

Muslinger- cider- fennikel- panzanella

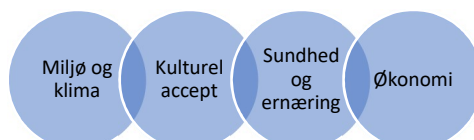
*Stegte gulerødder- brombær-
solsikkerisotto*

*Beder-gedefriskost- torskefisk-
tonkabønne*

*Grillede grøntsager- rosenkål- burrata-
sennepsvinaigrette*

*Bagt græskar- svamperagout- syltede
bøgehatte- løvstikke*

Lammehals- knoldselleri- ingefær-soja



Muslinger- cider- fennikel- panzanella

60 personer, som del af en større menu

Blåmuslinger, 5 kg
Løg, 2-3 stk.
Gulerødder, 6 stk.
Fennikel, 6 stk.
Olivenolie
Æblecider, 5 dl
Salt og friskkværnet peber

Rens muslingerne grundigt i rigeligt kold vand i 2-3 omgange, så de er helt fri for sand og andre urenheder, og fjern evt. skæg. Vær gerne lidt hårdhændet, så de levende muslinger lukker sig. Åbne muslinger, og dem med knækkede skaller, kasseres.

Klargør grøntsagerne, skær løg og gulerødder i små tern, og fennikel i meget tynde skiver.

Sautér grøntsagerne i en stor gryde i lidt olivenolie ved god varme, uden de tager for meget farve. Krydr med salt og peber.

Læg muslingerne i, hæld æblecider på og damp det hele under låg i ca. 5 minutter, til muslingerne har åbnet sig.

Kasser de muslinger der ikke har åbnet sig, og anret. Top evt. med plukkede fennikeltoppe, eller anden krydderurt efter smag.

Servér straks.

Tomater, gerne blandede sorter, 3 kg
Daggammelt brød, 2 kg
Olivenolie
Citron, fintrevet skal og saft, 2-3 stk.
Kapersbær, 300 g drænet vægt
Salt og friskkværnet peber
Krydderurt efter ønske, eksempelvis fennikeltoppe og basilikum, 2-3 bundter

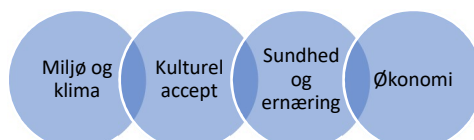
Skær eller pluk brødet i mundrette stykker, dryp dem med en generøs mængde olivenolie, og rist det gyldent på pande eller i ovn ved middelvarme.

Skær tomaterne i halve, og krydr dem med salt og peber.

Dræn kapers, og steg dem på en pande til de tager lidt farve.

Rengør og pluk krydderurterne, vend dem sammen med brød og tomater, og smag til med fintrevet citronskal og saft.

Lad gerne salaten trække lidt inden servering.



Stegte gulerødder- brombær- solsikkerisotto

60 personer, som del af en større menu

Solsikkekerner, 2,1 kg
Vand til udblødning
Smør, 125 g
Løg, 2-3 stk.
Hvidløg, 2-3 fed
Hvedemel, 120 g
Sødmælk, 3 l
Fløde, 7 dl
Salt og friskkværnet peber
Hård ost, fintrevet, 900 g.

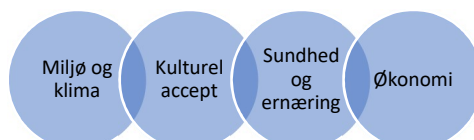
Udblød solsikkekernerne i koldt vand natten over, eller kog dem i ca. 15-20 minutter i letsaltet vand. Dræn dem grundigt før brug. Klargør grøntsagerne, skær løg og hvidløg i meget fine tern, og sauter dem ved lav varme i smørret uden det tager farve. Tilsæt mel, og bag det godt igennem, så melsmagen forsvinder. Tilsæt sødmælk og fløde lidt ad gangen under konstant omrøring, så saucen ikke klumper. Kog saucen godt igennem til en glat, cremet konsistens, og smag til med salt og peber. Vend solsikkekernerne i, varm risottoen godt igennem, og rør fintrevet ost i til rette smag og konsistens lige inden servering.

Brombær, 600 g
Balsamico eller anden aromatisk eddike, 1dl
Sukker, 40-50 g
Salt og friskkværnet peber

Skyl brombærrene let. Kog eddike op med sukker, tilsæt bærrene og giv dem et kort opkog så de stadig har lidt tekstur. Smag til, og lad kompotten trække indtil servering.

Gulerødder, helst spæde med top, 6-9 bundter
Olivenolie
Salt og friskkværnet peber

Skær toppen af gulerødderne, men lad gerne et par cm af dem blive. Skur gulerødderne grundigt så de er helt fri for jord, og halvér dem evt. hvis de er meget tykke, så de alle bliver nogenlunde samme størrelse. Steg dem i lidt olivenolie ved god varme, de skal helst få en kraftig stegeskorpe. Smag til med salt og peber, og drys evt. med lidt meget grundigt rensede, spæde gulerodstoppe. Anret risottoen i skåle, og server de stegte gulerødder og brombær-kompot á part.



Beder-gedefriskost- torskefisk- tonkabønne

60 personer, som del af en større menu

Gule beder, 3 kg

Røde beder, 3 kg

Vask bederne, kog dem i letsaltet vand til de er akkurat møre (15-30 minutter afhængigt af størrelse), og lad dem trække og nedkøle lidt i lagen.

Smut skrællerne af under koldt vandt, og skær bederne i mundrette stykker.

Gedefriskost, 900 g

Yoghurt, 300 g

Æbleeddike (eller anden syre), 1-2 spsk

Salt og friskkværnet peber

Rør gedefriskosten med yoghurt til en glat creme, og smag til med eddike, salt og peber.

Hasselnødder, 300 g

Brøndkarse, 3-4 potter

Rist hasselnødderne ved middelvarme i ovnen, lad dem afkøle let og gnid hinderne af.

Hak hasselnødderne groft.

Anret gedeostcremen nederst på et fad, fordel bederne ovenpå når de har stuetemperatur, og pynt af med hakkede hasselnødder og plukket brøndkarse.

Torskefisk i filet, helst med skind, 4 kg

Rapsolie

Salt og friskkværnet peber

Tonkabønner, 2-3 stk.

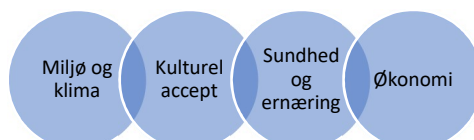
Trim fiskefileterne, og gå dem efter for evt. ben. Dryp dem med lidt rapsolie og krydr dem med salt og peber på kødsiden.

Læg dem på bagepapir med skindsiden opad, og bag dem ved 140 grader i ca. 6-8 minutter, afhængigt af fileternes tykkelse.

Når skindet kan pilles af uden modstand er fisken tilberedt, og vær meget opmærksom på ikke at give dem for meget.

Pil skindet af filterne, anret dem hele og riv lidt tonkabønne på et fint rivejern udover.

Servér straks.



Grillede grøntsager- rosenkål- burrata- sennepsvinaigrette

60 personer, som del af en større menu

Courgetter, 2 kg
Peberfrugter, 2kg
Auberginer, 2 kg
Olivenolie
Ras el Hanout, 3 spsk
Salt og friskkværnet peber

Rengør grøntsagerne, skær courgetter og auberginer i 0,5 cm tykke skiver, og halvér og udkerne peberfrugterne.

Vend dem med olivenolie, krydr dem med Ras el Hanout, og lad dem trække en halv time.

Gril dem på grillpande, eller bag dem alternativ i ovnen ved høj varme, til de er møre og har fået lidt farve.

Rosenkål, 600 g

Skær bundene af rosenkålene, pil de yderste blade af og kassér dem.

Pluk rosenkålene i enkelte blade, og læg dem i isvand indtil de er hel sprøde. Hæld vandet fra rosenkålene, og slyng dem tørre lige inden anretning.

Burrata, 15-20 stk.

Salt og friskkværnet peber

Dryp lidt olivenolie ud over burrataen, og krydr med lidt salt og peber.

Dijonsennep, 0,5 dl

Honning, 0,5 dl

Citronsaft eller eddike efter ønske, 1 dl

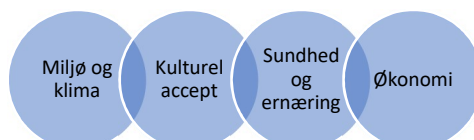
Olivenolie, 3 dl

Salt og friskkværnet peber

Rør sennep, honning, syren og olivenolien sammen, og smag til med salt og peber.

Lad dressingen trække minimum en time, og smag den til igen inden servering. Lige inden servering; Vend de lune grillede grøntsager forsigtigt sammen med rosenkålsbladene, og anret på flade fade.

Anret burrataen ovenpå, og fordel sennepsvinaigretten over.



Bagt græskar- svamperagout- syltede bøgehatte- løvstikke

60 personer, som del af en større menu

Hokkaidogræskar, 6-9 stk.

Olivenolie

Timian, 1 lille bundt

Hvidløg, 2 stk.

Salt og friskkværnet peber

Vask græskarrene grundigt, halvér dem og skrab kernerne ud. Skær græskarrene i både, vend dem med olivenolie og krydr med salt og peber.

Skyl timianen grundigt, halver hvidløgene og vend det hele sammen med græskarbådene.

Bag ved middelhøj varme i ca. 15-20 minutter, indtil de er møre og har taget farve. Serveres varme.

Bøgehatte, 1,2kg

Æblecidereddike, 5 dl

Vand, 3 dl

Sukker, 200 g

Chili flager, 0,2 tsk.

Skær bunden af bøgehattene, og rengør dem let hvis nødvendigt. Kog

æbleeddike, vand, sukker og chili sammen, og smag til.

Hæld den varme lage over bøgehattene, og lad dem trække deri indtil servering.

Anret de drænede syltede bøgehatte ovenpå de bagte varme græskar.

Blandede svampe, eksempelvis portobello, østershatte, champignon, 4kg

Løg, 3-4 stk.

Hvidløg, 3-4 fed

Olivenolie

Rosmarin, ½ bundt

Hvedemel, 3 spsk.

Hvidvin, 4 dl

Fløde, 6 dl

Løvstikke, 1 bundt

Salt og friskkværnet peber

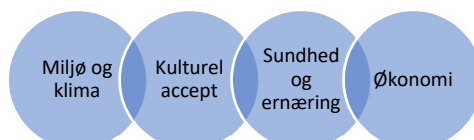
Rengør svampene og skær eller pluk dem i mundrette stykker.

Skyl rosmarin og løvstikke, og hak begge dele fint.

Steg svampene gyldne i lidt olivenolie ved høj varme, og krydr med salt og peber og finthakket rosmarin. Steg kun så mange svampe ad gangen, at de kan ligge i ét lag på panden, ellers begynder de at koge.

Pil og hak løg og hvidløg, og sautéer det i lidt olivenolie. Drys mel over, bag det igennem til melsmagen er forsvundet, og hæld hvidvinen på.

Lad vinen koge ind til det halve, tilsæt fløde og de ristede svampe og kog retten godt igennem til rette konsistens. Smag til med salt, peber og løvstikke.



Lammehals- knoldselleri- ingefær-soja

60 personer, som del af en større menu

Lammehalse i halve, 10 kg

Olivenolie

Hvedemel, 6 spsk.

Braiseringsurter, løg/gulerødder/selleritoppe etc., ca. 3 kg

Laurbær, 6 blade

Rosé eller hvidvin, 3 flasker + evt. lidt vand

Salt og friskkværnet peber

Smør, 300g

Ingefær efter smag

Soja, 0,5-1 dl

Rengør braiseringsurterne, skær dem i grove stykker og læg dem i bunden af gastrobakker md laurbærblade. Drys lidt hvedemel over.

Trim lammehalsene, hvis det er nødvendigt, gnid dem med lidt olivenolie, og placer dem ovenpå braiseringsurterne.

Brun kødet af i ovnen ved høj varme i ca. 10 minutter, hæld vin og vand ved, og læg låg på.

Braiser kødet i ovnen ved lav varme i ca. 3 timer, til kødet er helt mørt, og lad det køle let af indtil det kan håndteres.

Pil kødet af lammehalsene, og forsøg at holde kødstykkerne så store som muligt, men samtidigt med at man får fjernet alle knogler.

Hold kødet varmt indtil servering.

Sigt urterne fra braiseringslagen, og lad en køle lidt ned. Fedtet vil lægge sig på toppen, og det så let fjernes.

Kog lagen ind til ønskede smag og konsistens, og sørg for at få skummet evt. overskydene fedt fra løbende.

Lige inden servering piskes den kolde smør i lagen, og saucen smages til med soja og fintrevet ingefær.

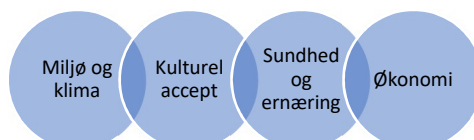
Palmekål, 900 g

Salt

Skyl palmekålene, rib dem fra stilkene og snit dem i 1 cm tynde strimler.

Damp kålen i letsaltet vand i 30-50 sekunder lige inden servering, og hæld vandet fra.

Anret kødet på fade, hæld saucen over og anret den dampede palmekål ovenpå.



Bofællesskabet Bakken, 14/9. 2019

Knoldselleri, 6-9 stk.
Vand til dampning
Lime, fintrevet skal og saft, 5-6.stk.
Ristet sesamolie, 1 dl
Kørvel og/eller purløg, 1-2 bundter
Salt og friskkværnet peber

Skræl knoldsellerien, og skær dem i tern på 1 cm.

Skyl krydderurterne, slyng dem tørre og snit dem efter ønske.

Damp knoldsellerien i lidt letsaltet vand til de er sprødmøre/ al dente, og hæld vandet fra.

Smag selleriternene til med limesaft og fintrevet skal, salt og peber.

Anret på fade, vend dem med snittede krydderurter lige inden servering, og dryp lidt ristet sesamolie over.

