsstænger med champignon

Natmad

Varighed	Deltagere	Ingredienser
??? min.	10	900 g butterdej 1 stk æg 2000 g champignon 1 stk løg 0,5 bt timian 2,5 dl cremefraiche 1 stk salathoved

Beskrivelse:

Rens og snit champignon i skiver.

Steg dem i lidt smør eller olie sammen med det hakkede løg.

Tilsæt hakket timian og cremefraichen.

Rul butterdejen ud til stænger, ca. 15 cm brede.

Pladser fyldet i midten og luk med dejen, smurt med et sammenpisket æg.

Bages i ovnen ved 220 i ca. 15 min.

Tilbehør: lidt salat.

Bøgesalat med tusindfryd

Spiselige planter

Denne salat kunne man også kalde for naturmad, da det er mad man finder i naturen.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
20 min.	10	1000 gram bøgeblade 2 håndfulde tusindfryd blomster 2 styk appelsiner 1 spsk hvidvinseddike

Beskrivelse:

Skyl blade og blomster, hæld appelsinsaft og 1 spsk eddike over salaten.

Bemærkning:

Tilbehør: Groft brød og eventuelt finthakkede mælkebøtteblade.

Børnepizza

Frokost

Små pizzaere som er gode til børn.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
30 min.	10	10 styk pitabrød 2 dåser tomatpure 10 skiver skinke 3 styk tomater 15 skiver ost 1 spsk basilikum

Beskrivelse:

Tomaterne skæres i skiver.

Smør tomatpure ud på pitabrødene, fordel de andre ingredienser ovenpå.

Bages ved 210grader til osten er blevet brun.

Caffé latte

Mest for sjov

Caffe latte er den italienske variant af den franske cafe au lait. Italienerne drikker den kun om morgenen.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
15 min.	1	0.5 deciliter kaffe 2 deciliter mælk

Beskrivelse:

Lav stærk kaffe på maskine eller kande. Varm mælken på komfuret i en gryde. Hæld kaffen i glasset og tilsæt den varme mælk.

Café-nødder Union square

Mest for sjov

Lidt snacks lavet af nødder.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
20 min.	4	500 gram blandede usaltede nødder uden skal 2 spiseske rosmarin 1 halv teske stødt cayennepeber 2 teske mørk farin 2 teske salt 1 spiseske usaltet smør

Beskrivelse:

Forvarm ovnen til 180 grader. Bland nødderne i en stor skål og fordel dem på en bageplade. Rist dem i ovnen i ca. 10 minutter, til de er gyldne. Bland sukker og krydderier i en skål. Smelt smørret på panden og tilsæt krydderiblandingen. Hæld nødderne i og rør rundt, til alle nødderne er dækket af et tyndt lag kryddersmør. Nødderne serveres varme.

Champignonpaté

Frokost

En lækker frokost champignonpaté med blandt andet stegte champignon.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
55 min.	10	3 styk løg 500 gram champignon 1 halv dl olie 1 teske timian 2 fed hvidløg 100 gram rasp 50 gram nøddeflager 2 styk æg 1 dl fløde

Beskrivelse:

I stedet for rasp kan bruges revet brødkrumme af 3 skiver brød.
I stedet for fløde kan bruges cremefraiche.

Skær løg, champignon og hvidløg i små stykker og steg dem brune i olie.
Blend ingredienserne med fløde.
Tilsæt timian, æg og brødkrumme.
Bages i smurt form ved 200 i ca. 30-40 minutter.

Chappati

Made In India - missionsprojekt

Lækkert opskrift på et Chappati som er et fladbrød.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
25 min.	10	700 gram fuldkornshvedemel 100 gram hvedemel 1 teske salt 4 spiseske ghee

Beskrivelse:

Chappati er et fladbrød man spiser til næsten al slags indisk mad. Hos en indvandrer-grønthandler kan man købe en melblanding, der bare skal blandes med vand. Nedenfor findes en opskrift, man kan bruge i stedet for melblandingen. Fremgangsmåden er den samme, når man først har en dejklump.

Sigt mel og salt ned i en skål. Lav en fordybning i midten og tilsæt ghee. Gnid mel og ghee sammen til en smuldret masse. Tilsæt vand, indtil dejen er samlet og smidig.

Del dejen op i kugler på størrelse med hullet der dannes hvis man laver en cirkel med pegefinger og tommel-tot. Rul kuglerne ud til cirkler, fold dem på midten og rul igen ud til en cirkel. Gentag dette nogle gange – jo flere gange desto lækrere bliver chapattisne. Til sidst rulles de ud i en cirkel på 18 cm. Opvarm en pande, kom en smule olie på og bag chappatierne en af gangen – ligesom pandekager.

Ghee kan erstattes med smør.

Chokoladecrêpes med chokoladesauce

Desserter - Trangiadesserter

Pandekage desseert med chokladesauce og frugt.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
120 min.	10	60 gram mel 1 spsk kakao 2 styk æg 2.5 deciliter mælk 2 spsk sukker 3 styk appelsiner 160 gram mørk chokolade 1.75 deciliter piskefløde 125 gram cremefraiche 75 gram hvid chokolade 250 gram blåbær

Beskrivelse:

Sigt mel og kakao ned i en stor skål og lav en fordybning. Rør æg, mælk og sukker sammen og pisk det gradvist i melet, indtil dejen er glat og fri for klumper. Kom den i en kande, dæk med film og lad den stå 30 min.

Skær en skive af top og bund på appelsinen.

Skær skrællen af fra top mod bund, men skær kun så dybt, at skræl og den hvide hinde akkurat kommer med.

Skær kødet i både ved at skære ned mellem hinderne. (Gør det over en skål, for at gemme saften). Kom bådene i en skål sammen med saften, dæk med film og sæt det i køleskabet.

Varm en 20 cm crêpe- eller tefalpande overjævn varme og pensl med lidt smeltet smør. Hæld 2-3 spsk. dej i panden og drej den, så dejen fordeles jævnt. Bag over jævn varme indtil undersiden er bagt.

Vend og bag den anden side.

Kom crêpen på en tallerken og dæk med et viskestykke. Gentag med resten af dejen, smør panden om nødvendigt.

Læg pandekagerne i en stabel med bagepapir imellem, så de ikke klæber sammen.

Til saucen dryppes appelsinerne af, gem saften.

Bland saften i en gryde med chokolade og fløde. '

Rør over svag varme, indtil chokoladen er smeltet, og blandingen er glat.

Ved servering kommes en topteskefuld creme fraiche på en fjerdedel af pandekagen. Drys med reven, hvid chokolade. Fold pandekagerne halvt og derefter til trekantede.

Anret to pandekager på hver tallerken, hæld den lune sauce over og server med appelsinbåde og blåbær. Både pandekager og sauce kan evt. laves nogle timer i forvejen, varmes forsigtigt og så fyldes lige før servering.

Chokoladefondue

Natmad

Chokoladefondue en dessert der er god at være sammen om. Frugt dyppes i chokolade.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
60 min.	10	300 gram mørk chokolade 1 deciliter fløde 1000 gram frugt

Beskrivelse:

Bræk chokoladen i mindre stykker og smelt den sammen med fløden i en tykbundet gryde, som passer over et fyrfadslys eller en spritflamme.

Gryden sættes på bordet.

Anret den udskårne frugt på nogle fade, så alle kan nå på samme tid.

Næsten al slags frugt kan bruges til chokoladefondue: fra pærer, vindruer, hindbær, jordbær, bananer og appelsiner til abrikoser, ferskner, kiwi, ananas og mango med flere.

Chokoladekage

Bagning

Hold en pause og nyd en chokoladekage til en lille hyggestund.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
75 min.	10	200 gram mel 200 gram sukker 1 tsk vaniljeesukker 1 tsk bagepulver 1 tsk pulver kaffe 1 spsk reven appelsinskal 3 spsk kakaopulver 150 gram smør 3 styk æg 2 deciliter flormelis 2 spsk kakaopulver 0.5 styk æggehvinder

Beskrivelse:

Smøret blødgøres.

Tænd ovnen og indstil den på 175°.

Rør mel, sukker, vaniljesukker, kaffe, appelsinskal, bagepulver, smør og æg sammen.

Hæld dejen i smurt kageform med skorsten eller randform.

Sæt den på nederste ribbe og bag 45-50 min.

Glasur: Rør flormelis, kakao og æggehvinder sammen.

Den skal være ret tyk og smørbar.

Overtræk kagen med glasuren, når kagen er kold.

Chokoladetrøfler

Desserter - Mest for sjov

Små hapsere som er gode at have med på tur.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
45 min.	4	50 gram piskefløde 50 gram cremefraiche 150 gram mørk chokolade 50 gram smør 50 gram kakaopulver

Beskrivelse:

Kog fløde og cremefraiche op.

Hak chokoladen, tag fløde-cremefraicheblandingen fra varmen og smelt chokoladen heri under omrøring.

Afkøl massen, til den er fingerlun, og pisk smør tern i, til massen er glat.

Afkøl trøffelmassen i en skål.

Form trøflerne som oliven med en teske og drys dem med kakaopulver.

Couscous

Andet

Dette er en grundopskrift på hvordan du tilbereder couscous.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
45 min.	10	2000 gram couscous 20 deciliter vand 3 styk bouillonterninger

Beskrivelse:

Kog vandet op med terningerne. Tag det kogende vand af blusset og bland det med couscoussen. Rør jævnligt i 5 min. Lettere kan det ikke gøres!

Couscous smager meget neutralt, hvis det ikke krydres med noget. Så prøv dig frem fx med:

- 1 spsk karry, 1 spsk oregano og 2 fed hvidløg.
- 1 tsk chili, 1 tsk spidskommen og saft af 2 lime.
- 1 tsk groft sort peber, 2 lime og 3 fed hvidløg.
- 1 tsk spidskommen, 2 fed hvidløg og 1 spsk hakkede mynteblade.

Couscous med rejer

Andet

Couscous med rejer og svitsede grønsager.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
75 min.	10	600 gram couscous 6 deciliter vand 1 tsk safran 1 bundt purløg 2 styk gul peberfrugt 20 styk kinarejer 300 gram ærter 300 gram sherrytomater 0.5 deciliter sherryvineddike 3 styk skalotteløg 2 tsk korianderfrø

Beskrivelse:

Finhak skalotteløgene.
Kog vandet.

Følgende er til Marinaden:

½ dl sherryvineddike.
½ dl olivenolie.
3 finthakkede skalotteløg.
2 tsk knuste korianderfrø.

Kom safran og salt i kogende vand. Hæld det over couscousen, dæk den til og stil den til afkøling.

Snit purløg og peberfrugter fint. Skær rejerne i strimler og svits dem kort i olien.

Bland alle ingredienser til marinaden. Rod op i den afkølede couscous med en gaffel og bland marinaden i.

Vend grønsager og rejer i couscousen og pynt med både af sherrytomater.

Crème Anglaise

Mest for sjov

Lækker Crème som står godt til chokoladedesserter.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
30 min.	4	4 deciliter fløde 4.5 deciliter mælk 1 stang vanille 12 styk æggeblommer

Beskrivelse:

Bring fløde og mælk i kog i en gryde sammen med sukker og vanillekorn fra vanillestangen.

Pisk æggeblommerne i en skål til de er luftige.

Hæld den varme fløde/mælk langsomt ned i de piskede æggeblommer, under kraftig piskning.

Hæld derefter indholdet tilbage i gryden, og rør i det med en dejskraber over svag varme, til det begynder at tykne.

Hæld cremen igennem en sigte ned i en skål, og lad den køle af. Læg eventuelt et stykke husholdningsfilm ned på cremens overflade, og stil skålen køligt.

Bemærkning:

Denne Crème anglaise er et fornemt tilbehør til alle mørke chokoladedesserter.

Dampet rødtunge med kinareje og kaviar

Den varme mad - Fisk

Dampet rødtunge med kinareje og kaviar er en god forret.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
30 min.	1	0.5 styk 1 styk kinarejer 1 knap salt 1 smule peber 1 smule bouillon 1 smule fløde

Beskrivelse:

Rødtungefileten gnides med salt og peber og rulles om en kinareje, så halen af rejen stikker op (holdes sammen med en tandstik).

Sættes på panden, grøntsagsbouillon hældes ved.

Fisken dampes evt. i flere omgange bouillon.

Den lille gryde sættes over fisken, så dampen bliver indeni. Når fisken er næsten mør, og det meste af bouillon er dampet væk, hældes fløde, salt, peber ved, og fisken dampes færdig.

Serveres med kaviar.

Bemærkning:

Tilbehør: Kaviar

Dampet ørred

Mad i og på gløder

Dampet ørred som er lavet på gløder.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
35 min.	10	10 styk ørreder 2 styk citroner 1 bundt dild

Beskrivelse:

Tilbehør: Ris eller salat.

Rens ørreden indvendigt, krydder med salt, peber, hakket dild og skiver af citron. Pak først ørreden ind i et stykke vådt pergament, dernæst 4 lag vådt avispapir. Placer pakkerne i gløderne. Giv dem ca. 10 minutter på hver side. Pas på der ikke går ild i pakkerne. Prøv også at krydder fisken med en af følgende blandinger:

Chili, løvstikke og lime.

Hvidløg, persille og citron.

Stjerneanis, lakridsrod og citron.

Basilikum, kokos og timian.

Den hurtige

Den varme mad

Kog nudler og tilsmag med bouillon.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
5 min.	10	1500 gram nudler 20 dl bouillon

Beskrivelse:

Boullonen tilsmages med hvad du har lyst til.

Tilbehør: Groft brød.

Kog nudlerne i 4 min. Serveres som suppe, eventuelt med brød.

En kop ægte varm chokolade

Desserter

Varm kakao lavet på mørk chokolade.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
15 min.	1	25 gram mørk chokolade 2 tsk rørsukker 2 deciliter sødmælk

Beskrivelse:

Hak chokoladen fint.

Varm mælken, tilsæt chokolade og sukker, og pisk godt.

Server i kopper eller glas, eventuelt med flødeskum.

Fiskefad

Frokost

En dejlig fiskeret.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
30 min.	10	10 styk fiskefilet 20 styk porrer 5 styk tomater 5 dl fløde 200 gram revet parmesanost 20 gram smør

Beskrivelse:

I stedet for fiskefiletter kan bruges 1 kg torsk, helleflynder eller anden lys fisk.

Smør en form med smør.

Skyl, hak og steg porrer.

Pladser dem nederst i formen.

Oven på porrerne lægges fisken blandet med tomat.

Hæld fløde og parmesanost over fisk og tomat.

Bages ved 220 i 15 minutter.

Fiskefrikadeller

Fisk

Hjemmelavet fiskefrikadeller.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
60 min.	10	900 gram hakket fisk 4 deciliter mælk 4 styk æg 40 gram mel 40 gram kartoffelmel 1 spsk salt 1 smule hvid peber

Beskrivelse:

Start med at blande æggene ned i fisken derefter mel, salt, peber og kartoffelmel.

Til sidst tilsættes netop så meget mælk at farsen er til at forme som frikadeller.

Steg frikadellerne i smør på en varm pande.

Bemærkning:

Tilbehør: Kogte kartofler og persillesovs.

Fladbrød (15 stk)

Bagning

Lær at lav fladbrød.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
20 min.	10	250 gram hvedemel 250 gram fuldkornshvedemel 1 tsk salt 3 deciliter vand

Beskrivelse:

Bland mel og salt med lunken vand.

Æltes ca. 5 min.

Dejen hviler i køleskab mindst 1 time.

Rul dejen ud i 15 meget tynde (2 millimeter) brød.

Bages på en tør pande, ca. 3 min på hver side – eller på en varm flad sten.

Flute

Bagning

Dette er en grunddej til flute, snobrød med mere.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
60 min.	10	10 deciliter vand 1 pakke gær 1800 gram mel 1 spsk salt 1 spsk sukker 1 deciliter olie

Beskrivelse:

Denne grundopskrift kan bruges til snobrød, franskbrød, flute og kuvertbrød:

Vandet skal være håndvarmt.

Start med at opløse gæren i vandet, tilsæt derefter halvdelen af melet så det bliver til en lind grød.

Tilsæt salt, sukker og fedtstof. Bland godt og tilsæt resten af melet. Ælt dejen rigtig godt i nogle min.

Lad dejen hæve i 30 min.

Flutes kan krydderes med olivenolie, havsalt, paprika, karry eller basilikum - kun fantasien sætter grænser.

Bages ved 220 i 15 min.

Kan også formes som små flutes kuvertbrød (ca. 30 stk).

Bemærkning:

Der bliver i alt 6-8 flute ud af den her opskrift.

Flæske pandekage

Svinekød

Alternativt farsbrød hvor det laves på stegepande, og bliver flat som en pandekage.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
30 min.	10	250 gram mel 1200 gram svinefars 2 styk æg 3 deciliter mælk 2 styk rød peberfrugt 1 bundt persille 2 fed hvidløg 2 styk løg 60 gram kapers

Beskrivelse:

Bland de 2 æg med farsen, tilsæt mel, salt og peber.

Spæd op med væsken, til farsen har en konsistens som frikadellefars. Bland hakket rød peber, persille, hvidløg, løg og kapers med i farsen. Steg farsen på en pande i ca. 2-3 cm. tykkelse, ca. 8 min på hver side. Når du vender pandekagen, så brug et låg der har samme størrelse som panden.

Bemærkning:

Tilbehør: Ris eller pastasalat.

Flødestuede svampe

Forretter

Svampestuvning lavet på fløde går godt sammen med blinis.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
20 min.	4	300 gram svampe 1 liter fløde 4 styk Bredbladet persille

Beskrivelse:

Svampene renses, skylles og skæres i skiver, ikke for tynde. Rist dem på en varm stegepande, i en klat smeltet smør.

Hæld fløde over svampe samt skyen fra dem, og rør forsigtigt.

Kog svampestuvningen op, og smag til med salt og peber.

Lad svampene simre indtil fløden er kogt ind.

Bemærkning:

Lækkert at bruge til blinis.

Man kan pynte med lidt Bredbladet persille.

Franskbrød (4 stk)

Bagning

Denne grundopskrift kan bruges til snobrød, franskbrød, flute eller kuvertbrød.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
95 min.	10	10 dl vand 1 pakke gær 1800 gram mel 1 spiseske salt 1 spiseske sukker 1 dl olie

Beskrivelse:

Olien kan erstattes af 100 gram margarine.

Vandet skal være håndvarmt.

Start med at opløse gæren i vandet, tilsæt derefter halvdelen af melet så det bliver til en lind grød. Tilsæt salt, sukker og fedtstof. Bland godt og tilsæt resten af melet. Ælt dejen rigtig godt i nogle minutter.

Lad dejen hæve i 30 min. Form 4 franskbrød og lad dem efterhæve i ca. 30 minutter. Bages ved 180-200 i 25-30 min.

Frikadeller

Køddretter

Dejlige frikadeller med svinekød.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
20 min.	10	1000 gram hakket svinekød 2 styk løg 1 styk æg 4 teske salt 5 dl mælk 200 gram mel

Beskrivelse:

I stedet for mælk kan bruges vand. I stedet for mel kan bruges havregryn.

Tilbehør: Kartoffler, sovs og råkost, eller kartoffelsalat og rugbrød, eller bare en stor omgang salat.

Æg, hakket løg, væde, salt og peber røres sammen med farsen, melet tilsættes lidt efter lidt.

Steges i margarine på en varm pande, som små boller formet med en ske i hånden.

Steges ca. 5 min på hver side.

Frugtgrød

Bær og frugter

Frugtgrød som kan være en lækker dessert.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
45 min.	10	1200 gram æbler 7 deciliter vand 8 spsk sukker

Beskrivelse:

Rens og skræl frugten, skær den i 8 stykker.

Kog frugten sammen med sukker og vand i 15-30 min (til frugten er mør). Sørg for at varme massen stille op, så den ikke brænder på.

Bemærkning:

Tilsæt evt. 1 stang vanilje.

Tilbehør: Pisket fløde eller mælk.

I stedet for æbler kan bruges pære, rabarber eller svesker.

Fyldt kotelet

Mad i og på gløder

Fyldt kotelet som steges på en sten på bålet.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
25 min.	10	10 styk koteletter 300 gram gedeost 1 bundt persille

Beskrivelse:

Tilbehør: Kartoffler og salat.

Skær en lomme i koteletten. Fyld hakket persille, salt, peber og ost ind i lommen. Luk koteletten med et lille spyd. Steges på en sten i ca. 8 minutter på hver side.

Fyldte okseroulader

Okse

Denne ret er god at bruge til et rigtigt fest måltid

Varighed	Deltagere	Ingredienser
75 min.	10	1200 gram okseinderlår 300 gram svampe 1 styk løg 1 styk rødløg 4 tsk smør 90 gram skinke 1 spsk dijonsennep 2 tsk rasp 2 tsk rasp 1 styk æggeblomme 2 deciliter bouillon 2 deciliter æblecider 1 styk løg 0.5 styk æbler 4 tsk smør 2 spsk mel 6 spsk fløde 1 spsk æblecider 1000 gram kartofler 1.5 pose frosne blandede grøntsager 2 styk æbler 1 smule grønt

Beskrivelse:

Okserouladen

1,2 kg okseinderlår (eller vildt) skåret i tynde skiver.

300 g svampe i små stykker.

1 hakket løg.

1 hakket rødløg.

4 tsk flydende smør.

90 g hakket røget skinke.

1 spsk dijonsennep.

2 tsk rasp.

1 æggeblomme.

2 dl oksebouillon.

2 dl tør æblecider eller hvidvin.

Saucen

1 hakket løg.

½ syltigt æble i tern.

4 tsk flydende smør.
2 spsk mel.
Stegeskyen.
6 spsk fløde 13%.
1 spsk æblecider vineddike.

Tilbehør

1 kg kogte kartofler.
1-2 pose frosne blandede grøntsager.
½-1½ æble.
Lidt grønt (purløg, persille, forårsløg).

Svits løg og svampe i 2 tsk smør. Svits skinken med 1 min og hæld den i en skål. Rør sennep, rasp og æggeblomme i. Smag til med salt og peber.

Fordel blandingen på kødskiverne, rul dem sammen og luk dem med lidt snor.
Brun kødrouladerne i 2 tsk smør og læg dem i stegegryde med låg.

Kog panden af med lidt vand og sigt skyen hen over rouladerne. Hæld bouillon og cider ved, og lad det simre under låg til de er møre, 30-40 min. Hold rouladerne varme mens saucen tilberedes.

Svits løg og æble i smør. Rør mel i og spæd op med skyen fra rouladerne.

Lad det koge under omrøring i 5 min. Tilsæt fløden og kog igennem. Smag til med salt, peber og æblecider.

Server med letkogte æblebåde, grøntsagsblanding og friskkogte kartofler pyntet med lidt grønt.

Fynske klatkager

Trangiadesserter bagning

Havregryns klatkager.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
60 min.	4	1 styk æg 125 gram havregryn 1 dl fløde 1 dl kærnemælk 1 spiseske sukker 1 halv teske salt 1 smule reven citronskal 1 smule smør

Beskrivelse:

Havregrynene sættes i blød i fløde og kærnemælk ca. 15 minutter. Æggene piskes let sammen og røres i sammen med sukker, salt og citronskal. Dejen hviler ½ time, inden den bages.

Panden opvarmes, lidt fedtstof kommes på, og klatkagerne sættes på med en spiseske og bages ved jævn varme på begge sider.

Grillet ananas med hindbærkompot

Trangiadesserter

En lækker dessert som er god at tilberede på trangia.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
45 min.	4	1 styk ananas 100 gram smør 100 gram sukker 1 bakke hindbær 1 tsk sukker

Beskrivelse:

Befri ananassen for skrællen.

Skær den i både og fjern stokken, da den kan være noget hård.

Smelt smør i panden og kom ananassen i smørret, og lad den tage farve. Tilsæt sukkeret og lad det karamelisere.

Hindbær tilsættes lidt sukker og koges ind til kompot.

Bemærkning:

Hindbærkompot er også god til is.

Grillet jomfruhummer og kartoffel

Natmad

Grillet hummer med ovnbagte kartofler.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
60 min.	10	1200 gram kartofler 20 styk jomfruhummerhaler 200 gram ost 10.5 bundt basilikum 1 deciliter olie

Beskrivelse:

Flæk halerne på langs og grill dem.

Hak kartofler ud og smid dem i en bradepande. Bradepanden skal være penslet med olie. Hak basilikum og smid det ned til kartoflerne. Drys osten ud over kartoflerne og bag dem i 30 minutter på 200 grader.

Bemærkning:

Tilbehør: Salat og dressing.

Grillet kalkun med spidskål

Fjerkræ

Lækker kalkun med spidskål inspireret af det asiatiske køkken.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
60 min.	10	1200 gram kalkun 20 styk små træpinde 1 fed hvidløg 250 gram champignon 2 styk spidskål 2 styk citroner 1 smule sojasovs 100 gram sesam

Beskrivelse:

Tilbehør: Couscous og eventuelt lidt salat.

Rens champignoner og skær dem i halve. Sæt kalkun, halverede hvidløgsfed og champignon på pindene, og mariner i soja i 15 min. Skær spidskålen i tynde strimler, steg den i smør i en gryde, tilsæt 3 fed hakket hvidløg og sesam. Når kålen er ved at være færdig/mør, tilsættes saften af 2 citroner. Smag til og grill træpindene med kalkunen over gode gløder.

Grillet tortillatærte med pære, æble og marcipan

Desserter - Trangiadesserter

Hurtig og nem tærte, lavet over bål. Velegnet til dessert.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
30 min.	6	1 styk tortilla pandekage 300 gram marcipan 1 styk pære 1 styk æble 1 spsk abrikosmarmelade 1 smule flormelis

Beskrivelse:

Læg tortillaen i en rund foliebakke og fordel abrikos-marmeladen med en ske. Fjern kernehuset på pæren og æblet. Skær tynde skiver af pæren, æblet og de 250 g ODENSE Ren Rå Marcipan.

Fordel marcipanskiverne skiftevis med pære/æble skiverne oven på tortillaen.

Riv de resterende 50 g ODENSE Ren Rå Marcipan over tærten, og drys med lidt flormelis.

Læg en uglaseret klinke på grillen og sæt tærten ovenpå. (Klinken er med til at styre den kraftige undervarme).

Bag den i ca. 15 min med lukket låg, til marcipanen er sprød.

Bemærkning:

Tilbehør: vanilleis, creme fraiche eller frisk frugt.

Græsk farsbrød

Svinekød

Græsk farsbrød er ligesom farsbrød bare med feta og rosmarin.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
120 min.	10	1200 gram hakket svinekød 2 styk æg 250 gram mel 3 deciliter vand 1 styk løg 200 gram ris 150 gram feta 1 tsk rosmarin 2 fed hvidløg

Beskrivelse:

Tilbered en fars som til frikadeller med kødet, melet, æggene og væden. Hak løg og hvidløg.

Bland alle ingredienser sammen, og form det som et brød på en smurt plade. Steges i ovn ca. 1-1½ time.

Bemærkning:

Tilbehør: Græsk salat og ris.

Grøntsagslasagne

Vegetarretter

Lækker grøntsagslasagne lavet både i bål og ovn.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
60 min.	10	5 styk rød peberfrugt 5 styk gul peberfrugt 3 styk squash 3 styk løg 10 styk artiskok 1 smule timian 500 gram ost 1 smule olivenolie

Beskrivelse:

Rist de røde og gule pebre i et bål direkte over flammerne ved meget hård varme indtil de er helt sorte.

Halver pebrene, rens dem og pil alt det sorte af.

Skær squash og artiskokker i tynde skiver.

Strimmel løgene.

Læg alle ingredienser lagvis i en olivenolie smurt bradepande, krydder mellem lagene med parmesanost, salt og peber.

Bages i en ovn i ca. 1 time.

Retten får sin dejlige smag, ved at peberne ristes over flammerne og dermed får en nøddeagtig smag.

Grøntsagspostejer

Frokost

Lækker grønnsagspostejer som bages i en smurt raspet form.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
60 min.	10	2 styk selleri 3 styk gulerødder 4 styk porrer 2 styk løg 2 fed hvidløg 8 styk æg 5 dl cremefraiche 1 smule krydderier

Beskrivelse:

Skær selleri og gulerødder i tern og kog dem i vand. Når grønnsagerne er kogte hældes vandet fra.

Skær løg og porrer i små tern og steg det i olie.

Blend eller rør gulerødder og selleri til det er most.

Lad massen køle.

Tilsæt derefter cremefraiche, æg og de stegte grønnsager.

Bages i en smurt og raspet form ved 180 i ca. 45-50 min.

Grøntsagssuppe

Supper

Dejlig grønntsagssuppe.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
30 min.	4	1 dåse flåede tomat 1 dåse tomatkoncentrat 3 styk porrer 3 fed hvidløg 1 smule jomfruolivenolie 1 styk hvidkål 3 dl linser 2 styk gulerødder 1 smule bladselleri 1 styk grøn peberfrugt 2 styk grønntsagsbouillon terninger 1 og en halv liter vand 1 styk chili 1 smule timian 1 smule salt og peber

Beskrivelse:

Hvidløg og porrer eller løg svitses i lidt olie. Vand og linser tilsættes. Grøntsagerne og chili tilsættes sammen med laurbærblade. Suppen simrekoger ca. 15-20 minutter, og smages til med krydderier.

Suppen kan varieres i det uendelige. Ovenstående er blot et eksempel – brug hvad du har i køkkenet, og de krydderier, du godt kan lide.

Guacamole

Andet

Lækker avocado guacamole.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
15 min.	10	2 styk avocadoer 2 styk tomater 1 halvt bundt purløg 1 fed hvidløg 1 spiseske citronsaft

Beskrivelse:

Hvidløgsfedet kan udelades.

Pres hvidløgsfedet.

Avocadoerne halveres og kødet tages ud med en gaffel. Mos kødet med gafflen og bland de resterende ingredienser ned i mosen.

Gulerodskage

Bagning

En dejlig opskrift på gulerodskage.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
70 min.	10	500 gram grahamsmel 2 teske natron 1 halv teske salt 2 teske kanel 500 gram sukker 250 gram rosiner 250 gram nødder 3 dl olie 700 gram gulerødder 6 styk æg

Beskrivelse:

Bland alle de tørre ingredienser.

Bland de våde med de skrallede og revne gulerødder.

Rør dejen sammen og bag den i to smurte rugbrødsforme ved 175 i ca. 1 time.

Hakkedrenge med tomatsalsa

Okse- og kalvekød

Hakkebøffer der kan spises med salat eller ligende.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
30 min.	10	1200 gram hakket kød 3 fed hvidløg 1 bundt persille

Beskrivelse:

Hak persille og hvidløg, bland alle ingredienser og form 10 bøffer. Steg dem på en pande.

Bemærkning:

Tilbehør: Bulgursalat eller pasta og tomatsalsa.

Havregrød

Morgenmad

God vinter morgenmad.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
20 min.	10	10 deciliter havregryn 20 deciliter vand 1 tsk salt

Beskrivelse:

Bland ingredienserne i en gryde, og bring hurtigt i kog.

Kog 2 min. under omrøring.

Bland eventuelt grøden med lidt revet æble.

Bemærkning:

Tilbehør: Sukker, smør og/eller mælk.

Hein Brød

Bagning - Trangiadesserter

Brød bagt trangia nemt at lave når man er på tur.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
30 min.	4	240 gram hvedemel 0.5 tsk salt 1 spsk sukker 6 gram tørgær 20 gram nødder 20 gram rosiner 2 spsk olie 1 deciliter vand

Beskrivelse:

Alle de tørre ingrediense blandes i en lille frysepose.
Olie medbringes i en solid flaske.

Disse brød er gode at bage på tur, når man kun har Trangia med.
F.eks. på fjeldture passer denne mængde til morgenmad for 4 personer, når den fx kombineres med 2 liter blåbærsuppe – kan du forestille dig noget bedre, end at sidde med en smuk udsigt på fjeldet og bage et brød.

Himmelske pandekager

Desserter Trangiadesserter

Lækker dessert med chokoladebar viklet ind i pandekage.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
45 min.	4	2 deciliter mælk 2 styk æg 2 spsk reven appelsinskal 1 knap salt 25 gram smør 75 gram mel 4 styk milky way 4 styk mars

Beskrivelse:

Pandekagedejen piskes sammen af mælk, æg, reven appelsinskal, salt, smeltet smør og mel.

Smørret kan smeltes på den pande, som senere skal bruges til at bage pandekagerne på. Dejen må gerne hvile lidt, før der bages 8 pandekager, der kan laves i god tid før middagen.

Når pandekagerne er bagt, pakkes en lille Milky Way eller Mars ind i pandekagen, og pandekagerne lunes lidt (ikke for meget, da fyldet så smelter helt).

Hindbæris

Bær og frugter

Dejlig frisk hindbæris.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
250 min.	10	1000 gram hindbær 20 styk pasteuriserede æggeblommer 300 gram sukker 10 dl piskefløde

Beskrivelse:

Mos eller blend hindbærrene og smag til med halvdelen af sukkeret. Pisk æggeblommer og resten af sukkeret sammen. Bland hindbærmosen i.

Pisk fløden stiv og vend den i med let hånd. Kom isen i fryseren. Rør jævnlige i isen de første par timer af frysetiden. Isen er tilpas frossen efter 4-5 timer.

Hirsegrød

Morgenmad

En dejlig morgen grød.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
5 min.	10	400 gram hirse 20 dl vand 1 teske salt

Beskrivelse:

Tilbehør: Rosiner, smør og/eller mælk.
Bland alle ingredienser i en tykbundet gryde.
Kog grøden op og kog videre i ca. 4 min.

Hjemmebagt pitabrød

Bagning

Hjemmelavede pitabrød lavet af hvedemel.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
140 min.	14 -16	6 dl vand 25 gram gær 1 teske sukker 2 teske salt 2 spiseske olivenolie 900 gram hvedemel

Beskrivelse:

Gæren opløses i lunkent vand. Sukker og salt tilsættes, og de øvrige ingredienser bagefter. Dejen æltes til den er smidig. Den hæver til dobbelt størrelse (ca. 2 timer).

Derefter slås dejen ned, æltes igen og deles i 16 lige store stykker. De rulles ud til ½ cm's tykkelse, placeres på plader med bagepapir og efterhæver ca. ½ time. De pensles med vand og bages i en 250° varm jorden i 10 minutter. De skal ikke tage farve, da de bliver hårde.

Hjemmelavet Vaniljeis

Desserter

Hjemmelavet is der får munden til at løbe i vand.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
120 min.	8	8 styk æggeblommer 250 gram sukker 0.5 liter sødmælk 0.5 liter fløde 2 stænger vanilje

Beskrivelse:

Pisk æggeblommerne med sukkeret til de er lyse og skummende.

Kog mælk og fløde op med vaniljen.

Hæld lidt efter lidt den kogende mælke-fløde i æggemassen mens der piskes.

Kom det hele tilbage i gryden, og opvarm massen under konstant omrøring, til den når ca. 85 grader. Den må ikke koge. Pisk alle ingredienserne grundigt sammen (til du har ondt i armen).

Pisk i isen flere gange under nedfrysningen, således isen bliver mere luftig.

Hjemmelavet is

Desserter

Lær at lav hjemmelavet vanilje is.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
120 min.	10	2.5 styk pasteuriserede æggeblommer 10 deciliter fløde 200 gram sukker 1 stang vanilje

Beskrivelse:

Pisk sukker, den udskrabede marv fra vaniljestangen og æggeblommerne hvide. Bland æggemassen med den let piskede fløde.

Frys blandingen i forme. Jo mindre forme, jo hurtigere går indfrysningen.

Hjemmelavet leverpostej

Frokost

Lær at lave leverpostej fra bunden af.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
120 min.	10	600 gram lever 225 gram spæk 4.5 deciliter mælk 4.5 spsk mel 3 styk kartofler 3 styk æg 1 styk løg 1 tsk allehånde

Beskrivelse:

Kog kartoflerne - der skal bruges 90 gram.

Riv løget.

Hak lever og spæk to gange (kan fås færdig hakket).

Ryst en jævning af mælk og mel.

Bland alle ingredienserne sammen.

Bages i to leverpostejforme ca. ½ time ved 180.

Hjemmelavet rullepølse

Frokost

Lær at lav din egen rullepølse.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
120 min.	10	1 styk svineslag 10.5 tsk nelliker 10.5 tsk allehånde 10.75 tsk peber 0.25 tsk sukker

Beskrivelse:

Læg slaget med skindsiden nedad.

Bland alle krydderier og krydder siden der vender op.

Rul slaget fast sammen og snør meget stramt med kødsnor.

Lad rullen trække en dag.

Koges i 1½ time helt dækket i letsaltet vand.

Honningknas med pinjekerner

Mest for sjov

En lækker lille slik hapser, som er god til at have med på tur.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
15 min.	4	180 gram pinjekerner 1.5 deciliter honning 1 tsk salt

Beskrivelse:

Rør alle ingredienserne sammen i en tykbundet kasserolle over mellemvarme i ca. 5-7 minutter eller til nødderne er gyldne og honningen er så mørk som karamel. Hæld blandingen i et jævnt lag på et stykke bagepapir og lad den køle helt af. Bræk det i stykker og spis det som slik eller brug det som drys på dessertis.

Bemærkning:

Smager vel endnu bedre med mandler, valnødder og hasselnødder. Opbevares bedst i en lufttæt beholder i køleskabet og holder sig frisk i ca. 14 dage.

Hvidkåls råkost

Salater

Dejlig råkost med hvidkål.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
10 min.	10	1 styk hvidkål 3 fed hvidløg 1 styk citron 1 dl olivenolie 1 teske sukker

Beskrivelse:

Riv eller skær hvidkålen fint.

Bland med presset citron, hakket hvidløg, olivenolie, sukker.

Lad råkosten stå en dag inden den spises.

Hvidløgskylling

Fjerkræ den varme mad

Lækker kylling som laves i ovnen.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
70 min.	10	3 styk kyllinger 125 gram blødt smør 20 fed hvidløg 1 spiseske paprika 1 spiseske citronsaft 1 smule salt 1 smule peber

Beskrivelse:

Knus hvidløgsfeddene. Flæk kyllingerne. Drys indersiden med salt og paprika. Lægges i ovnfast fad med skindsiden opad. Rør smørret med salt og hvidløg. Smør det over kyllingerne. Stilles midt i ovnen ca. 45-60 minimum ved 230°. Dryp ofte kyllingerne med væden. Dryp citronsaften i de sidste 10 minutter af stegetiden. Bemærkninger kan eventuel nøjes med 2 kyllinger.

Hvidløgssuppe med linser

Den varme mad

Gryden over bål eller på et komfur og en dejlig suppe med hvidløg og røde linser.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
25 min.	10	12 fed hvidløg 150 gram bacon 2 styk løg 1 dl olie 8 dl hønsebouillon 2 dl røde linse 1 spiseske salt 1 smule peber 1 styk koriander

Beskrivelse:

Hvidløgsfeddene halveres, kimen fjernes og hvidløgene skæres i strimler. Bacon og løg skæres ligeledes i strimler. Hvidløg, bacon og løg brunes i olie og tilsættes herefter bouillon samt de røde linser. Når linserne er møre efter ca. 20 min., er suppen klar. Smag til med salt og peber og drys med hakket koriander.

Hyldeblomstdrik

Bær og frugter

Lækker forfriskende hyldeblomstsaft.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
120 min.	10	20 styk hyldeblomstklaser 2 styk citroner 1000 gram rørsukker

Beskrivelse:

Brug eventuelt atamon.

Begynd med at rense klaserne – læg dem eventuelt i blød natten over for at fjerne smådyr. Bland sukker og citronsaft i en gryde, tilsæt 1½ spilkogende vand. Hæld massen over hyldeblomsterne efter at sukkeret er blevet opløst. Lad saften med hyldeblomster stå og trække i mindst 1 døgn (gerne 2 døgn).

Sigt saften fra og gem den på flasker.

Hvis saften skal gemmes, skylles flaskerne med atamon.

Inden du drikker af saften skal den fortyndes med vand 4-5 gange.

Prøv at blande saften op i noget børnechampagne, så har I jeres egen velkomstdrik.

En dejlig forfrisker på en varm sommerdag.

Hyldeblomsten er fra gammel tid blevet brugt som medicin, så der er masser af magi over hyldeblomstdrik.

Hyldeblomsten blomstrer omkring Sankt Hans.

Senere på året er det også muligt at bruge hyldeblomsten, så er det bare i form af hyldebær i stedet.

Hyldebærdrik eller -suppe

Bær og frugter

Denne opskrift kan bruges til at lave hyldebær saft eller hyldebær suppe.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
30 min.	10	20 klaser hyldebær 1 smule honning 1 smule vand

Beskrivelse:

Brug eventuelt noget frisk frugt (æbler/pære).

Kog hylde med honning i en gryde, tilsat så meget vand at det dækker bunden. Hvis det skal bruges til suppe tilsættes så meget vand, at den får en konsistens som suppe.

Tilsæt eventuelt tern af æbler eller pærer.

Hvis det er til saft, skal den på flasker skyllet i atamon.

Blandes med 2-3 gange vand inden den drikkes.

Varier mængden af honning, alt efter hvor sød drikken ønskes.

Idly

Made in India - missionsprojekt

Prøv den indiske morgenmad.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
60 min.	10	450 gram parboiled ris 250 gram linser 1.5 tsk groft salt 1 deciliter olie

Beskrivelse:

Idly bliver spist til morgenmad i Indien, sammen med en stærk samba (klar grønsagssauce) og andre slags tilbehør.

1:

Håndrens ris og linser og sæt i blød hver for sig i 6 timer. Lad dem derpå dryppe af. Lav den iblødsatte dal til en let og luftig dej i en food processer med lidt vand. Lav også på samme måde risen til en noget grovere dej. Bland de 2 slags dej, tilsæt salt og sæt dem tilside, så de kan gære i mindst 25 til 30 timer.

2:

Hvis dejen er for tynd, bliver idlyerne klæbrige, hvis den er for tyk, bliver de hårde. Smør de små forme med olie, fyld hver af dem $\frac{3}{4}$ op med dej og damp dem. Idli skal dampes i 12 til 15 minutter. Når man sætter en tandstik i en idli, og den kommer ren ud, er idlien dampet færdig.

3:

Serveres straks og varm.

Indbagt pølse

Mad i og på gløder

Indbagt pølse bages på gløder ved bålet.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
15 min.	10	10 styk pølser 1 portion snobrød 1 smule olie

Beskrivelse:

Rul pølsen ind i dejen. Pak dejen ind i oliesmurt bagepapir og dernæst 4 sider vådt avispapir. Bages i gløder ca. 10 minutter på hver side.

Indisk Dahl

Den varme mad

Dahl er en krydret og velsmagende indisk ret.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
60 min.	10	1 styk aubergine 2 styk løg 6 fed hvidløg 1000 gram kartofler 3 styk porrer 500 gram linser 2 styk chili 1 spsk garam masala 6 spsk tomatpure

Beskrivelse:

Skær kartofler, løg, porrer og aubergine i tern på ½ x ½ cm.

Hak chili og hvidløg.

Steg kartoflerne i olie i en wok i 5 min.

Tilsæt de resterende ingredienser og steg videre i ca. 10 min.

Tilsæt tomatpure og ca. ½ l vand.

Kog i ca. 10 min eller indtil kartoflerne og linserne er kogte.

Smag til med chili og garam masala.

Denne ret giver en rigtig god varme.

Bemærkning:

Tilbehør: Pappadums og yoghurt.

Indisk couscous

Turmad ud over det sædvanlige

Lær at lav couscous.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
30 min.	4	500 gram couscous 2 fed hvidløg 1 tsk spidskommen 1 tsk chili 1 tsk oregano 2 styk bouillonterninger 1 liter vand

Beskrivelse:

Kog 1 l vand med hvidløg, spidskommen, chili, oregano og bouillonterningerne. Hæld boullonen over couscousen og rør rundt. Vent 5 min.

Indisk gryde

Køddretter

En lækker ret med indisk gryderet.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
35 min.	10	1200 gram svinekød i tern 2 styk løg 2 styk lime 1 spiseske karry 1 teske spidskommen 1 styk bouillonterning 1 smule chili

Beskrivelse:

Tilbehør: Ris og iceberg/mango salat.

Snit løg og porrer i ringe/stimler.

Steg kødet i olie, tilsæt løg og porrer.

Efter ca. 5 minutter tilsættes krydderier og vand til det lige dækker.

Kog i ca. 25 minutter - jævnes eventuelt med lidt maizena.

Indisk kabob

Mad i og på gløder

Marineret kalvekød på snobrødspinde.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
25 min.	10	1200 gram kalvekød 1 dl olie 1 spiseske spidskommen 1 spiseske chili 3 fed hvidløg 1 dl sojasovs

Beskrivelse:

Tilbehør: ris og salat.

Mariner kødet i så lang tid som muligt (1-24 timer). Fordel kødet på 10 spidse snobrødspinde. Steg ca. 15 min. Indbages eventuelt i snobrødsdej.

Indisk the

Made In India - Missionsprojekt

En kop dejlig varm indisk the.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
5 min.	10	2 liter mælk 1 smule vand 4 teske kardemomme 4 teske teblade 20 teske sukker

Beskrivelse:

Mælk, vand, kardemomme og teblade koges sammen indtil det har fået en lysebrun farve i cirka 3 minutter. Hvis der bruges teblade, sies de herefter fra igennem et kaffe-/tefilter. Herefter kommes sukkeret i teen.

Til sidst hældes teen frem og tilbage for at afkøle den så den er klar til servering.

Indonesisk rejesuppe

Supper

Rejesuppe en god forret.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
45 min.	4	2 fed hvidløg 2 spsk karry 2 styk løg 1 dåse flåede tomat 1 dåse ferskner 0.25 liter fløde 1 styk bouillonterninger 0.5 liter vand 1 smule olie 200 gram rejer

Beskrivelse:

Hvidløg, carry og løg svitses i olie.
Resten hældes i - koger i ca. 20 minutter.
Rejerne puttes i til sidst og suppen gives et kort opkog.

Bemærkning:

Tilbehør: Kinakål

Serveres med finsnittet kinakål i bunden af tallerkenen.

Is på primitiv maner

Desserter - Trangiadesserter

Lær at lave softice uden en fryser.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
45 min.	2	40 gram pasturiseret æggeblomme 1 knap vaniliesukker 0.25 liter fløde

Beskrivelse:

Varm fløden op til kogepunktet (den må ikke koge). Bland æggeblommer, sukker og vanilie sukker. Hæld langsomt den varme fløde ned i æggemassen under omrøring.

Lad massen afkøle. Frys isen i små mængder ved hjælp af to skåle, is, salt og noget vand.

Placér de to skåle oven i hinanden med knust is imellem.

I isen drysses salt, og der hældes et par dl vand i. Rør nu rundt i is-massen, indtil den er som softice - det tager lidt tid.

Put evt. chokoladestykker eller knuste rutebiler i, men først når isen er færdig.

Jambalaya

Den varme mad

En gryderet med blandt andet stærk hvidløgspeelse.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
50 min.	10	500 gram koldrøget skinke 500 gram andouille pølse 6 styk løg 6 fed hvidløg 8 stilke bladselleri 3 styk grøn peberfrugt 1500 gram parboiled ris 1 styk stødt cayennepeber 3 dåser flåede tomater 3 spiseske chilisaucе 10 dl hønsebouillon 1 halv timian 4 styk laurbærblade 10 styk forårsløg

Beskrivelse:

Forårsløg skæres i tynde strimler.

De flåede tomater drænes og skæres i store tern.

Grøn peberfrugt skæres i store tern.

Bladselleriene skæres i tykke strimler.

Løgene skæres i store tern.

I stedet for andouille pølse, kan bruges anden stærk hvidløgspeelse i tern.

Tilbehør: Brød.

Steg kød og pølser i 1 spsk olie i en stor stegegryde til det har taget lidt farve. Tag kødet op og tør gryden af. Sauter grønsagerne i resten af olien med hvidløg og cayennepeber til løgene er klare. Tag halvdelen af grønsagerne op, sauter de øvrige for jævn varme til de er meget møre – ca. 15 minutter. Tilsæt ris og steg yderligere 5 minutter. Tilsæt skinke, pølse, resten af grønsagerne, tomater, chilisaucе, bouillon, timian og laurbærblad. Bring det i kog og kog for svag varme til risene har optaget al væde, ca. 15 minutter. Lad det trække 10 minutter før jambalayaen serveres med snittet forårsløg og ekstra chilisaucе.

Jordbærkoldskål

Desserter

En dejlig forfriskning af koldskål.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
15 min.	10	15 dl kærnemælk 2 dl piskefløde 1 styk vanilje 1 styk citron 600 gram jordbær 1 smule sukker

Beskrivelse:

Tag kornene af vaniliestangen.
Kun saft og reven skal fra citronen skal bruges.

Alle ingredienserne blendes, gerne med et par isterninger. Smages til med sukker. Tips: Samme princip kan anvendes på alle bløde frugter. Ønsker man at bruge for eksempel æbler, blommer eller pærer i en slags koldskål, skal disse frugter blot koges møre i lidt vand med sukker, før de blendes.

Jordnøddechutney

Made in India - missionsprojekt

Lækker jordnøddechutney som tilbehør til chapattie/brød.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
10 min.	10	2 fed hvidløg 2 styk friske rød chili 2 dl Jordnødder 1 dl vand 1 teske salt

Beskrivelse:

Chutney bruges som tilbehør til et indisk måltid, man dypper eksempelvis chapattie i det.

Alle ingredienserne blendes sammen til det bliver en tynd masse.

Jordnødde – chutneyen skal serveres koldt.

Jordskokkecreme

Supper

En dejlig suppe med jordskokker.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
55 min.	10	1500 gram jordskokker 3 styk løg 3 styk bouillonterninger 5 dl fløde

Beskrivelse:

Tilbehør: Groft brød

Skyl jordskokkerne godt, skær alle sorte steder fra. Steg de hakkede løg og de snittede jordskokker i smør til de er gyldne. Tilsæt 3 l vand. Kog suppen i 30-45 minutter. Pisk suppen med et piskeris indtil jordskokkerne er most ud. Tilsæt fløden og giv suppen et opkog.

Jordstegt kalkunbryst

Jordstegning

Kalkunbryst stegt i jordovn

Varighed	Deltagere	Ingredienser
40 min.	10	1200 gram kalkunbryst 1 tsk paprika 1 tsk oregano 1 tsk basilikum 3 fed hvidløg

Beskrivelse:

Krydder brystet før du pakker den godt ind i kål og våd avis.
Stegetid ca. 30 min.

Bemærkning:

Tilbehør: Bagte rødbeder og bulgursalat.

Jordstegt ribbenssteg

Jordstegning

Lækker ribbensteg som laves på bål.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
200 min.	10	1200 gram ribbenssteg uden ben 1 smule timian 1 smule laurbærblade

Beskrivelse:

Tilbehør: Bagekartofler og salat.

Grav et hul i jorden, som er ca. 30 cm større, på alle sider, end det kød du skal stege. Eksempel hvis du skal stege en 30x30 cm kalkun, skal dit hul være 90x90 cm. Hullet bør være ca 90 cm dybt.

Bunden og et stykke op af siderne brotlægges med sten, ikke flint. Det tændes et stort bål i hullet i to til tre timer.

Kryder kødet, og pak det ind i banan blade, rabarber blade, hvidkål eller ligende. Slut af med et lag sølvpapir, for at være sikker på at der ikke kommer jord på.

Fjern det resterende bål, og læg kødet ned på stenene. Vælt de resterende sten ned fra siden af hullet, eller tag nogle fra et bål. Der dækkes til med græs, sten og til sidst jord. Det er vigtigt at man lægger nogle grene oven på kødet, så man ikke rammer det med skovlen når man graver det op.

Lad hellere stegen få for længe end for lidt. Bladene og staniolen holder på væsken, så den bliver ikke tør. Hvis kødet ikke er færdigt når man graver det op, lægger man det i hullet igen.

Tilberedningstid ca. 3 timer.

Jævnet grundsovs

Sovse

Lær at jævne en sovs.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
15 min.	10	10 deciliter væske 9 spsk mel 2.5 deciliter vand

Beskrivelse:

Kog væsken op. Lav en jævning af mel og vand, tilsæt denne til væsken under omrøring. Lad det koge i 10 min.

Kalkun med spidskål

Fjerkræ

En dejlige gryde med kål og kalkun.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
35 min.	10	1200 gram hakkede kalkun 1 styk spidskål 2 styk løg 1 smule smør

Beskrivelse:

Tilbehør: Kartoffler.

Start med at snitte kålen i tynde strimler – husk at skære roden væk. Rens og skær løgene i strimler.

Brug en stor gryde der passer til mængden af kål og kød.

Start med at smøre bunden af gryden, læg så et lag spidskål og løg, dernæst et lag kød, så kål og så videre.

Husk salt og peber på alle lag. Slut med at fylde halvt op med vand.

Kog ved jævn varme til kålen er mør, og kødet er gennemkogt.

Kannelsnegle

Bagning - Trangiadesserter

Kannelsnegle lavet på trangia.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
60 min.	4	20 gram gær 4 spsk mælk 40 gram fedtstof 20 gram sukker 0.25 tsk salt 1 styk æg 200 gram mel 30 gram margarine 30 gram brun farin 2 tsk kanel

Beskrivelse:

Mælk, smør, sukker og salt smeltes, afkøles til 'lillefinger' temperatur. Gæren opløses heri. Æg og mel tilsættes, og det hele æltes godt. Rul dejen ud til en firkant, ca 20*30 cm.

Rør margarine, sukker og kanel sammen til fyld, og smør det på dejen.

Rul dejen sammen fra den smalle ende. Skær rullen i ensartede skiver. Tryk kagerne lidt flade, og lad dem hæve 10 min. (tildækket).

Sæt Trangia-brænderen på lavt blus og bag sneglene på panden. Ovenpå lægges der en omvendt pande, hvorpå håndtaget sidder under bagningen for at skabe ventilation. Bages ca. 12 minutter måske lidt mere. Vendes hver 3. minut.

Bemærkning:

HUSK! Håndtaget bliver varmt.

Panden kan erstattes med den store gryde, hvis man ikke har en ekstra pande – så er der bare plads til en mindre portion og sværere at styre varmen, som let bliver for høj.

Kanin med hvidløg

Kanin

En dejlig gryde ret med kanin.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
50 min.	10	1200 gram kaninlår 8 fed hvidløg 3 styk løg 6 stilke bladselleri 160 dl hønsebouillon 1000 gram båndpasta 4 spiseske dijonsennep 600 gram ærter

Beskrivelse:

Løgene og bladselleri skæres i tern og hvidløg hakkes.

Steg kaninkødet i olivenolie ved god varme i en stegegryde, til det har taget farve. Tag kødet op og skru lidt ned for varmen. Kom hvidløg, løg og bladselleri i gryden og sauter til løgene er klare. Læg kaninkødet tilbage i gryden. Spæd til med bouillon, læg låg på og lad retten simre til kaninkødet er mørt, 30-40 min. Kog pastaen knapt mør efter anvisning på posen. Tag kaninstykkerne op og si bouillon. Bland pasta, bouillon, sennep og ærter og giv det et kort opkog.

Bemærkning:

Karamelbær

Desserter trangiadesserter

En lækker dessert med karamelbær.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
15 min.	4	50 gram perlesukker 2 spiseske druesukker 4 spiseske vand 20 gram brombær

Beskrivelse:

Kog sukker, druesukker og vand op til gylden karamel ved middel varme. Brug en lille gryde. Kom et bær i ad gangen og rul den rundt med for eksempel en gaffel, så det bliver helt dækket. Det stivner meget hurtigt til en hård skal. Læg bærrerne til tørre på et stykke bagepapir.

Kan bruge brombær, hindbær eller jordbær - brug dine yndlingsbær.

Karameller

Mest for sjov

En let opskrift på lækre karameller.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
30 min.	4	100 gram smør 1 dl piskefløde 2 spiseske hvedemel 1 dl lys sirup 2 dl rørsukker 1 teske spriteddike 200 gram hasselnødder 50 gram finthakket tørret frugt

Beskrivelse:

Smelt fedtstoffet i en kasserolle. Bland de øvrige ingredienser i undtaget frugt (for eksempel ananas og abrikoser) og nødder (for eksempel cashewnødder, valnødder eller hasselnødder).

Bring massen i kog. Koges under omrøring i ca. 15 minutter. Rør frugt og nødder i. Hæld massen over på en bageplade

beklædt med bagepapir, og lad den afkøle. Skær karamelmassen i stykkerne og pak stykkerne ind i smørrebrødspapir eller plastfilm. Opbevares i en tætsluttende dåse.

Karamelsauce

Desserter

En nem karamelsauce til desserter.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
190 min.	8	1 dåse kondenseret mælk

Beskrivelse:

Put dåsen med kondenseret mælk i i en gryde med vand (så dåsen er helt dækket). Dåsen skal ikke åbnes. Sæt låg på og kog i 3-4 timer. Hæld mere vand i, hvis vandet fordamper.

Put dåsen på køl en times tid, og åbn den.

Kartoffel suppe

Den varme mad

Dejlig kartoffel suppe med grønsager i.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
35 min.	10	1500 gram kartofler 6 styk løg 4 styk porrer 2 styk bouillonterninger 3 dl cremefraiche

Beskrivelse:

Tilbehør: Groft brød, eventuel ristede brødcroutoner.

Skræl og skyl alle grønsager.

Skær dem i mindre stykker og steg dem i olie eller smør.

Dæk til med vand, ca. 4 cm over det grønne, og tilsæt bouillonterningerne.

Kog suppen til alle grøntsagerne er kogt møre, pisk med et piskeris til massen er ens.

Rør cremefraiche i.

Kartoffelsalat med oliven og feta

Salater

Lun kartoffelsalat lavet i jordovn.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
90 min.	4	1 kilo kartofler 0.5 deciliter olivenolie 2 spsk citronsaft 2 tsk oregano 3 styk rød peberfrugt 2 spsk olivenolie 2 fed hvidløg 1 smule salt og peber 50 gram sorte oliven 75 gram feta

Beskrivelse:

Kartoflerne med skræl halveres på langs og skæres i smalle både på den lange side. De lægges i et ildfast fad og blandes med olie, citronsaft, salt, peber og oregano, og bages ved 250° i jordovnen til de er brune og bagte, ca. 40 minutter. Vend dem forsigtigt undervejs.

Peberfrugterne befries for kerner og skæres i tykke strimler. Bland dem med olie, hakket hvidløg, salt og peber. De bages samtidig med kartofler i et andet ildfast fad i jordovnen ca. 30 minutter. De skal være let brændte og bagte. Vend dem forsigtigt undervejs.

Når kartoflerne og peberfrugterne er afkølede, vendes de forsigtigt sammen i et fad. Fetaen skæres i tynde flager eller smuldres over (de kan også serveres ved siden af) og oliven lægges på.

Kartofler med røde chilier

Made In India - Missionsprojekt

Stegte kartofler med orientalske krydderier.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
20 min.	10	35 styk kartofler 5 spsk olie 1.5 tsk chili 1.5 tsk spidskommen 1.5 tsk fennikelfrø 1.5 tsk korianderfrø 2.5 spsk salt 3 styk løg 5 styk chili 2.5 spsk korianderblade

Beskrivelse:

Man serverer kogte ris til denne ret.

Det er ikke ualmindeligt at få flere retter på en gang.

Eksempelvis en med kartofler og en med kylling.

1. Kom kartoflerne i en gryde med letsaltet vand og kog dem i 10 – 12 minutter til de er bløde, men stadig faste. Fjern gryden fra varmen og hæld vandet fra.
2. Opvarm olien på en dyb stegepande. Skru ned til jævn varme og tilsæt frisk chili, spidskommen, fennikel, ko-riander og salt. Svits i 30 sek.
3. Kom løget i. Steg det til det er gyldent. Tilsæt kartofler, tørret chili og friske hakkede korianderblade. Kog ved meget svag varme under låg i 5 – 7 minutter. Server retten brandvarm.

Kikærte salat

Salater

Kikærtesalat er et godt tilbehør til kød med mere.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
45 min.	10	1000 gram kikærter 1 bundt basilikum 2 fed hvidløg 1 styk løg 2 deciliter yoghurt naturel 1 tsk citron

Beskrivelse:

Udblød ærterne natten over og kog dem derefter i ca. 30 min.

Hak hvidløg, løg og basilikum.

Bland med yoghurt og citronsaft.

Kofta med krydderier (kødboller med krydderier)

Made In India - missionsprojekt

Kødboller med krydderier som kan frituresteges, steges på panden eller i ovnen.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
40 min.	10	900 gram hakket okse- eller lammekød 4 spiseske ingefær 4 fed hvidløg 8 styk grønne chilier 2 styk løg 2 styk æg 1 teske gurkemeje 2 teske garam masala 100 gram koriander 10 styk friske mynteblade 1 halv teske mintsauce 2 styk kartofler 1 smule salt 1 smule olie

Beskrivelse:

Denne ret serveres til ris sammen med andre retter.

Læg kødet i en stor skål og tilsæt ingefær, hvidløg, chilier, løg, æg, gurkemeje, garam masala, koriander og mynte eller mintsauce. Riv kartoflen ned i skålen og smag til med salt. Rør farsen sammen.

Form blandingen til små boller på størrelse med golfkugler. Dæk dem til og lad dem hvile i cirka 25 minutter.

Kødbollerne frituresteges til de er gyldne ca. 3- 5 minutter. Lad dem dryppe godt af, og server straks. Man kan også lave dem som almindelige frikadeller på panden eller i ovnen (mere børnesikkert)

Kokoskager

Bagning

Dejlige bagte kokoskager.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
20 min.	10	3 styk æg 300 gram sukker 300 gram kokosmel

Beskrivelse:

Pisk æg og sukker hvidt og skummende, tilsæt kokosmelet.
Sættes som små toppe på bagepapir.
Bages ved 200 i 10-15 min.

Kold tomatsalsa

Andet

Kold tomatsalsa passer godt til mexikansk mad.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
20 min.	10	2 fed hvidløg 1 styk løg 12 styk tomater 1 deciliter tomatpure 1 tsk chili

Beskrivelse:

Hak hvidløg og løg meget fint, hak tomaterne og rør alle ingredienser sammen.

Koldhævede fuldkornsflutes

Bagning

Fuldkornsflutes bages i jordovn.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
50 min.	10	15 gram gær 1 halv dl vand 1 og en halv teske salt 100 gram fuldkornshvedemel 550 gram hvedemel

Beskrivelse:

Smuld gæren og rør den ud i koldt vand. Tilsæt salt, fuldkornsmel og hvedemel, og rør dejen sammen – den skal være ret lind og skal IKKE æltes.

Lad dejen hæve tildækket i køleskabet i ca. 12 timer. Hæld dejen ud på et meldrysset bord og form den til 3 lange flutes, med mel på hænderne.

Læg dem på en bageplade med bagepapir og giv hvert flute 3 snit på skrå. Lad dem efterhæve ca. 30 minutter. Tænd jordovnen på 225°. Bag flutene midt i ovnen ca. 25 minutter – det skal være sprøde og let gyldne. Pensl 2 gange med koldt vand under bagningen.

Kompot af pecannødder og appelsin

Mest for sjov - Trangiadesserter

En kompot der går godt til røgede retter samt mørkt kød.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
20 min.	1	1 styk appelsin 50 gram pecannødder 1 smule acaciehonning

Beskrivelse:

Hak pecannødderne groft. Pres saften af appelsinerne og kom det i en kasserolle sammen med lidt acacie honning. Reducér det ved svag varme i ca. 15 - 30 minutter.

Bemærkning:

Kratluskersmør

Andet

En opskrift på smør med krydderier i.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
10 min.	10	1 pakke blødt smør 1 styk krydderier

Beskrivelse:

Krydderier efter behag, for eksempel:

* 2 fed hvidløg, 1 tsk paprika og 1tsk timian.

* 1 tsk paprika, 1 tsk sellerisalt, 1 tsk timian og 1 tsk olivenpure.

* 10 fed hvidløg og ½ bt hakket persille.

* 2 fed hvidløg, 1 tsk karry og ½ bt hakket purløg.

Krokodillemad

Mest for sjov

En lækker snack med kiks og skumfiduser over bål.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
10 min.	10	10 styk skumfiduser 20 styk Kiks 1 smule nutella

Beskrivelse:

Varm skumfiduserne over gløderne på en tynd pind.
En varm skumfidus lægges mellem to nutellasmurte kiks.

Krydret flæskesteg

Køddretter

Lækker ovenstegt krydret flæskesteg.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
95 min.	10	1200 gram flæskesteg 1 bundt dild 1 bundt basilikum 1 bundt persille 1 styk kødsnor

Beskrivelse:

Tilbehør: Krydderkogte kartofler.

Skær en lomme i stegen 2 cm under sværdet.

Fyld op med de skyllede og hakkede krydderurter.

Krydder de ridsede svær med salt og peber.

Steges i ovnen ved ca. 230 i 10 minutter derefter 1½ time ved 200.

Kylling i Cashewnøddesauce

Made In India - Missionsprojekt

Klassisk indisk ret som går godt sammen med ris.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
75 min.	10	5 styk løg 5 spsk tomatpure 125 gram cashewnødder 4 tsk garam masala 3 fed hvidløg 2.5 tsk chilipulver 2.5 spsk citronsaft 0.75 tsk gurkemeje 2.5 tsk salt 2.5 spsk yoghurt naturel 5 spsk majsolie 2.5 spsk koriander 1125 gram kyllingebryst 400 gram champignon 7.5 deciliter vand

Beskrivelse:

Skær løget i kvarte og kom det i en food processor eller blender. Blend i cirka 1 minut. Tilsæt tomatpure, cashewnødder, garam masala, hvidløg, chilipulver, citronsaft, gurkemeje, salt og yoghurt og blend i yderligere 1 – 1½ minut. Opvarm olien i en gryde og hæld krydderiblandingen i. Steg i 2 minutter ved jævn varme. Tilsæt koriander, sultanas og kylling og steg i yderligere 1 minut. Tilsæt champignoner og vand, og lad det simre. Læg låg på og lad det koge ved svag varme i cirka 10 minutter eller mere til saucen er jævn, og kyllingen er gennemstegt.

Bemærkning:

Man får denne ret til ris, sammen med evt. chutney.

Kylling i wok

Den varme mad

Wok med kylling og grønsager.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
45 min.	10	3 fed hvidløg 6 skiver ingefær 6 spsk sojasovs 3 spsk mangochutney 3 deciliter vand 1 smule chili 600 gram kyllingekød 400 gram champignon 6 styk bladselleri 3 styk rødløg 400 gram spidskål 600 gram asmatiske ris

Beskrivelse:

Ingefær og hvidløg hakkes.

I stedet for chile kan bruges chilipasta.

I stedet for kyllingefillet kan bruges andet.

Kødet skæres i tynde strimler.

Champignon skæres i skiver.

Bladselleri skæres i tynde skrånede skiver.

Rødløg skæres i tynde skiver på langs.

I stedet for spidskål, kan bruges kinakål.

Kål fintsnittes.

Bland en sauce af de første 6 ingredienser og lad den trække mens retten tilberedes.

Steg kødstrimlerne i 1 tsk olie ved høj varme i en wok eller slip-let pande, til de har taget lidt farve, ca. 2 min.

Tag kødet op og tilsæt lidt mere olie.

Steg grønsagerne til de er møre og faldet lidt sammen. Bland kødet i og hæld saucen over.

Varm retten igennem og server med løse ris.

Kylling tikka tikka

Made In India - Missionsprojekt

Lækker ovnstegt kylling med krydderier.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
40 min.	10	1250 gram kyllingebryst 2 styk ingefær 2 fed hvidløg 1 teske chilipulver 1 teske gurkemeje 1 teske salt 2 og en halv dl yoghurt naturel 6 og en halv spiseske citronsaft 1 og en halv spiseske hakkede friske koriander 1 og en halv spiseske olie 2 styk løg

Beskrivelse:

Retten spises som tilbehør til ris.

Blandet salat og friske korianderkviste til pynt

1. Bland kyllingestykker, ingefær, hvidløg, chilipulver, gurkemeje, salt, yoghurt, citronsaft og koriander i en skål. Dæk skålen til og lad blandingen trække i mindst 2 timer.

2. Læg kyllingestykkerne i et ovnfast fad, der er foret med folie, og pensl med olien.

3. Steg kyllingekødet under en forvarmet grill i 15 – 20 minutter, til det er gennemstegt. Vend og pensl kødet 2 – 3 gange under stegningen.

Retten serveres i saucen, pyntet med løgringe, lime-både, blandet salat og friske korianderkviste.

Kyllingebryst i kimono

Mad i og på gløder

Kyllingebryst lavet på bål med kokosmælk.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
60 min.	10	10 styk kyllingebryst 30 blade hvidkål 1 rulle ståltråd 2 styk chili 3 fed hvidløg 1 dåse kokosmælk 1 tsk spidskommen

Beskrivelse:

Læg bryststykkerne på kålbladene.

Krydder på begge sider med hakket hvidløg, chili, kokosmælk og spidskommen. Luk pakken, rul lidt ståltråd rundt om, så den forbliver tæt.

Bemærkning:

Tilbehør: Ris og salat

I stedet for tyk kokosmælk, kan bruges mælken fra 3-4 friske kokosnødder.

Kyllingebryst med rosmarin

Fjerkræ

Kyllingebryst stegt med rosmarin god ret til ris eller ligende

Varighed	Deltagere	Ingredienser
30 min.	10	10 styk kyllingebryst 500 gram champignon 2 stilke rosmarin

Beskrivelse:

Rens og snit champignonerne.

Steg kyllingebrysterne på en meget varm pande.

Steg ligeledes champignon, steg kun en lille portion af gangen, når de begynder at væske på panden, tages de af og tilsættes brysterne sammen med rosmarin.

Bages i ovnen til kyllingen er gennemstegt.

Du kan også bruge kyllingelår til denne ret - de skal bare stege i længere tid.

Bemærkning:

Tilbehør: Ris og frisk rødbedesalat.

Kyllingegryde med risnudler

Fjerkræ

Dejlig kylling i gryde med krydderiet.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
80 min.	10	1200 gram kyllinger 1 styk selleri 2 styk løg 1 spiseske rød karrypasta

Beskrivelse:

Tilbehør: Risnudler.

Rens, skyl og skær sellerien i tynde stave, snit løgene. Steg kødet i en gryde, tilsæt selleri og løg. Steg 5 minutter ved høj varme. Tilsæt den røde karrypasta og 1 liter vand. Kog til kyllingen er mør stadig ved høj varme.

Kyllingetandoori

Fjerkræ

Spændende indiskinspireret variation af en klassisk ret med kylling.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
60 min.	10	10 styk kyllingebryst 2 spsk tandoori krydderi 2 styk lime 1 deciliter yoghurt neutral

Beskrivelse:

Lav en marinade af yoghurt, limesaft og tandoorikrydderi.

Mariner kyllingebrysterne i mindst 1 time.

Tag brysterne op og steg kyllingerne i en gryde. Tilsæt til sidst yoghurten og kog i 2 min. Hvis I har en ovn kan kyllingerne med marinaden sættes ind i ovnen og stegte færdige der.

Bemærkning:

Tilbehør: Ris og naanbrød.

Kødtærte

Frokost

En kødtærte hvor du kan bruge alt slags kød du har fået i overskud fra eksempel dagen før.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
60 min.	10	2 portioner tærtedej 2 styk løg 2 styk porrer 1 dåse majs 300 gram kød 3 dl mælk 6 styk æg

Beskrivelse:

Skær løg, porrer og kød i tern og steg dem i olie.

Rul dejen tyndt ud og form to forme, forbag dem i ovnen ved 200 i ca. 10 minutter.

Pisk mælk og æg.

Fyldet fordeles på tærterne og æggemassen hældes over.

Tærterne bages ved 180 i 45 minutter.

Ladekage a la Sletten

Bagning

bradpande kage a la sletten

Varighed	Deltagere	Ingredienser
60 min.	10	5.75 deciliter sukker 4 styk æg 0.75 deciliter kaffe 7.5 deciliter mel 4 tsk vanilje 3 spsk kakao 4 tsk bagepulver 300 gram margarine 200 gram margarine 7 spsk kaffe 2.5 spsk kakao 3 spsk vanilje 5 deciliter kokosmel 7.5 deciliter flormelis

Beskrivelse:

200 g margarine, 7 spsk kaffe, 2½ spsk kakao, 3 spsk vanilje, 5 dl kokosmel og 7½ dl flormelis bruges til glasur.

Sukker og æg piskes hvidt og skummende.

Mel, vanille, kakao og bagepulver blandes og vendes i æggemassen skiftevis med kaffen.

Til sidst tilsættes det smeltede smør.

Bages i smurt bradepande 20-30 min. ved ca. 180.

Efter afkøling påsmøres glasuren, som er varmet op i en gryde.

Lam i karry

Lammekød

Kogt lam med dejlig grøn karry pasta.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
55 min.	10	1200 gram lammekød i tern 2 spiseske grøn karrypasta 3 styk løg 2 styk bouillonterninger

Beskrivelse:

Tilbehør: Ris.

Steg kødet i lidt olie, tilsæt løg og steg til alt er brunt. Rist pastaen af i 1 minut. Hæld vand på til det næsten dækker. Kog i 45 minutter, jævn eventuelt med maizena.

Lammekølle

Lammekød

En lækker lammekølle.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
95 min.	10	1 styk stor lammekølle 5 fed hvidløg 1 styk citron

Beskrivelse:

Tilbehør: Flødebagte kartofler og salat.

Stik små huller i køllen med en spids kniv, placer halverede hvidløg i disse huller. Skær citronen i skiver og læg dem oven på køllen.

Steg køllen i ovnen først ved 240 i 15 minutter, derefter ved 180 i 60-75 minutter.

Lammekølle (Pouls sommerfugl)

Lammekød

Lammekølle lavet over bål som er god sammen med kartofler.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
120 min.	10	1 styk lammekølle 6 fed hvidløg 2 styk citroner

Beskrivelse:

Skær benet væk som vist på billederne.

Stik små huller i køllen og piker den med hvidløg (stik hvidløgsstykker ind i kødet).

Steg køllen på en rist ca. 1½-2 timer, krydrer undervejs med citron.

Bemærkning:

I stedet for én stor lammekølle, kan bruges to små.

Tilbehør: Bagekartofler og rodfrugter i godt selskab.

Lammekølle på bålgrill

Lammekød

Lammekølle stegt over bål.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
75 min.	10	1 styk lammekølle 1 smule salt og peber 2 styk hvidløg 1 smule persille 1 smule olie

Beskrivelse:

Hak persillen groft og pil hvidløgene og halver feddene.

Skær nogle små huller i kødet på ca. 2 cm både i længden og dybden. I hvert hul stoppes nu et halvt fed hvidløg samt lidt persille.

Lidt olie pensles på kødet, hvorefter kødet gnides ind i salt og peber.

Skal steges i mindst en time.
Vend kødet hvert kvarter.

Langtidsbagt tomat

Andet

Lækker tomat som er langtidsbagt i ovn.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
90 min.	10	10 styk tomater 3 fed hvidløg 1 dl olivenolie 1 smule sukker 1 smule salt 1 smule peber

Beskrivelse:

Skær hvidløgene i tynde skiver.

Halvér tomaterne, læg nogle tynde skiver hvidløg, olivenolie, meget lidt sukker, salt og peber oven på hver tomat. Bag dem i ovnen ved 160 i ca. 1-2 timer. Bagte tomater er rigtig godt tilbehør til varm mad.

Langtidshævet flute med kærnemælk

Bagning

Dejlige bagte flute med kærnemælk.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
60 min.	10	10 dl kærnemælk 5 gram gær 1 og en halv spiseske salt 1 spiseske sukker 1800 gram mel 1 dl olivenolie 1 pakke hvidløgskrydderi 1 pakke basilikum

Beskrivelse:

Olivenolien kan erstattes af vindrukerneolie.

Denne opskrift giver brødet en utrolig god smag og er samtidig sjov at lave. Opskriften kræver lidt forberedelse.

Dagen før skal kærnemælken, gær, salt, sukker, krydderier og 800 g mel blandes.

Det hele sættes et lunt sted og hæver i mindst et døgn.

Dagen efter røres dejen med olien og resten af melet.

Dejen formes til flutes med det samme og hæver til dobbelt størrelse, ca. 35 minutter.

Bages ved 220 i 15 minutter.

Laplandsk ørred

Fisk mad i og på gløder

Dejlig ørred pakket ind og lægges på gløderne i bålet.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
30 min.	10	5 styk ørreder 100 gram salt 2 fed hvidløg 1 halvt bundt timian 1 halvt bundt citronmelisse

Beskrivelse:

Hvidløgene presses. Krydder den rensede ørred med hvidløg, salt, peber, timian og citronmelisse.

Rul fisken ind i et stykke bageparpir med smør på, som du derefter ruller en våd avis uden om. Put pakken ind i gløderne i bålet, og vent 15-20 minutter.

Hold øje med, at avisen ikke bliver så tør at den bryder i brand.

Tag derefter fisken ud, pak den op, og spis.

Lerbagt kylling med fjer

Mad i og på gløder

En hel kylling bagt i gløder ved hjælp af ler.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
270 min.	10	1 styk kylling med fjer 1 styk store sten 1 smule ler

Beskrivelse:

Krydder kyllingen indvendigt med rigelig salt, peber og hvidløg.

Læg stenen ind i kyllingen og luk hullet.

Pak kyllingen ind i 2 cm ler.

Bag den inde i en bunke af gode gløder.

Når leret begynder at sprække og der ca. er gået 3-4 timer er kyllingen færdig.

Nu skulle fjer og ler være lige til at pille af.

Bemærkning:

Tilbehør: Ris og salat.

Loganbrød

Andet

Loganbrød er et klassiske turbrød fyldt med energi og smag.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
80 min.	10	500 gram fuldkorns hvedeme 300 gram hvedemel 120 gram sojamel 130 gram kokosmel 200 gram fuldkorns rugmel 100 gram hakkede tørrede abrikoser 100 gram hakkede nødder 100 gram rosiner 150 gram margarine 100 gram honning 200 gram druesukker 6 dl mælk 2 teske salt

Beskrivelse:

Alle ingredienser røres sammen til en dej, der breddes ud på en smurt bradepande i ca. 2 cm tykkelse. Dejen skæres for inden bagning (40 tern af ca. 4x10 cm). Bages ved 180° i ca. 1 time. Loganbrødet er det klassiske turbrød fyldt med energi og smag.

Lune abrikoser med mascarponecreme

Desserter - Trangiadesserter

Lækker dessert med abrikoser, creme og knuste makroner.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
20 min.	4	1 styk stang vanille 1.5 deciliter sukker 1.5 deciliter vand 750 gram abrikoser 150 gram mascarpone 1 styk citron 3 spsk flormelis 2 styk pasturiseret æggeblomme 1.5 styk pasteuriserede æggehvite 4 styk makroner

Beskrivelse:

Bland vanillemarv, sukker og vand i en gryde og giv det et opkog.

Halver abrikoserne og kasser stenene.

Vend abrikoserne i den varme sukkerlage, lad dem simre 3 min. og tag dem af varmen.

Pisk mascarponeosten sammen med fintrevet citronskal, flormelis og æggeblommer.

Pisk æggehviderne stive og vend dem i cremen.

Anret abrikoserne med creme og drys med knuste makroner

Lynboller (12 stk)

Bagning

Dejlige opskrift på lynboller.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
40 min.	10	1 dl mælk 35 gram gær 75 gram margarine 270 gram mel 2 spiseske sukker 1 kvart teske salt 1 styk æg

Beskrivelse:

Mælken lunes, gæren røres ud heri, og de øvrige ingredienser tilsættes.

Hæver 15 min.

Bages ca. 15 min. ved 200.

Mads' rabarberkompot

Bær og frugter

Denne kompot er fantastisk til fisk eller stegt kød.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
30 min.	10	6 styk rabarber 1 spsk karry 2 fed hvidløg 1 deciliter hvidvinseddike 1 smule sukker 1 smule salt

Beskrivelse:

Skal smages til med sukker og salt.

Rens og skær rabarberne i mindre stykker. Tilsæt karry, eddike og hakket hvidløg. Kog retten indtil den er kogt ud, tilsæt eventuelt lidt vand.

Marmelade

Bær og frugter

En dejlig marmelade med blandede bær.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
20 min.	10	1000 gram blandede bær 1 smule vand 550 gram sukker

Beskrivelse:

Rens bærrene, kog dem med sukkeret og lidt vand i ca. 10 minutter (til bærrene er næsten udkogte) i en gryde under låg. Sukkermængden afhænger af bærrenes surhed, smag dig frem.

Marokkansk oksekød

Kødretter

Marokkansk kryderet går godt på en kold vinterdag.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
120 min.	10	1200 gram kød 3 styk løg 5 fed hvidløg 2 styk citroner 2 stk kanelstænger 2 dåser flåede tomater 1 spsk oregano 1 tsk sukker 1 spsk spidskommen 3 styk laurbærblade

Beskrivelse:

Rens og hak hvidløg og løg.

Steg kødet i en gryde, tilsæt løg og hvidløg, steg til løgene er brunet.

Tilsæt de resterende ingredienser og vand til kødet er dækket. Koges i ca. 1 time.

Jævnes eventuelt med maizena.

Bemærkning:

Tilbehør: Couscous og salat.

Mars-creme

Desserter - Trangiadesserter - Mest for sjov

Cremen er god til lagkager, frugter eller andet.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
30 min.	4	4 styk mars 0.25 liter piskefløde

Beskrivelse:

Hæld piskefløden i den lille gryde og varm den op til lige under kogepunktet. Mens fløden varmes, hakkes de 4 små Marsbarer i mindre stykker.

Marsstykkerne tilsættes fløden og massen varmes til man har en lind creme.

Cremen stilles til afkøling

Bemærkning:

Cremen kan også laves med Yankiebarer eller andre chokoladebarer

Medister

Kødretter

Lær at lav hjemmelavet medisterpølse.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
120 min.	6	750 gram nakkekam 750 gram oksemellemskært 200 gram spæk 0.5 tsk koriander 0.5 tsk ingefær 1 tsk allehånde 0.5 tsk muskatnød 6 deciliter bouillon 5 meter svinetarm

Beskrivelse:

Til en stor medister:

Kød og spæk hakkes 2 gange og æltes godt med salt, peber, krydderier og så meget bouillon, at farsen bliver som en lind grød.

Stop den i medistertarme og prik dem under stopningen, så der ikke bliver luft i pølserne. Tarmene må ikke fyldes for hårdt, kun ca. en tredjedel, da de ellers vil revne ved kogningen.

Pølserne må ikke koge stærkt, men kun holdes lige under kogepunktet, i ca. 10 minutter, så revner de ikke. Du kan også nøjes med at stege medisterpølsen.

Steg derefter medisterpølsen i smør. Prik huller i medisteren.

Medisterpølse

Svinekød

Hjemmelavet medisterpølse god i juletiden.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
180 min.	10	1500 gram skinkesmåkød 500 gram spæk 10 deciliter bouillon 0.75 tsk muskatnød 1.5 tsk nelliker 1.5 tsk allehånde 6 styk tarme

Beskrivelse:

Hak kødet 1-2 gange gennem kødhakkemaskinen.

Rør bouillon i lidt ad gangen. Krydder og lad farsen hvile 1-2 timer.

Skyl tarmene i lunkent vand og træk dem forsigtigt over pølsehornet.

Kør forsigtigt farsen gennem maskinen, så tarmen fyldes jævnt.

Der skal være plads til, at farsen kan udvide sig ved stegning/kogning. Medisterpølsen er nu klar til tilberedning.

Melonsalat

Diverse salater

En dejlig frisk melon salat.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
15 min.	2	1 halv honningmelon 75 gram spinatblade 1 styk appelsin 20 gram parmesan 2 spiseske pinjekerner

Beskrivelse:

Skær melonkødet i tern. Skyl spinaten og lad den dryppe af. Smag saften af ½ appelsin til med salt og peber. Bland melon og spinat i en skål og vend appelsinsaften i blandingen. Pynt med parmesanflager, høvlet med for eksempel en kartoffelskræller. Rist pinjekernerne på en tør pande og drys dem over.

Minestrone

Supper

God suppe til at varme sig på en vinter dag.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
75 min.	10	500 gram bacon 4 styk løg 4 fed hvidløg 4 styk gulerødder 2 styk persillerødde 1 styk selleri 5 styk kartofler 2 dåser flåede tomater 3 styk bouillonterninger 300 gram nudler

Beskrivelse:

Rens alle grøntsager og skær dem i tern.

Steg bacon i en gryde, tilsæt grøntsagerne, og fortsæt med at stege til alt er let brunt.

Tilsæt flåede tomater og vand til det dækker 5 cm over grøntsagerne.

Kog hele retten i 40 min. Tilsæt nudler.

Når nudlerne er færdige, er suppen færdig.

Krydder med timian, basilikum og paprika.

Bemærkning:

Tilbehør: Flute.

Minirugbrød

Bagning

Hjemmelavet rugbrød bagt i jordovn.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
210 min.	44	3 deciliter rugkerner 3 deciliter vand 3.3 deciliter hvidtøl 100 gram gær 3.5 deciliter kærnemælk 1 kilo rugmel 200 gram hvedemel 2 spsk groft salt

Beskrivelse:

Til ca 44 stk:

Opløs rugkernerne med kogende vand og lad dem trække ca. 1 time. Lun øllet (lillefingervarmt). Hæld det i en røreskål og rør gæren ud heri.

Tilsæt de udblødte rugkerner, kærnemælk, rugmel, hvedemel og salt. Hold lidt af hvedemelet tilbage. Slå dejen godt sammen. Stil den til hævnning et lunt sted ca. 1 time.

Tag dejen ud på et meldrysset bord og ælt den igennem. Del den i 2 dele. Del hver del i 22 stykker, som formes til små rugbrød. Stil brødene med et lille mellemrum på bagepapir eller en smurt bageplade. Brødene skal bage sammen. De skal efterhæve ca. 50 min.

Pensl og rids brødene. Bag dem nederst i jordovnen i ca. 40 min. ved 200°. Brødene er egnet til nedfrysning.

Muldvarpeskud

Desserter trangiadesserter

En lækker dessert med blandt andet svesker.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
25 min.	4	1 pose svesker 2 dl vand 30 gram mandler 3 styk æg 3 spiseske sukker 1 og en halv spiseske maizena 4 dl mælk 1 teske vanille 1 og en halv dl piskefløde 100 gram chokolade

Beskrivelse:

Sveskerne koges i vandet til de er møre - ca. 15 minutter - og afkøles. Mandlerne smuttes og $\frac{1}{2}$ - 1 mandel kommer i hver sveske. Sveskerne toppes op på et fad.

Æg, sukker, maizena og mælk piskes sammen i en gryde og varmes op under piskning. Vanille røres i og cremen afkøles. Fløden piskes stiv og vendes i cremen. Cremen hældes over sveskerne og chokoladen rives og drysses over.

Myntefrikadeller

Den varme mad kødretter

Myntefrikadeller med svinekød steges på en pande.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
10 min.	2	200 gram hakket svinekød 1 teske salt 1 spiseske frisk mynte 1 kvart teske peber 11 spiseske olie

Beskrivelse:

Tilbehør: Melonsalat, 200 g brød for eksempel ciabatta.

Rør kødet med salt og rør herefter 2 spiseske vand, hakket mynte og peber i. Form farsen med en barneske til 8 kugler, som trykkes lidt flade. Varm olien på en pande ved god varme. Brun frikadellerne ca. 1 minut på hver side. Skru ned til middel varme og steg dem ca. 3 minutter på hver side.

Müsligrød

Morgenmad

En god omgang morgenmad med müsligrød.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
10 min.	10	500 gram müsli 20 dl vand 1 teske salt

Beskrivelse:

Tilbehør: Rosiner, smør og/eller mælk.

Bland alle ingredienser i en tykbundet gryde.
Kog grøden op og kog videre i ca. 3 minutter.
Til müsligrød kan bruges næsten alle slags müsli.

Naanbrød (15 stk)

Bagning

Lær at lav naanbrød.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
30 min.	10	500 gram mel 1 tsk salt 3 deciliter yoghurt naturel 1 styk æg 0.5 tsk spidskommen

Beskrivelse:

Bland salt og hvedemel.

Hæld melet ud på bordet, lav en fordybning i midten.

Tilsæt yoghurt og spidskommen.

Ælt ingredienserne forsigtigt sammen.

Eventuelt tilsættes 1 spsk vand, hvis dejen er for tør.

Hviler 1 time i køleskab.

Formes som 2 millimeter tynde brød, steges i olie på en pande ved stærk varme på begge sider, ca. 2 min i alt.

Nudler med pølse

Turmad ud over det sædvanlige

Turmad ud over det sædvanlige med nudler med pølser.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
15 min.	4	500 gram coritzopølse 1 styk løg 6 fed hvidløg

Beskrivelse:

Tilbehør: 1 kg nudler.

Begynd med at riste pølsen i lidt olie, tilsæt efter 2 minutter de hakkede løg og hvidløg. Bland med de kogte nudler.

Ovnbagt laks

Fisk

Lækker ovnbagt laks.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
40 min.	10	1000 gram laks i filet med skind 1 bundt dild 1 styk citron

Beskrivelse:

Tilbehør: Ris/kartofler og dildsauce.

Læg laksen med skindsiden nedad i en bradepande.
Krydder med salt, peber, citron i skiver og den hakkede dild.
Bag laksen ved 190 i 15-30 minutter, alt efter hvor tyk laksen er.

Pandekagepakker med fyld

Desserter Trangiadesserter

Pandekager med fyld velegnet til dessert.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
120 min.	4	2 deciliter mælk 2 styk æg 2 spsk reven appelsinskal 1 knap salt 25 gram smør 75 gram mel 5 styk æbler 2 spsk smør 2 spsk honning 1 tsk kanel 1 smule reven appelsinskal 3 spsk appelsinsaft 50 gram hakkede valnødder eller mandler

Beskrivelse:

Pandekagedejen piskes sammen af mælk, æg, revet appelsinskal, salt, smeltet smør og mel.

Smørret kan smeltes på den pande, som senere skal bruges til at bage pandekagerne på. Dejen må gerne hvile lidt, før der bages 8 pandekager, der kan laves i god tid før middagen.

Til fyldet smeltes smør og honning på en pande, kanel, revet appelsinskal og skrællede æbler, der er skåret i både, kommes i. Småsteges, til æblerne er møre, hvorefter rom blandes i sammen med de hakkede valnødder eller mandler, og fyldet smages til. K om 1 spsk. fyld på hver pandekage, der lukkes som en pakke, lægges i et ildfast fad, stænkes med lidt appelsinsaft, og honning "kringles" over. Kan eventuelt lunes et par minutter i en gryde, pas på de ikke brænder på. Smager herligt med koldt flødeskum.

Pandekager

Morgenmad

Pandekager er gode sammen med syltetøj eller ligende.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
60 min.	10	375 gram mel 9 deciliter mælk 6 styk æg 1.5 tsk salt

Beskrivelse:

Rør mel og mælk til jævning.

Pisk æggene i et af gangen og til sidst salt.

Steges på en varm pande i fedtstof.

Tilsæt eventuelt dejen en del af fedtstoffet.

Bemærkning:

Tilbehør: Sirup, sukker eller marmelade.

Pasta med auberginer

Den varme mad

Pasta med dejlig aubergine og plukket krydderurter.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
190 min.	10	2000 gram pasta 3 styk løg 1 bundt basilikum 2 styk auberginer

Beskrivelse:

I stedet for basilikum kan bruges oregano.
Tilbehør: Brød.

Start med at skære auberginerne i ½ cm tykke skiver og salt dem i ca. 3 timer.
Skær løgene i strimler, steg dem i olie og sæt det til side.
Steg auberginerne ved meget høj varme til de er brune og møre.
Bland den kogte pasta med: løg, aubergine og plukket krydderurt.

Pastadej

Bagning

Her kan du lave dine egne spaghetti'er.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
150 min.	10	300 gram mel 1 styk æg 1 styk æggehviter 1 spiseske olivenolie 1 spiseske salt 1 smule vand

Beskrivelse:

Melet spredes ud på bordet, og der laves en hulning i midten. Tilsæt øvrige ingredienser og ældt det hele sammen til en dej. Når den har samlet sig, skal den æltes igennem i 15 min.

Hviler mindst 2 timer.

Så er dejen klar til at blive rullet.

Brug en pastamaskine eller en kagerulle (lidt sværere).

Rul først dejen igennem maskinen ved den bredeste indstilling, derefter ved en mindre og mindre indstilling indtil den er nede på ca. 3 millimeter.

Brug nu indstillingen til at skære dejen til spaghetti eller fettuccine. Koges ca. 3 minutter

Pastasalat med bønner og tomat

Den varme mad

Pastasalt kan spises alene eller nydes som tilbehør til kød.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
60 min.	10	2000 gram pasta 500 gram grønne bønner 3 fed hvidløg 1 bundt persille 5 styk tomater

Beskrivelse:

Kog bønnerne i 3 min.

Hak hvidløg, skyl og hak persillen og skær tomaterne i 8 dele.

Kog pastaen i rigeligt vand tilsat salt.

Når pastaen er afdryppet, steges hvidløg, tomat og bønnerne i en stor gryde eller flere gange på en pande.

Pastaen, persille og tomat vendes sammen med det resterende.

Bemærkning:

Tilbehør: Brød.

Penne ala Carbonarda

Den varme mad - Kødretter

Den klassiske carbonarda bare med penne pasta i stedet.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
45 min.	4	500 gram penne pasta 10 skiver bacon 1 smule olie 5 styk æggeblommer 1 deciliter piskefløde 125 gram parmesan 1 knap salt 1 smule peber

Beskrivelse:

Kog pennene i letsaltet vand. Mens pastaen koger, steges baconen langsomt indtil den er sprød.

Bræk baconen i små stykker. Pisk æggeblommer, bacon og halvdelen af parmesanen sammen.

Når pastaen er kogt, hældes vandet fra og pennene blandes med bacon, fløde/osteblandingen.

Restvarmen i pastaen er nok til at koge æggesaucen, så den er blød og silkeagtig.

Retten smages til med resten af osten og masser af friskkværnet peber.

Bemærkning:

Serveres staks med en stor skål salat.

Pernilles kalkun

Mad i og på gløder

Kalkunbryst steges på pinde over bål.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
20 min.	10	1200 gram kalkunbryst 1 smule oliven 1 smule citronsaft 10 styk tynde pinde

Beskrivelse:

Kalkunbrystet skæres i 10 strimler.

Tilbehør: Ratatouille og pasta.

Sæt strimlerne på 10 tynde pinde. Smør dem med tarpernaden og lidt citronsaft. Steges ca. 10-15 min, mens de fortsat smøres.

Persillesovs

Sovse

En dejlig persillesovs.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
15 min.	10	1 bundt persille 10 dl mælk 9 spiseske mel 60 gram fedtstof

Beskrivelse:

Grundsovsen:

Smelt fedtstoffet i en gryde, tilsæt melet lidt efter lidt. Kom halvdelen af mælken i under kraftig omrøring, når det er rørt ud tilsættes resten af mælken. Eller brug sovsejævning, for eksempel maizena. Almindelig maizena skal opløses i vand inden den tilsættes væsken, der ønskes jævnet. Efter et kort opkog er sovsen jævnet. Maizena fås også i en udgave der kan drysses direkte i væsken. En hurtig men dyr løsning. Disse grundsovse kan bruges til alt!

Derefter:

Skyl og hak persillen, tilsæt den til sovsen. Kog sovsen op.

På samme måde kan laves:

- Dildsovs.
- Ostesovs – tilsæt blot 200 g reven ost.
- Rosmarinsovs.
- Timiansovs.

Pitaboller (10 stk)

Bagning

Lækre pitaboller.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
95 min.	10	3 dl vand 20 gram gær 1 halv teske salt 1 dl grahamsmel 400 gram hvedemel

Beskrivelse:

Vandet skal være lunkent.

Udrør gæren i vandet, tilsæt resten og ælt til du har en smidig dej.

Lad dejen hæve 45 min.

Del den i 10 stykker og rul dem flade, med en diameter på 10 cm.
Efterhæver i 30 min. og bag dem ved 225 i ca. 15 min.

Pitabrød med kyllingesalat

Lette frokostretter

En let frokostret med pitabrød med kyllingesalat.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
25 min.	10	10 styk pitabrød 100 gram kogt kyllingekød 400 gram ærter 400 gram majs 400 gram champignon 5 dl cremefraiche 5 dl mayonnaise

Beskrivelse:

Skær kødet i tern. Bland ærter, majs og skyllet snittet champignon med mayonnaise og cremefraiche. Krydder med engelsksauce, hp sovs, citron, salt og peber.

Planket fisk

Mad i og på gløder

Lækker fladfisk på bål.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
30 min.	10	10 styk fladfisk

Beskrivelse:

Gnid salt på de hele fisk (rødspætter, skrubber eller rødtunge) og fastgør dem på flere stykker flækket træ, bages ca. 20 minutter.

- 10 æg.
- 10 sten.
- 10 sk toastbrød.
- 10 klatter margarine.

Skær en cirkel ud i brødet, læg brødet på den flade sten, smelt smørret i midten af ringen og slå ægget ud der i. Brug en ren spade til at fjerne ægget igen. Spejlæg på sten er en rigtig klassiker.

Popkorn

Mest for sjov

Lækre popcorn tilberedt på bål.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
5 min.	10	1 smule upoppedede popcorn 1 smule salt

Beskrivelse:

Popkorn kan let tilberedes over bål i to sammenbundne metalsigter på skaft. De upoppedede korn hældes i en metalsigte, der bindes sammen med en anden metalsigte (brug ståltråd), så der dannes en kugle. Ryst sigterne godt, og i løbet af få minutter er der lækre popcorn.

Prinsesseris

Desserter trangiadesserter

Dejlig dessert med kogt ris i flødeskum og frugtkompot.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
20 min.	4	6 dl parboiled ris 3 dl vand 1 spiseske salt 1 styk stang vanille 4 dl piskefløde 25 gram mandler 1 spiseske sukker

Beskrivelse:

Tilbehør: Frugtkompot eller frosne frugter.

Kog risen til løse ris med vand, salt og vanillekorn. Pisk fløden og bland den med afskallede, groft hakkede mandler og sukker. Bland den kolde ris i flødeskummet, hæld det i en skål og server desserten med frugtkompot eller frosne, optøede frugter.

Puslinge snobrød

Bagning

Snobrød opskrift og også med flere snobrødsvariationer.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
??? min.	10	1000 gram mel 2 teske bagepulver 2 teske salt 10 dl vand

Beskrivelse:

Saml mel, salt og bagepulver med vandet indtil det ikke klistrer længere.

Snobrødsvariationer

Prøv at gøre dine snobrød lidt mere spændende. På den her måde kan det næsten udgøre et helt måltid.

Bland reven ost ind i dejen.

Bland reven ost og skinke i.

Bland oregano, basilikum eller timian i.

Put en ostehaps i hullet i det færdigbagte snobrød.

Pærer med Chokoladesovs

Desserter

En lille lækker dessert pærer med chokoladesovs

Varighed	Deltagere	Ingredienser
30 min.	4	4 styk pærer 1 stang vanilje 2 plader mørk chokolade 1 smule sukker 1 smule pulver kaffe 0.25 liter piskefløde

Beskrivelse:

Pæerne skrælles, halveres og udkernes.
De dækkes med vand og koges med vanilje og lidt sukker, til de er møre.

Chokoladen smeltes. Der tilsættes sukker og et par teskefulde frysetørret kaffe.
Piskefløden røres i, og saucen er klar.

Pæerne anrettes i portionsglas med chokoladesauce.

Ramsløg som tilbehør

Spiselige planter

Ramsløg som tilbehør til for eksempel en bøf.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
15 min.	10	1000 gram ramsløg 1 kvart dl eddike 2 fed hvidløg

Beskrivelse:

Skyl løgene og steg dem hele i smør. Tilsæt hakket hvidløg. Når løgene efter ca. 5 minutter er møre tilsættes eddike, som koges væk. Prøv at spise dem til en bøf!

Ratatouille

Den varme mad

Denne ret er en form for kødsovs uden kød. Prøv den varm eller kold på en sommerdag i skoven.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
120 min.	10	5 styk løg 3 styk auberginer 4 styk rød peberfrugt 4 styk gul peberfrugt 5 styk squash 4 fed hvidløg 10 styk tomater 1 bundt basilikum

Beskrivelse:

Skær squash og aubergine i 3x3 cm tern og salt dem i 1 time.
Varm olien i en gryde, kog løgene heri (de må ikke blive brune).
Tilsæt de resterende ingredienser skåret i mindre tern, på nær tomat og basilikum.
Kog grøntsagerne under låg i ½ time. Tilsæt hakket tomat og basilikum.

Bemærkning:

Tilbehør: Pasta eller brød.

Ris a la mande med kirsebærsauce

Desserter

En opskrift på ris a la mande.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
80 min.	4	65 gram grødris 1 og en halv liter mælk 1 halv vanilje stang 2 spiseske sukker 75 gram mandler 5 dl piskefløde

Beskrivelse:

Kog ris, mælk og vanilje ved svag ild under låg ca. 50 minutter – rør grundigt rundt undervejs, så det ikke brænder på! Rør sukker i, og stil grøden til afkøling.

Smut mandlerne og hak dem. Rør mandlerne i. Pisk fløden. Vend fløden i grøden. Skal stå koldt, indtil den spises.

Ris à l'amande

Desserter

Klassisk dansk juledessert.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
60 min.	10	10 deciliter risengrød 4 spsk flormelis 2 tsk vanilje 100 gram mandler 6 deciliter fløde

Beskrivelse:

Pisk fløden, smut og hak mandlerne.
Bland alle ingredienser sammen.
Smag til med mere sukker hvis det er nødvendigt.

Bemærkning:

Tilbehør: Varm kirsebærsovs.
Kirsebærsovs købes færdig til opvarmning eller laves selv.

Risengrød

Andet

Dejlig velsmagende risengrød.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
60 min.	10	750 gram grødris 15 dl vand 30 dl mælk

Beskrivelse:

Tilbehør: Smør, sukker og kanel.

Kog gryn og vand op i en tykbundet gryde, når det har kogt i 5 minutter, tilsættes mælken og det bringes i kog igen. Kog til risene er udkogte, ca. 20 minutter, eller stil gryden i en hokasse og lad den stå ca. 45 minutter.

Risotto a la fromacio

Turmad ud over det sædvanlige

Risotto er en klassisk italiensk risret.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
??? min.	4	500 gram risotto ris 1 styk løg 200 gram ost 1 styk bouillonterninger

Beskrivelse:

Steg det hakkede løg og tilsæt risen. Tilsæt 1 l vand og bouillonterningen. Kog til risene er møre. Tilsæt osten. Hvis risene er ved at koge tørre spædes til med lidt vand.

Ristede mandler med chili og havsalt

Mest for sjov

Ristede mandler er en god snack at have med på tur.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
30 min.	8	0.5 spsk olivenolie 250 gram mandler 2 styk chili 2 knap havsalt

Beskrivelse:

Kom mandler og olivenolie i en varm pande.

Sautér og rist mandlerne gyldenbrune, ryst panden regelmæssigt hele tiden, så mandlerne bliver jævnt brune og deres nøddesmag trækkes frem. Pas på, de ikke brænder på!

Drys knust chili på smag til med salt.

Rodfrugter i MEGET godt selskab

Lammekød

Lammekød med rodfrugter lavet i gløder.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
180 min.	10	1200 gram lammekød 1 styk selleri 2 styk persillerødde 2 styk pastinakker 10 styk bagekartofler

Beskrivelse:

Rens og skær grøntsagerne i skiver.

Læg først et lag grønt, derefter et lag kød osv. Slut af med at dække retten med vand og bag retten i gløder i ca. 2 timer.

Bemærkning:

Tilbehør: Groft brød.

Rodfrugter i foliebakker

Mad i og på gløder - Tilbehør

Rodfrugter bagt på bål.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
75 min.	6	0.25 kilo gulerødder 0.25 kilo rødbeder 0.25 kilo pastinakker 0.25 kilo kartofler 2 styk rødløg 1 smule olie 1 smule salt og peber 1 smule timian og rosmarin

Beskrivelse:

Skræl rodfrugterne og skær dem i lige stænger. Skær rødløg i kvarte. Bland med olie og krydderier.

Put rodfrugterne i foliebakkerne, sæt dem ind i bålet og bag til de er færdige.

Rose sorbet

Spiselige planter

Dejlig frisk sorbet.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
30 min.	10	1 dl rosenblade 700 gram frugtkød 450 gram rørsukker 5 dl vand

Beskrivelse:

Kog den skrællede og hakkede frugt (kan være halv appelsin og halv blodgrape) i en gryde, tilsat den saft der løb fra ved hakningen, indtil det har en grødet konsistens (ca. 10 minutter). Kog vand, sukker og rosenblade sammen i 3 minutter. Sigt blandingen ned i frugtmosen. Stil massen i fryseren under omrøring hvert 10 minutter. Pynt med lidt friske rosenblade.

Rullesteg

Køddretter

En klassisk rullesteg

Varighed	Deltagere	Ingredienser
120 min.	10	1200 gram svineslag 1 bundt persille 1 bakke svesker 1 styk kødsnor

Beskrivelse:

Skyl og hak persillen.

Krydder indersiden af slaget godt med salt, peber, persille og evt. udstenede svesker. Rul stegen meget hårdt sammen og snør til med kødsnoren.

Steg i olie i en gryde, tilsæt vand og lad stegen koge i ca. 1½ time. Lav en lækker sovs ud af vandet (se grundsovse).

Bemærkning:

Svesker kan udelades.

Tilbehør: Kartoffler og syltede agurker.

Råcreme

Desserter

En lækker råcreme med vaniljeesukker.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
10 min.	10	10 styk pasteuriserede æggeblommer 10 spiseske sukker 5 dl fløde 1 smule vaniljeesukker

Beskrivelse:

Pisk æg og sukker hvidt og skummende. Bland med den piskede fløde og smag til med vaniljeesukker.

Råstegte kartofler

Andet

kartofler med krydderurter er gode som tilbehør til kød.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
90 min.	10	2000 gram kartofler 2 fed hvidløg 1 smule krydderurter

Beskrivelse:

Forskellige krydderurter er f.eks. timian, oregano og rosmarin.

Vask kartoflerne grundigt, skær dem i 8 både. Vend dem med olie, hakket hvidløg og krydderier.

Bages i ovnen ved 210 ca. 1 time.

Rødkål

Tilbehør

Dejlig hjemmelavede rødkål.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
60 min.	4	1 kilo rødkål 1 styk æble 2 dl ribssaft 1 halv dl eddike 4 spiseske sukker 1 teske salt 20 gram smør

Beskrivelse:

Snit rødkålen fint. Skræl æblet og skær det i skiver. Læg kål og æble i en gryde. Tilsæt ribssaft, eddike, sukker og salt. Lad rødkålen småkoge under låg i ca. 35 minutter. Fjern låget og kog yderligere ca. 10 minutter, så væden kan fordampe. Smag til med salt og sukker. Tilsæt eventuelt smør.

Rødvinssovs

Sovse

En lækker rødvinssovs.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
??? min.	10	1 flaske rødvin 2 styk bouillonterninger 10 dl væske 9 spiseske mel 2 og en halv dl vand

Beskrivelse:

Kog væsken op (kartoffelvand, suppe eller fond). Lav en jævning af mel og vand, tilsæt denne til væsken under omrøring. Lad det koge i 10 minutter.

Kog rødvinen ved stærk varme til der er 3½ dl tilbage, tilsæt resten af ingredienserne og kog videre i 5 minutter.

Røget laks

Jordstegning

Denne ret er røget laks på grillen.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
130 min.	8 -10	1 styk laks 200 gram salt 5 styk stjerneanis 1 spiseske spidskommen

Beskrivelse:

Krydder den rensede laks med salt, peber, stjerneanis og spidskommen (mindst 1 døgn før). Ryges i ca. 2 timer.

Røget ørred

Jordstegning

Krydderet ørred som ryges på bålet.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
80 min.	10	5 styk ørreder 100 gram salt 2 fed hvidløg 1 halvt bundt timian 1 halvt bundt citronmelisse

Beskrivelse:

Hvidløgene presses.

Krydder den rensede ørred (dagen før eller mindst 6 timer før røgning) med hvidløg, salt, peber, timian og citronmelisse. Ryg fisken i ca. 1 time.

Røget ørred salat

Lette frokostretter

En let lækker salat ret med røget ørred.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
10 min.	10	2 styk røgede ørreder 5 dl hytteost 1 styk citron 15 styk radiser

Beskrivelse:

Rens ørrederne så der kun er kødet tilbage uden ben. Del kødet i mindre stykker, og bland med hytteost, citronsaft og hakkede radiser.

Skaldyrssymfoni

Natmad

Denne ret består af forskellige slags skaldyr.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
60 min.	10	1000 gram rejer 10 styk kreps 1000 gram blå muslinger 1 styk løg 4 fed hvidløg 3 deciliter hvidvin 0.5 pakke smør 1 pose flute 1 bundt dild 2 styk citroner

Beskrivelse:

Hvis rejerne der ikke er kogte, de koges i ca. 2 min i let saltet vand.

Hak løgene og steg dem i lidt olie.

Tilsæt de rensede muslinger og steg dem med i ca. 2 min.

Tilsæt hvidvin og kog under låg til alle muslingerne har åbnet sig, ca. 5 min.

Sigt hvidvin fra og pisk den kolde smør ned i den.

Server muslingerne i skåle sammen med fonden.

Server rejer og kreps sammen på et stort fad, med dild og citron.

Bemærkning:

Tilbehør: Flutes, dild og 2 citroner.

Skovsyreost

Spiselige planter

Dejlig skovsyreost som skal tilberedes i en gryde.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
30 min.	10	10 dl kærnemælk 1 dl hakket skovsyre 1 teske paprika

Beskrivelse:

Varm kærnemælken op til 70, og hæld den gennem et filter (viskestykke) og lad den afdryppe i 1 døgn. Kog skovsyren op i en gryde med vand, og bland den ned i den afdyppede kærnemælk. Smag til med paprika, peber og salt.

Skovsyresuppe med forårsløg

Spiselige planter

En dejlig suppe med Skovsyre og forårsløg.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
45 min.	10	1000 gram skovsyre 10 styk forårsløg 400 gram udblødte kikærter 1 dl olivenolie 1 kvart bundt timian

Beskrivelse:

Tilbehør: Flutes eller croutoner krydret med basilikum.

Skyld og rens skovsyren og løgene, hak dem i små stykker. Steg kikærter, løg og skovsyren i lidt olivenolie. Tilsæt 2½ l vand og timianen. Koges i ca. ½ time (indtil ærterne er ved at være opløste). Pisk med et piskeris i suppen indtil ærterne er opløste. Pisk det sidste olivenolie i.

Skvalderkålstærte

Spiselige planter

Lav en nem og lækker skvalderkåltærte.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
60 min.	10	10 deciliter skvalderkål 3 styk æg 1 deciliter mælk

Beskrivelse:

For en form med dejen, og forbag den i ovnen ved 200 i 15 min.

Pisk æg og mælk.

Hæld den skyllede kål og æggeblandingen over tærten.

Bag tærten til æggemassen er stivnet, ca. 25 min ved 180.

Sommerlam

Lammekød

Dejlig lammegryde med grønsager.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
120 min.	10	1200 gram lammekød 10 styk gulerødder 20 styk perleløg 500 gram grønne bønner 1000 gram små kartofler 5 deciliter cremefraiche

Beskrivelse:

Steg kødet i en gryde.

Skyl gulerødderne, pil perleløgene, nip bønnerne og skrab/skyl kartoflerne.

Steg perleløg og kartofler sammen med kødet i ca. 5 min, tilsæt vand til det dækker.

Kog i 1-1½ time til kødet er mørt.

De sidste 5-10 min koges gulerødder og bønner med. Jævn med lidt maizena. Tilsæt cremefraiche.

Bemærkning:

Tilbehør: Groft brød.

Spaghetti carbonara

Turmad ud over det sædvanlige

En dejlig spaghetti ret med bacon.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
20 min.	4	300 gram bacon 1 styk halvt løg 500 gram Spaghetti 1 dl fløde 1 dl revet parmesanost

Beskrivelse:

Steg bacon og det hakkede løg. Tilsæt ost og fløde, lad retten koge 3 minutter. Bland med den kogte spaghetti.

Spaghetti lasagne

Køddretter

Spaghetti lasagne med hakket oksekød.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
30 min.	10	200 gram Spaghetti 900 gram hakket oksekød 3 styk løg 300 gram ost 1 smule oregano

Beskrivelse:

Tilbehør: Salat.

Steg de hakkede løg i lidt olie, tilsæt kødet og steg videre ved høj varme til kødet ikke er rødt længere.

Tilsæt vand til det næsten dækker.

Kog til kødet er mørt – ca. 12 minutter.

Kog spagettien lad den dryppe af og hæld den i et ovnfast fad.

Læg kødsovsen oven på og til sidst osten.

Bages i ovnen ved 220 til osten er brun – ca. 8 minutter.

Spaghetti og kødsovs

Køddretter

Denne ret er en sikke vinder inden for børnenes farvortter.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
30 min.	10	900 gram hakket oksekød 2.5 styk løg 1 deciliter tomatpure

Beskrivelse:

Steg de hakkede løg i lidt olie, tilsæt kødet og steg videre ved høj varme, til kødet ikke er rødt længere.

Tilsæt tomatpure og vand til det næsten dækker.

Koges til kødet er mørt, ca. 12 min.

Jævnes evt. med maizena.

Bemærkning:

Tilbehør: Pasta eller spaghetti

Spansk tunret

Turmad ud over det sædvanlige

Spansk tunret med pasta.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
20 min.	4	1 dåse tun 500 gram pasta 1 styk løg 1 fed hvidløg 4 styk soltørrede tomater 1 dl olivenolie

Beskrivelse:

Hak løg og hvidløg meget fint. Kog pastaen og sigt den for vand, steg hvidløg og løg i tern. Bland med hakket soltørret tomat og de andre ting.

Spanske gule ærter

Turmad ud over det sædvanlige

Gule ærter med chorizopølse a la Spanien.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
30 min.	4	200 gram coritzopølse 0.5 styk løg 3 deciliter gule ærter 1 styk bouillonterning 1 smule timian

Beskrivelse:

Steg hakket løg og snittet chorizo i olie.
Tilsæt vand, terninger og gule ærter.
Kog i ca. 10 min over svag varme.

Spidskålsgryde

Lammekød

Spidskålsgryde lavet i gløder.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
180 min.	10	1500 gram lammeribben 3 styk spidskål 3 fed hvidløg 3 styk løg 1 smule væske

Beskrivelse:

Skær kødet i 4x4 cm stykker. Skær kål og løg i strimler. Hak hvidløg. Start med at lægge et lag kål i en gryde, og læg så de resterende ingredienser lagvis i. Slut af med at hælde vand i til det dækker.

Sæt låg på gryden og bag gryden i gløder i ca. 2 timer.

Brug ikke for kraftig varme/gløder, så retten brænder på.

Bemærkning:

I stedet for spidskål, kan bruges sommer hvidkål.

Tilbehør: Kogte kartofler

Spidstegt ananas

Mad i og på gløder

Spidstegt ananas på gløderne.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
60 min.	10	1 styk ananas

Beskrivelse:

Tilbehør: Råcreme.

Spid ananasen på en pind og bag den over gløderne i 1 time.

Stegt balsamico kylling med lime

Fjerkræ

Lækker kylling tilberedt med lime og hvidløg.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
60 min.	10	3 styk kyllinger 4 fed hvidløg 4 styk lime 1 dl balsamico 1 spsk honning 500 gram pasta

Beskrivelse:

I stedet for 2-3 kyllinger kan bruges 10 kyllingebryster.

Tilbehør: Kogte majs eller pasta.

Har du købt en hel kylling så start med at skære kyllingerne i stykker – hver kylling skæres i 8 stykker. Steg stykkerne på en meget varm pande.

Hæld dem derefter over i en gryde eller bradepande.

Steg det hakkede hvidløg og de snittede lime på panden.

Bland alle ingredienser i gryden og kog til kyllingen er mør.

Hvis det er en hel kylling tilsættes lidt vand.

Stegt peanutbutter- og banansandwich

Desserter

lækker sandwich kan lavest over bål.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
10 min.	4	1 styk banan 2 styk toastbrød 2 spsk peanutbutter 2 spsk smør

Beskrivelse:

Mos bananen. Rist brødet let og smør peanutbutter på den ene skive og bananmos på den anden.

Læg skiverne sammen til en sandwich og steg den ca. 2 minutter på hver side, til den er gylden.

Tag sandwichen af panden, skær den forsigtigt over diagonalt og spis den.

Stegt sandart

Fisk

Lækre stegte fiskefilet med auberginer til.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
80 min.	10	1200 gram fiskefilet 10 styk tomater 2 styk auberginer 1 styk citron 2 fed hvidløg

Beskrivelse:

Tilbehør: Couscous.

Start med at skære auberginerne i tern på 4x4 cm og salt dem 1 time. Steg de afdryppede auberginer i en gryde til de er næsten møre. Tilsæt de hakkede tomater og hvidløg, og kog færdig ca. 10 min. Skær fiskefileterne i 10 stykker. Steg dem på skindsiden i ca. 6 minutter, vend dem og steg videre i 2 minutter.

Stegte frugter med råcreme

Desserter trangiadesserter

Æggesnaps med flødeskum og frugter.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
10 min.	4	4 styk forskellige frugter i tern 2 styk pasteuriserede æggeblommer 2 spiseske sukker 1 dl flødeskum

Beskrivelse:

Pisk æggeblommer og sukker til æggesnaps bland forsigtigt flødeskum i. Tilsæt eventuelt en smule smagsstof for eksempel. appelsinsaft. Steg frugten.

Stegte jordskokker

Andet

Stegte jordskokker er et godt alternativ til kartofler.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
45 min.	10	2000 gram jordskokker 1 bundt purløg 1 smule smør

Beskrivelse:

Skyl og rens jordskokkerne.

Skær dem i tern og steg dem i smør i en gryde.

Tilsæt lidt vand efter 10 min og lad dem småkoge til de er møre.

Drys med hakket purløg. Jordskokker er en velsmagende erstatning for kartofler.

Stegte kalkun-/kyllingelår

Mad i og på gløder

Kyllingelår steg i gløder.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
60 min.	10	20 styk kyllingelår 1 smule olie 1 smule krydderier

Beskrivelse:

I stedet for 20 stk kyllingelår, kan bruges 1 kalkunlår.

Pensel lårene med olie og krydderier. Steg dem på en rist over gode gløder, under konstant pensling og kryddering.

Kyllingelår skal stege ca. 45 min. Kalkunlår ca. 1½ time. Kog eventuelt kyllingen i 30 min og kalkunen i 45 min, hvor tilberedningstiden på risten så bliver: Kyllingelår ca. 10 min og kalkunlår ca. 15 min.

Bemærkning:

Tilbehør: Salat og brød.

Stegte nudler (mie goreng)

Den varme mad

Stegte nudler med grønsager.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
60 min.	10	1500 gram nudler 600 gram broccoli 0.5 styk kinakål 10 styk gulerødder 10 fed hvidløg 2 styk chili 1 deciliter sojasovs

Beskrivelse:

Steg broccoli i buketter, snittet kinakål, skivede gulerødder, hakket hvidløg og chili i ca. 7 min. Tilsæt de kogte nudler og soja. Steg videre i 3 min.

Stegte ris (nasi goreng)

Den varme mad

En lækker ris ret.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
30 min.	10	2000 gram ris 4 fed hvidløg 4 styk løg 1 styk chili 10 styk forårsløg 4 styk æg 1 dl sojasovs

Beskrivelse:

Risene koges.

Steg det snittede forårsløg, chili, løg og hakkede hvidløg i olie og tilsæt de kogte ris. Steg i 4 min. over høj varme. Tilsæt æggene, når alt æg er stivnet, tilsættes soja og retten serveres.

Stegte ris med hvidløgsrejer

Den varme mad - Fisk

stegte ris med rejer og grønsager vendt i soja.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
60 min.	4	3 deciliter ris 1 styk løg 1 styk chili 2 spsk olie 200 gram grønne bønner 300 gram tigerrejer 2 fed hvidløg 1 smule sojasovs

Beskrivelse:

Risen koges efter anvisning.

Løget skæres i tynde både. Chilien skæres i skrå ringe og kernerne fjernes.

Løg og chili svitses i olie (1 spsk) på en stor pande. Bønnerne svitses med. Den nykogte ris vendes med grøntsagerne på panden.

Rejerne pilles og svitses i olie på en anden pande, sammen med hvidløg i ca. 1 min.

Lidt soyasauce hældes over rejerne og rejerne vendes i risen.

Stegte ris med rejer

Den varme mad

stegte ris med rejer og krydderurter.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
120 min.	10	400 gram rejer 5 cm ingefær 3 fed hvidløg 1 bundt koriander 4 styk lime 2000 gram ris

Beskrivelse:

Risene koges.

Steg de store rejer i ca. 2 min, tilsæt hakket ingefær, hvidløg og den kogte ris.
Bruges små rejer – steg da det hele på samme tid.

Smag til med limesaft og drys med groft hakkede koriander.

Bemærkning:

I stedet for små rejer kan bruges 10-20 store rejer,

Stegte svampe

Svampe

Stegte svampe på et ristede brød.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
15 min.	10	1000 gram forskellige svampe 10 skiver franskbrødet

Beskrivelse:

Rens svampene og skær dem i skiver. Steg den på en pande eller i en gryde ved middel høj varme, i lidt olie eller smør. Fordel svampene på det ristede brød.

Stegte æbler med honning

Desserter

Stegte æbler som går godt med is eller ligende.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
20 min.	10	6 styk æbler 3 spsk honning 200 gram nødder 1 spsk smør

Beskrivelse:

Skær æblerne i både uden kernehus. Steg dem i smørret ca. 5 min. Tilsæt nødder og honning, steg videre i ca. 4 min.

Bemærkning:

Tilbehør: Is eller råcreme.

Super lynboller (15 stk)

Bagning

Dejlige boller som kan laves lyn hurtigt.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
20 min.	10	500 gram mel 2 teske bagepulver 60 gram sukker 125 gram margarine 2 dl mælk 1 styk æg

Beskrivelse:

Alle tørre ingredienser blandes, heri smuldres margarine.
Lav en fordybning i melet og hæld heri mælken og ægget.
Ælt til dejen er glat og fin.
Bages ved 210 i ca. 10-15 min.

Sushi

Natmad

Sushi japanernes nationalret. Er en japansk ret af udskåret rå fisk eller skaldyr og ris.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
60 min.	10	6 deciliter sushi ris 15 spsk eddike 6 spsk sukker 1 tube wasabi 300 gram rå laks/tun/sej/smørfisk/sandart 3 plader noritang 9 styk agurkestave 1.5 styk avocado

Beskrivelse:

Risen:

Bring ris i kog i 2 1/4 dl vand, under tætsluttende låg.

Kog for svag varme 15 min.

Lad dem trække 15 min.

Rør eddike, sukker og 2 tsk salt sammen og bland det i risene (skal bruges inden 4 timer).

Nigiri-sushi:

Form 18 boller af risen.

Dyp fingrene i vand, så klistrer risene ikke.

Kom lidt wasabi på hver bolle, og et tyndt stykke rå fisk.

Maki-sushi:

Læg en Noritangplade på et stykke bagepapir.

Fordel 2 dl kogte ris på tangen.

Læg agurkestave, en stribe avocadostave og en stribe rejer langs den ene side og fordel lidt wasabi på rejerne.

Rul tangen om ris, grønsager og rejer og skær den i 8 skiver med en skarp kniv.

Svampecreme

Svampe

Lækker svampecreme som laves i en gryde som tilbehør til for eksempel kylling.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
20 min.	10	1500 gram svampe 1 dl rødvinseddike 2 dl vand 2 dl cremefraiche

Beskrivelse:

Hak svampene i små stykker, steg dem i olie, tilsæt eddiken og 2 dl vand. Kog svampene ved hård varme indtil væsken næsten er kogt væk. Pisk eller blend massen med cremefraiche. Svampecremen er formidabel som fyld i sandwiches eller som tilbehør til stegt kylling.

Svampesuppe med svinekød

Den varme mad

Svampesuppe med svinekød.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
25 min.	10	10 fed hvidløg 15 styk sorte peberkorn 500 gram magert svinekød 10 styk forårsløg 2000 liter hønsefond 100 gram tørrede svampe

Beskrivelse:

Svinekødet skires i strimler.

Tilbehør: Groft brød.

Kværn peberet meget fint i en morter eller peberkværn og bland med most hvidløg. Steg blandingen i olie, tilsæt svinekødet og forårsløg i strimler. Tilsæt det resterende og lad suppen simre i 10 minutter.

Svampesuppe rørt med gedeost

Supper

God vinter ret.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
45 min.	10	1500 gram svampe 2 styk løg 1 bundt purløg 3 styk bouillonterninger 250 gram gedeost

Beskrivelse:

Gedeosten skal være frisk (kan skiftes ud med cremefraiche eller fløde).

Svampe: (vilde svampe er bedst – fx kantarel eller Karljohan men champignon kan bruges).

Rens svampene og hak løgene meget fint. Steg svampe og løg i smør.
Tilsæt 3 l vand, bouillonterningerne og kog suppen i 15 min.
Rør osten ned i suppen og drys med hakket purløg.

Bemærkning:

Tilbehør: Flute.

Svensk pølseret

Køddretter

Svensk pølseret er en kendt dansk gryderet. Svensk pølseret er på trods af navnet ukendt i Sverige.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
60 min.	10	2000 gram kartofler 1000 gram pølser 2 styk løg 2.25 deciliter ketchup

Beskrivelse:

Skræl kartoflerne og skær dem i tern på ca. 1½x1½ cm, og kog dem til de er møre.

Kom de kogte kartofler i en sigte og hæld koldt vand over til de er kølet så meget ned, at du kan have hånden nede mellem kartoflerne uden at brænde dig. Pil løget og skær det i tern.

Skær pølserne i skiver på ca. 1 cm. Opvarm fedtstoffet i en gryde og svits løgternene heri til de er klare.

Tilsæt pølserne og steg dem let lysebrune.

Tilsæt kartoflerne og tomatketchup.

Husk at røre ofte, så retten ikke brænder på, og pas på ikke at mose kartoflerne for meget herved.

I stedet for rå kartofler kan du bruge kolde kogte kartofler fra dagen før.

Svinekoteletter i fennikel og ingefær

Køddretter

Svinekoteletter i fennikel og ingefær.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
30 min.	10	10 styk koteletter 2 styk fennikelfrø 200 gram ingefær 1 dl sojasovs 2 spiseske honning 2 styk æg 250 gram sesam

Beskrivelse:

Tilbehør: Ris og asiatisk salat.

Pisk æggene med lidt vand. Vend koteletterne i æggene og derefter i sesamen.

Steg koteletterne på en pande, læg dem i en bradepande.

Steg den tyndt snittede fennikel på panden, tilsæt revet ingefær, honning og soja.

Kog det hele i 5 minutter.

Steg koteletterne færdige i ovnen i ca. 7 minutter.

Inden servering hældes sojablandingen over koteletterne.

Svinekoteletter pakket ind i krydderhaven

Svinekød

Koteletter med krydderurter går godt sammen med rodfrugter.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
30 min.	10	10 styk svinekoteletter 0.5 bøtte honning 1 bundt purløg 1 bundt basilikum 1 bundt timian 15 skiver toastbrød

Beskrivelse:

Riv brødet på den grove side af rivejernet, hak alle krydderurter og bland dem med brødet.

Vend koteletterne først i honning (varm honningen let, hvis den er hård), derefter i krydderurteblandingen.

Steg dem ved middel varme, 8 min på hver side.

Bemærkning:

Tilbehør: Rodfrugter i godt selskab.

Syltede hyben

Bær og frugter

Syltede hyben laves i gryde og smager godt som tilbehør til kød.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
30 min.	10	100 gram hyben 700 gram sukker 2 dl eddike 2 dl vand

Beskrivelse:

Hyben rengøres og halveres.

Hæld hybenerne i en gryde med kogende vand og sigt dem med det samme. Kog en lage af eddike, vand og sukker tilsæt de blancherede (hurtigt kogte) hyben. Kog ca. 5 minutter (til hybenerne er møre). Lagres i mindst 2 døgn før de spises. Prøv at tilsætte rørsukker, lidt chili og ingefær til nogle af hybenerne, det smager godt som tilbehør til kød.

Syltetøj med honning

Mest for sjov

Syltetøj med honning.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
30 min.	4	250 gram frosne solbær 4 spiseske honning 1 smule vand 1 stang vanilje 1 smule hasselnødder 1 smule kanel

Beskrivelse:

Alle ingredienser opvarmes langsomt til ca. 70 gr., hvorefter det simrer i ca. 10 minutter. Smages til med mere honning, et par dråber citronsaft og en knivspids kanel.

Syltetøjet er utrolig godt at servere til osten sammen med kartoflerne. Smager utroligt godt sammen med nødder. Hvis du bruger blomsterhonning vil du få en mere krydret syltetøj som du vil sætte pris på senere.

Bemærkninger god tilbehør til rutebil-is

Tanzania kylling

Fjerkræ

Lækker stærk tanzania kylling.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
20 min.	10	1200 gram kyllingekød 5 styk tomater 2 styk løg 2 styk chili 4 fed hvidløg 2 dåser kokosmælk 1 bundt basilikum

Beskrivelse:

Kyllingekødet skæres i tern.

Tilbehør: Couscous, salat og fladbrød.

Skær løgene i 8 både, hak hvidløg, chili og tomat. Steg kyllingen i olie og tilsæt løg, hvidløg, chili og tomat – steg yderligere 4 minutter. Tilsæt kokosmælken, kog ca. 5 minutter, smag til med chili og hakket basilikum.

Tigerkage (glutenfri)

Bagning

Glutenfri tigerkage.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
60 min.	10	50 gram smør 3 styk æg 2 dl sukker 2 og en halv dl kartoffelmel 1 og en halv teske bagepulver 1 spiseske vanillesukker 2 spiseske kakaopulver 2 spiseske vand

Beskrivelse:

Smelt smørret i en gryde og lad det køle lidt.

Pisk æg og sukker skummende.

Bland kartoffelmel, bagepulver og vanillesukker og kom det i æggeblandingen sammen med det smeltede smør.

Bland det hele med en dejskraber og kom halvdelen af dejen i en smurt sandkageform på ca. 1½ l.

Rør kakao og vand i resten af dejen og hæld den oven på den lyse dej.

Træk en gaffel gennem dejen, så den lyse og mørke blandes.

Sæt kagen i ovnen på nederste rille og bag den ca. 45 min ved 175°.

Afkøl formen lidt på en rist, inden kagen vendes ud til afkøling på risten.

Tigerkagen skulle gerne blive brun- og gulstribet.

Den er uden hvedemel, og kan dermed spises af glutenallergikere.

Toast

Natmad

Toastbrød med fyldt på er en hurtig og nem ret som skal i ovnen.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
15 min.	10	20 skiver toastbrød 20 skiver ost 10 skiver skinke 5 styk tomater 2 dåser tun 1 smule sennep 1 smule hvidløgs salt 1 smule paprika

Beskrivelse:

Tun: vær sikker på at købe nogle uden delfin.

Læg fyldet oven på brødet.

Oven på fyldet lægges en skive ost.

Krydder med paprika/hvidløg.

Bag i ovnen ved 220 indtil osten er helt smeltet.

Torsk i citronsmørsauce

Fisk

Torsk bagt i ovn tilsat citronsmørsauce går godt sammen med nye danske kartofler.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
60 min.	10	1000 gram torsk 2 stilke persille 8 styk chalotteløg 20 gram smør 0.5 spsk mel 1 styk citron 5 deciliter fløde 1 smule muskatnød

Beskrivelse:

Skyld og tør fileterne, del dem i 5-6 cm brede stykker.

Læg fisken i et smurt ildfast fad og drys med salt.

Hæld vand ved og læg persille over fisken.

Læg låg over og sæt fisken i ovnen ca. 15 min. ved 175°, til den er lige netop mør.

Pil og hak chalotteløget fint og svits det 4-5 min i smørret. Rør melet i.

Hæld væden fra fisken ned til løgene.

Varm saucen op under piskning og smag til med citronsaft, muskat, salt og peber.

Hæld saucen over fisken og drys med lidt hakket persille.

Torsk med jakke

Mad i og på gløder

Torsk lavet på bål.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
30 min.	10	10 styk torsk 10 blade hvidkål 40 sider avispapir

Beskrivelse:

Krydder torskene med salt og peber.
Pak den ind i et oliesmurt kålblad.
Læg 4 våde avissider uden om. Bages 8 min på hver side.
Spis kålen sammen med fisken - det smager rigtig godt!

Bemærkning:

Tilbehør: Kogte kartofler og persillesovs.

Torskesuppe med peberrod

Supper

Mild og rund torskesuppe med peberrod kan bruges som forret eller hovedret.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
120 min.	10	1 styk torsk 12 cm peberrod 3 styk gulerødder 0.5 styk selleri 2 styk løg 1 bundt persille 5 deciliter cremefraiche

Beskrivelse:

Skær fileterne af torsken og gem dem.

Læg torskeben og torskeshoved i en gryde sammen med skrællede gulerødder, selleri, løg og hvid peber.

Hæld 3 l vand på og lad fonden koge i ca. 25 min.

Lad fonden hvile i 1 time.

Imens fjernes alle ben fra torskefilerne med en ske, og filerne skæres i 10 stykker uden skind.

Hak persillen. Sigt fonden.

Kog forsigtigt torsken i fonden i ca. 6 min.

Tag torsken op og giv fonden et opkog, tilsæt cremefraichen og smag til med revet peberrod, salt og peber.

Hæld suppen over torskestykkerne, og drys til sidst med hakket persille.

Bemærkning:

Tilbehør: Flute.

Trifli

Bær og frugter

en lækker desert med bær og makroner.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
30 min.	10	10 styk makroner 1000 gram blandede bær 10 deciliter fløde 1 smule sukker

Beskrivelse:

Pisk fløden, sukker bærerne efter smag og knus makronerne.
Læg det lagvis i et glas eller mugg.

Bemærkning:

Prøv eventuelt at blande lidt vaniljeis i triflien.

Trommestikker

Lette frokostretter

Hakket oksekød klemmes på en snobrødspind og bages over gløder.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
10 min.	10	1200 gram hakket oksekød 300 gram cornflakes 5 styk æg

Beskrivelse:

Alle ingredienser blandes til farsen har en fast konsistens. Del farsen i 10 dele. Hver klump klemmes fast på en snobrødspind og bages over gløder, til trommestikkerne er gennemstegt.

Tzatziki

Andet

En dejlig tzatziki som er lavet af agurker og yoghurt.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
70 min.	10	3 styk agurker 2 fed hvidløg 4 dl yoghurt naturel 1 halv teske spidskommen 1 styk citron

Beskrivelse:

Halver agurkerne, skrab indermaden ud med en teske og smid det væk. Riv agurkerne med den grove side af rivejernet og salt dem med 1 tsk salt i 1 time.

Sæt yoghurten til afdrypning i et kaffefilter i mindst 1 time.

Pres agurkerne for overflødig væde. Bland yoghurt, hakket hvidløg og spidskommen. Smag til med lidt citronsaft, salt og peber.

Tærtedej

Bagning

Lær at lav en grund dej til tærte.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
45 min.	10	400 gram mel 200 gram smør 1.5 deciliter vand 1 tsk salt

Beskrivelse:

Denne dej bruges også til tærter og pier.

Mel, salt og smør smuldres sammen og arbejdes sammen med vandet.

Hviler min ½ time.

Urterisotto

Den varme mad

Risotto lavet med lækre grønsager.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
90 min.	10	1500 gram risotto ris 3 styk løg 2 fed hvidløg 0.5 bundt timian 500 gram majs 30 deciliter hønsbouillon 500 gram revet parmesanost

Beskrivelse:

Skyl risene. Rens og hak løg og hvidløg, steg dem i smørret og tilsæt risene.

Tilsæt majs, timian og hønsbouillon, kog under forsigtig omrøring til risene er møre.

Hvis den bliver ligeså tør som risengrød skal der tilsættes mere væske.

Tykkelsen når risene er møre, skal være som en god sovs.

Til sidst tilsættes parmesanosten.

Bemærkning:

Tilbehør: Friséesalat.

Varm selleri råkost

Salater

Lun råkost lavet af selleri.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
20 min.	10	1 styk selleri 200 gram hasselnødder 1 deciliter olivenolie 1 deciliter appelsinsaft

Beskrivelse:

Sellerien skrælles og skæres i tynde stave.

Varm en stor gryde vand til kogepunktet.

Kog sellerien i ca. 2 min, den må ikke koges helt blød – skal være lidt sprød.

Bland med hasselnødder ristet i lidt olie, olivenolie og appelsinsaft.

Retten behøver ikke være varm, bare den er lidt lun.

Varm tomatsalsa

Andet

Tomatsalsa god til nachos med mere.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
30 min.	10	4 fed hvidløg 1 styk løg 12 styk tomater 1 tsk sukker 0.5 tsk chili 1 spsk vand 0.5 bundt oregano

Beskrivelse:

Varm lidt olie i en gryde, tilsæt hakket løg og hvidløg.
Kog det i 2 min, tilsæt hakket tomat, sukker, chili og 1 spsk vand.
Varm det hele igennem i 5 min. Tilsæt den hakkede oregano.

Vegetargryde

Andet

En gryde vegetarsuppe.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
30 min.	4	100 gram tørrede gulerødder 100 gram tørret selleri 100 gram tørret tomat 100 gram tørrede bønner 1 styk løg 2 fed hvidløg 1 smule timian 1 smule basilikum

Beskrivelse:

Tilbehør: 500 g bulgur.

Kog alle ingredienser sammen med vand, 15-20 min.

Waldorff-salat

Salater

Den klassiske Waldorff salat som man for det meste ser til julefrokostbordet.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
30 min.	4	4 stilke bladselleri 3 styk æbler 300 gram grønne vindruer 50 gram valnødder 3 deciliter cremefraiche

Beskrivelse:

Skær bladsellerien i tynde strimler.

Halver og udsten vindruerne.

Tag lidt halve vindruer og nødder fra til pynt.

Hak resten af nødderne groft.

Bland alle ingredienserne med creme fraiche.

Pynt med vindruer og valnødder.

Æblekage

Bagning

En æblekage som kan lune lidt over den kolde vinter.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
60 min.	10	400 gram mel 250 gram smør 450 gram sukker 4 styk æg 3 tsk bagepulver 2 2deciliter mælk 6 styk æbler 1 ps kanel

Beskrivelse:

De 50 gram sukker er til toppen.

Pisk sukker og smør hvidt, tilsæt æg og mælk og til sidst sigtet mel/bagepulver.

Massen fyldes i en form skiftevis med æblestykker og sukker/kanel.

På toppen æbler, kanel og sukker.

Bages ca. 35 min. ved 185.

Æblekage

Desserter tangiadesserter

Æblerne koges til grød og lagvis rasp og æblegrød bliver til en dejlig æblekage.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
30 min.	6	750 gram æbler 1 smule vand 75 gram sukker 150 gram rasp 75 gram sukker 75 gram margarine 2 og en halv dl piskefløde

Beskrivelse:

Æblerne koges til grød i så lidt vand som muligt og smages til med sukker. Smelt margarinen i en gryde og tilsæt rasp, sukker, omrøres indtil det bliver lysebrunt. I en glasskål eller form lægges lagvis rasp og æblegrød, 3 lag rasp og 2 lag æblegrød. Pyntes med flødeskum eller syltede hele frugter.

Æbler m. marcipan

Mad i og på gløder

En lækker dessert lavet på gløder.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
20 min.	4	10 styk æbler 200 gram marcipan 200 gram nødder

Beskrivelse:

Fjern kernehuset uden at lave hul i den anden ende af æblet - fyld hullet ud med marcipan og nødder.

Bages på gløder i 10 minutter.

Æblerøsti

Desserter

Brug en pande og steg lækre æblerøsti.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
10 min.	4	4 styk æbler 50 gram nødder 50 gram marcipan 2 teske smør 1 spiseske honning 2 teske rørsukker 1 teske maizena

Beskrivelse:

Riv æblerne. Pres saften ud af æblerne (med hænderne). Hak nødderne. Rør alle ingredienser sammen. Bred det ud på panden og steg det.

Æblestænger

Bagning

Ovnbagt lækre æblestænger.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
30 min.	10	500 gram mel 6 teske bagepulver 150 gram margarine 150 gram sukker 1 dl mælk 2 styk æg 500 gram æbler

Beskrivelse:

Det ½ kg æbler er til fyld.

Lidt mel tages fra, resten af melet sigtes med bagepulver.

Heri smuldres margارين og sukkeret tilsættes.

Dejen slås sammen med mælk og sammenpisket æg.

Den æltes og udrulles i strimler, 16 cm brede.

Fint snittede æblestykker lægges på den ene halvdel, drysses med sukker, og den anden halvdel lægges over, og dejen trykkes sammen i kanten med en gaffel.

Pensles med sammenpisket æg og drysses med sukker.

Bages ca. 15 minutter ved 200.

Æg i kartoffel

Mad i og på gløder

Udhul en kartoffel og slå ægget ud i hullet.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
20 min.	10	10 styk store kartofler 10 styk æg 20 styk tandstikker

Beskrivelse:

Skær toppen af kartofflen og udhul den med en ske. Slå ægget ud i hullet og sæt kartoffeltoppen på igen. Luk med tandstikker. Bag kartoflerne i gløder i ca. 10 minutter.

Æggekage med svampe

Svampe

Lækker æggekage med svampe som kan laves enten i en varm ovn eller på gløder.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
30 min.	10	500 gram svampe 100 gram ramsløg 20 styk æg 10 dl mælk 10 spiseske mel

Beskrivelse:

I stedet for ramsløg kan bruges ét almindeligt løg.
Tilbehør: Groft brød.

Pisk 2 dl mælk i melet, derefter resten af mælken lidt efter lidt. Pisk til sidst æggene i et efter et. Steg det hakkede løg og de hakkede svampe i smør. Tilsæt æggemassen. Bag kagen ved meget svag varme i ovn eller på gløder. Brug eventuelt låg. Husk salt og peber.

Æggesalat til sandwich

Frokost

Lær at lav æggesalat til sandwich.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
30 min.	10	10 styk æg 1 bakke karse 250 gram mayonnaise 1 smule karry 1 smule sennep 1 smule Engelsk sauce

Beskrivelse:

Kog og hak æggene, bland med mayonnaise og smag til med de resterende ingredienser.

Øllebrød

Morgenmad

En dansk klassiker som kan spises af alle aldre

Varighed	Deltagere	Ingredienser
30 min.	10	20 skiver rugbrød 20 deciliter vand 1 tsk salt 3 spsk sukker

Beskrivelse:

Skær rugbrødet i tern og sæt det i blød i mindst 15 min (gerne natten over).

Kog grøden i ca. 5 min ved middel varme.

Smag til med salt og sukker.

Bemærkning:

Tilbehør: Pisket flødeskum eller andet mælkeprodukt.

Ørred som plankefisk

Fisk mad i og på gløder

Dejlig ørred på bål.

Varighed	Deltagere	Ingredienser
??? min.	???	5 styk ørreder 100 gram salt 2 fed hvidløg 1 halvt timian 1 halv citronmelisse

Beskrivelse:

Tag en kævle træ (et stykke træ, der er delt i to, så der er en flad side og en rund side). På den flade side "sømmes" fisken fast med små stykker træ. Stil den stabilt om et bål med den flade side mod bålet. Denne tilberedning udnytter strålevarmen fra bålet. Placer fisken tæt på bålet, hvor det er varmt, men hvor det ikke bliver sort.