



Karolines KØKKEN



Indhold

Forretter	2
Kød- og fiskeretter	10
Salater og saucer	20
Retter med ost	34
Desserter og drikke	44
Bagværk	54

Indholdsfortegnelse med alle opskrifter side 64.

Denne opskriftsbog er husstandsomdelt i september 1980 og kan købes for kr. 35,- inkl. moms og forsendelse. Dog beregnes der porto ved forsendelse til udlandet. Bestilling kan foretages på telefon 8737 5700, på fax 8737 5701 eller pr. post ved at skrive til: Karolines Køkken, Postboks 999, 8100 Århus C. Girokort til betaling af de bestilte bøger vil blive vedlagt forsendelsen. Spørgsmål vedr. opskrifterne besvares på telefon 8731 2280 mandag-fredag kl. 8.30 - 15.30.

*Udgivet af Mejeriforeningen
med støtte fra EF-kommisionen.
Design og produktion: A/S LAURA reklame & marketing.
Fotografi: Poul Ib Henriksen.
Tryk: Litopat S.p.a. - Italy
Revideret genoptryk 1998.
ISBN 87-89795-05-9.*

Med denne opskriftsbog markerer Mejeribruget et lille uhøjtideligt jubilæum, idet Karolines Køkken igennem 20 år har udarbejdet opskrifter med mejeriprodukter.

De syrnede produkter, der inden for det samme tidsrum har vundet stor udbredelse og popularitet, har især været i focus i Karolines Køkken – og mange gode opskrifter er blevet resultatet.

Nogle er endda blevet klassikere, og er af den grund taget med i denne samling, som Mejeribruget har ønsket at udsende til alle danske forbrugere.

Opskrifterne er gennemarbejdede, forenkede og kritisk vurderet i Karolines Køkken, så det skulle være muligt også for den mindre erfarne at opnå et godt resultat, hvis anvisningerne følges.

Med bogen »Karolines Køkken« har vi i særdeleshed tænkt på den forbruger, som af og til gerne vil lave noget godt og festligt, uden at glemme økonomien.

I afsnittet om salater og saucer kan der findes inspiration til fornyelse af såvel hverdagsmad som festmad.

Det er vort håb, at bogen vil blive en god hjælp – også i Deres køkken.

Med venlig hilsen
Karolines Køkken

Forretter

Forretter kan være mange ting. Man kan vælge at servere en forret, fordi hovedretten ikke er så fyldig, eller fordi det er en festmiddag, hvor det nu engang hører sig til med flere retter. Endelig kan man vælge at servere en forret, fordi man gerne vil byde sine gæster velkommen i ro og mag.

Suppe er en god forret, der giver en følelse af mæthed, så kødretten ikke behøver at være så fyldig.

Fiskeret, kold eller varm, bør være en lille appetitvækker før hovedretten. En kold fiskeret har den fordel, at den kan tilberedes i god tid og stilles i køleskabet. Blot skal man vente med at hælde saucen/dressing over, til retten skal serveres.

Salat af forskellig slags er også en god forret, som kan tilberedes i god tid og anrettes lige før den skal spises.

Dip, se side 8, er en ret ny forret, som ikke serveres ved middagsbordet, men et andet sted, fx. i hyggebogen.

Forretten skal helst ikke indeholde de samme ting som hovedretten, fx. bør avocado med creme fraiche ikke efterfølges af grøn salat med creme fraiche-dressing til kødretten.

Forretterne kan også, når man ser bort fra supperne, serveres til frokost.

Et frokostbord kræver megen tid, hvis det skal være »det store kolde bord«. Prøv i stedet at sammensætte en enkel frokost fx.:

Bagt kartoffel m/ creme fraiche og sild

En varm ret

Ost (4-5 forskellige)

Det er nemt at tilberede, overkommeligt at spise og ikke så dyrt.







Karolines frokostsild (4 pers.)

4 store kartofler • 25 g smør • 2 dl creme fraiche • 1 zittauerløg • 2 marinerede sildefileter eller 1 glas caviar • Pynt: løgringe og purløg.

Tænd ovnen og indstil den på 200°. Skrub kartoflerne meget omhyggeligt med en stiv skurebørste. Tør dem helt tørre med papir fra køkkenrullen. Pensl kartoflerne med smeltet smør og læg dem i et ovnfast fad. Bag kartoflerne til de er møre, fra 1 time til 5 kvarter. Mærk med en kødnål, om de er møre. Skær et kryds i hver, ca. 1 cm dybt. Klem kartoflerne let i hver ende, så de åbner sig. Læg en skefuld creme fraiche i hver. Pynt med udskårne sildefileter, løgringe og purløg. Servér kartoflerne varme som forret.



Kold blomkålsret (6 pers.)

1 stort fast blomkålshoved • 150 g kvarg med urter eller krydderier • 2 dl creme fraiche • ½ tsk karri • 1 salathoved • 250 g fine ærter, friske eller dybfrosne • 200 g rejer • Pynt: dild og rejer • Tilbehør: flûte.

Rens og skyl blomkålen. Læg den evt. i koldt vand tilsat salt i 10 min. Kog blomkålen i letsaltet vand, til den er knap mør, ca. 15 min. Afkøl blomkålen. Læg den godt afdryppede blomkål på et fad.

Rør kvarg og creme fraiche sammen. Smag til med karri. Hæld lidt af salatsaucen over blomkålen og server resten til.

Læg salatblade, kogte ærter og rejer omkring blomkålen. Pynt med dild og rejer.

Flødelegerede **supper** (4-5 pers.)

Aspargessuppe

1 ds aspargessnitter (ca. 425 g) • 30 g smør • 3 spsk
hvedemel • ¼ liter hønsebouillon (terning+vand) • 2
dl piskefløde • ½-1 tsk groft salt • hvid peber • evt.
kødboller • Tilbehør: flûte eller kuvertbrød.

Hæld aspargessnitterne til afdrypning. Smelt smørret, kom melet i og bag det sammen med aspargesvand. Tilsæt derefter terning og vand. Lad suppen koge igennem 5 min. Hæld piskefløde i og varm suppen op til kogepunktet. Smag til med salt og peber. Kom aspargessnitterne i til sidst.

Champignonsuppe

½ kg friske champignoner • 1 chaltelløg • 30 g smør
5 spsk hvedemel • 1 liter hønsebouillon (terning+vand)
2 dl piskefløde • ½-1 tsk groft salt • hvid peber • evt.
citronsaft • Tilbehør: flûte eller kuvertbrød.

Skær champignoner i skiver. Hak løget fint. Smelt smørret og svits løgene heri, til de er klare. Drys mel over og bag det sammen. Tilsæt terning og vand lidt efter lidt under piskning. Kom champignonskiverne i og lad dem koge ca. 5 min. Tilsæt fløde og varm suppen op til kogepunktet. Smag til.

Kartoffelsuppe, kold eller varm

½ kg skrællede, ituskårne kartofler • 3 porrer • 1 liter
suppe (terning+vand) • 2 dl piskefløde eller mælk • 1
tsk groft salt • hvid peber • Pynt: evt. klippet purløg •
Tilbehør: flûte eller kuvertbrød.

Kog kartofler og porreblade i suppen ca. 20 min. Gnid kartoflerne gennem en sigte eller findel dem i blender med lidt af suppen, af 2-3 gange. Hæld puren tilbage i gryden. Skær det hvide af porren i meget tynde ringe. Kog dem møre i suppen. Tilsæt fløde og varm suppen op. Smag til. Serveres varm eller kold.



Avocado

med rejer eller caviar (6 pers.)

3 avocadoer • ½ spsk citronsaft • 1 dl creme fraiche •
½ spsk italiensk tomatpure • ¼ tsk det tredje krydderi
• salt • 100 g rejer • dild • Tilbehør: ristet brød og
smør.

Flæk avocadoerne på langs og tag stenene ud. Dryp frugterne med citronsaft. Bland creme fraichen med tomatpure, det tredje krydderi og salt. Smag dressingen til og fyld den i avocadoerne. Fordel rejerne i avocadoerne og pynt med dild. Server dem afkølet.
Tips: Creme fraiche uden krydderier kan også lægges i avocadoerne. Der pyntes med caviar og hakkede løg eller med rejer og dild.



Tunfiskemousse

(8-10 pers.)

2 ds. tunfisk naturel à ca. 200 g • 200 g blødt smør • 1
dl creme fraiche 18 % • 1-2 tsk citronsaft • ½ tsk groft
salt • friskkværnet peber • Tilbehør: brøndkarse,
ristet hjertebrød eller flûte.

Hæld olien fra tunfisken. Mos tunfisken i en skål med elpisker eller gaffel. Tilsæt smør, creme fraiche, citronsaft og krydderier. Rør det hele sammen og smag moussen til. Fyld moussen i en postejform eller skål. Stil den tildækket i køleskab mindst ½ dag. Pynt med brøndkarse før serveringen.

Tips: Moussen kan også anrettes portionsvis med salatblade, citronbåde og brøndkarse.





Kold

fiskeanretning (6 pers.)

6 store rødspættefileter • 1 zittauerløg • dildkviste • Kogelage: 2 dl vand • 1 spsk eddike • 1 tsk groft salt • 1 laurbærblad • 5 peberkorn • Pynt: salatblade • 150 g rejer • 1 ds små slikasparges • 1 tomat skåret i både • 1 citron skåret i både • brøndkarse eller dild.

Tilbehør: flûte • creme fraiche-sauce med sennep og dild (se side 28).

Halvér fileterne på langs og rul dem sammen fra den spidse ende om et lille stykke zittauerløg og en kvist dild. Fæstn fileterne med tandstikkere. Stil dem tæt sammen i en lille gryde. Hæld kogelagen ved og damp dem under tætsluttende låg ved svag varme 5–10 min. Afkøl dem i lagen. Anret dem portionsvis på salatblade og pynt dem. Hæld lidt af creme fraiche-saucen over fisken.

Kryddersild

med creme fraiche (3–4 pers.)

2–3 kryddersildefileter • 2 spsk kapers • 1 finthakket chaltotløg • 2 dl creme fraiche.

Skær sildefileterne i passende stykker og læg dem i en serveringsskål. Drys kapers og løg over. Rør forsigtigt rundt i creme fraichen og anret den i en skål.

Karrysild (3–4 pers.)

2–3 marinerede sildefileter • 1½ dl creme fraiche 18 % 50 g mayonnaise eller 38 % creme fraiche • 1–1½ tsk karry • ½–1 tsk sukker • ½ tsk groft salt • Pynt: hårdkogte æg og karse.

Skær sildefileterne i passende stykker og læg dem, uden lage, i en flad skål. Rør saucen sammen og smag den til. Hæld karrysaucen hen over sildefileterne lige før serveringen og pynt med æg og karse.



Dip og kolde saucer

Nedennævnte opskrifter kan anvendes som dip, dressing til salat eller kold sauce til forskellige retter. Bland det hele sammen og smag sauce til. Er den for tyk til dressing, røres den blød med lidt mælk eller fløde.

I opskrifter, hvor der er anvendt creme fraiche alene, kan der fx. bruges lige dele 18% og 38% creme fraiche. Opskrifterne er beregnet til 4-6 pers.
NB! Se også dressingerne – side 28, 30 og 31.

DIP

er det moderne ord for en velsmagende dyppelse eller sauce til drinks eller et glas øl. Man dypper forskellige ting i sauce og nyder dip'en til drinks før middagen, og dette kan gøre det ud for en lille forret. Creme fraiche er særlig velegnet til dip. Det er vigtigt, at dip'en ikke er for tynd. Brug derfor creme fraiche, der er nogle dage gammel. Man kan nøjes med én slags dip, eller man kan servere flere slags, som man har lyst til. Dip'en serveres kold i et glas eller en lille skål sammen med tilbehøret, der kan være: små cocktailpølser, røgede muslinger, franske kartofler, rå agurkestave, blomkålsbuketter eller bladselleri.

Creme fraiche-sauce med purløg

2 dl creme fraiche • 1 bæger kvarg med urter (150 g) • ½-1 tsk groft salt • 1-2 spsk friskklippet purløg.

Servér sauce som dip eller til sprængt oksebryst, hamburgerryg og kogt skinke.

Creme fraiche-sauce med peberfrugt

2 dl creme fraiche • 1 bæger kvarg med krydderier (150 g) • ½-1 tsk groft salt • 1-2 spsk hakket rød peberfrugt.

Servering som ovenfor.



Torskeret

med creme fraiche-sauce (6-8 pers.)

¾-1 kg kogt, kold torsk • Sauce: 3½ dl creme fraiche 2 spsk ravigottesauce eller sød fransk sennep • ½ tsk groft salt • friskkværnet peber • 1 tsk bearnaiseessens 1 tsk sukker • 1 dl piskefløde, pisket til skum • Pynt: 100 g rejer • 100 g caviar • 3 hårdkogte æg • 1 bakke karse • Tilbehør: flûte.

Anret torsken i et fad. Rør creme fraiche sammen med alle ingredienser, på nær flødeskum, der vendes i til sidst. Smag sauce til og hæld den over torsken. Pynt med rejer, caviar, æg skåret i skiver samt karse. Tips: Torsk der skal anvendes kold, må koges i en god kogelag (se side 7). Lav kogelag af 1 liter vand til ovennævnte portion torsk. Skær torsken i skiver og kog dem et par min. Sluk for gryden og lad fisken stå og trække 7-8 min. under låg.





Kød- og fiskeretter

Der er mange muligheder for at vælge kød- og fiskeretter. Her er medtaget retter, som der kan fås råvarer til overalt, som desuden ikke er for dyre, og retter som de fleste vil kunne lide.

Desuden er der blevet plads til en lille fornyelse af hverdagsretter med fars på side 16.

Tilbehøret til såvel kød- og fiskeretter er søgt varieret, så der kan findes flere forskellige måder at servere fx. kartofler på. I flere tilfælde er der tænkt på energibesparelse. Det gælder en ret som smørdampede grønsager på side 16, og lammekølle med kartoffelgratin side 15 og flere andre.

Kød og fisk bliver meget velsmagende, når der steges i smør, både på grund af smørsmagen og fordi der anvendes lidt lavere temperatur end ved brug af andre fedtstoffer.

Det er let at stege i smør:

1. Læg smørret på en kold stegepande.
2. Opvarm ved kraftig varme til skummet begynder at lægge sig.
3. Skru ned til halvt blus og kom kødet på.
4. Skru op igen mens kødet vendes.
5. Skru igen ned til halvt blus.

Fiskefilet er steges 4 min. på hver side. Frikadeller 6 min. på hver side. Og Engelsk bøf 3–5 min. på hver side.

Smør kan også bruges som sauce til mange retter:

Brunet smør til stegt kød eller fisk. Smeltet smør til kogt kød, fisk eller grønsager. Koldt smør til bagte kartofler, souffléer o.l.

Færdigt kryddersmør:

Kryddersmør fås i handelen i stænger à 125 g. Det skæres i skiver og lægges på retten ved serveringen eller serveres i en skål ved siden af.

Hvidløgsmør til lammesteg.

Persillesmør til grillstegt kød.

Dildsmør til fiskeretter.



Culottesteg med bearnaisesauce (4 pers.)

1 culotte på ca. 1 kg • 1 spsk groft salt • peber •
Tilbehør: bagte kartofler, haricots verts.

Rids fedtlaget på culotten og gnid den med salt og peber. Brun den i ovnen ca. 15 min. ved 250°. Steg den videre ved 170° i 30–40 min., afhængig af, hvor rød stegen må være i midten. Lad stegen hvile i 15 min. inden den skæres for.

Bag de smørpenslede, saltede, halverede kartofler sammen med stegen.

Bearnaisesauce med creme fraiche

3½ dl creme fraiche • 1 spsk bearnaiseessens • ¾ tsk groft salt • peber • 3 spsk hakket persille.

Bland lige dele 18% og 38% creme fraiche sammen og smag sauceen til. Varm bearnaisesauce – se side 18.



Kylling i paprikasauce (4–6 pers.)

2 kyllinger (à ca. 900 g) • 1 tsk groft salt • 2 tsk
delikatessepaprika • 50 g smør • 1 stort challetøløg • 1
fed knust hvidløg • 2½ dl hønsebouillon (ter-
ning+vand) • 2 dl creme fraiche • 1 spsk hvedemel •
Pynt: hakket persille • Tilbehør: flûte eller løse ris.

Del kyllingerne i 4 dele. Gnid dem med salt og paprika. Svits dem i smørret, der er let brunet. Tag dem op af gryden. Svits hakket løg og hvidløg i resten af stegesmørret. Læg kyllingerne tilbage i gryden. Tilsæt bouillon og steg kyllingerne ved svag varme, til de er møre, 25–30 min. Tag kyllingestykkerne op. Rør creme fraiche og mel sammen. Kom det i skyen, og kog det hele godt igennem. Smag sauceen til. Hæld den over kyllingestykkerne.



Hasselbackkartofler til ovnstegte kyllinger (4–6 pers.)

8–10 mellemstore kartofler • 1 spsk smeltet smør • 1½ tsk groft salt.

Bagetid ca. 60 min. ved 225°. Skræl kartoflerne og skær hver kartoffel knapt igennem i tynde skiver på tværs. Læg dem i et smurt, ovnfast fad og pensl med smør. Drys salt over. Bag kartoflerne midt i ovnen til de er møre.

Ovnstegte kyllinger

2 kyllinger à ca. 900 g • 75 g blødt smør • ½–1 tsk groft salt.

Steketid 30–40 min. ved 225°. Skær hver kylling i 4 stykker og læg dem i en bradepande. Pensl med smør og drys salt over. Steg kyllingerne midt i ovnen. Tilbehør: Grøn salat med creme fraiche-dressing.

Lever i krydret flødesauce (4 pers.)

½ kg lever • 4 små zittauerløg • 50 g smør • 1 tsk groft salt • friskkværnet peber • 2 tsk lys, fransk sennep • ½–1 tsk tørret basilikum • ½–1 tsk tørret rosmarin • ¼ liter piskefløde • 1 dl mælk • 1 tsk hvedemel • kulør
Tilbehør: pillekartofler med hakket persille.

Skyl leveren, fjern evt. hinder og årestammer. Skær leveren i store terninger. Pil løgene og skær dem i terninger. Svits begge dele i smør i en stegegrøde. Tilsæt krydderier, piskefløde og mælk, der er rystet sammen med mel. Lad retten koge ved svag varme ca. 15 min. Smag til og tilsæt kulør.

Tips: I stedet for tørrede krydderurter kan anvendes ½–1 spsk friskhakkede.



Indbagt mørbrad

med brøndkarse og salat (6 pers.)

Dej: 250 g hvedemel (ca. 4 dl) • ½ tsk groft salt • 1 tsk bagepulver • 150 g koldt smør • ½ dl kold mælk.

1 svinemørbrad (ca. 400 g) • 25 g smør • salt • peber.

Fars: 500 g hakket flæskeskud • 2 spsk hvedemel • 1 æg • 1½ tsk groft salt • friskkværnet peber • 1 tsk revet muskatnød • 2 fed knust hvidløg • 1 stort revet challoetløg • 1 dl piskefløde eller fløde 13 % • 250 g rensede, grofthakkede champignoner.

Pensling: sammenpisket æg eller fløde • **Tilbehør:** grøn salat med creme fraiche-dressing.

Bagetid: 50–60 min. ved 200°.

Bland mel, salt og bagepulver. Skær smørret i småstykker og smuldr det i melet. Saml dejen hurtigt med kold mælk. Læg den i køleskabet 1 times tid. Skær sener og hinder af mørbraden. Brun mørbraden på alle sider i gyldent smør. Drys salt og peber over. Afkøl mørbraden. Rør kød med mel, æg, krydderier og fløde. Bland champignoner i farsen. Rul dejen ud på bagepapir til en plade (ca. 30–40 cm). Læg halvdel af farsen på midten af dejen. Herpå lægges mørbraden, hvorefter resten af farsen pakkes udenom. Luk enderne af dejen ind over farsen, hvorefter den ene langside lægges op og pensles med æg i kanten. Derefter lægges den anden side op. Læg mørbraden med sammenføjeingen opad på en bageplade. Pensl dejen med sammenpisket æg. Sæt pladen midt i ovnen. Server mørbraden varm.

Dressing: ½ liter creme fraiche 18 % • 1–1½ tsk groft salt • friskkværnet peber • 1 tsk revet/stødt muskatnød.

Bland creme fraiche med salt, peber og muskat. Server dressingen i en skål for sig til salaten.

Tips: Champignoner kan udelades i farsen. I stedet for ovennævnte dej kan anvendes færdigkøbt dybfrossen buttedeje.



Stegt lammekølle med kartoffelgratin (4 pers.)

1 lammekølle (1½-2 kg) • salt • peber • 2 fed hvidløg •
1 tsk rosmarin • 50 g smør.

Tænd ovnen og indstil den på 225°. Skyl og tør lammekøllen. Gnid hele køllen med salt og peber. Spæk den med små stykker hvidløg og rosmarinnåle. Læg kødet på stegeristen over bradepanden med skindsiden opad. Skær smørret i småstykker og fordel det over kødet. Brun kødet ca. 20 min. Skru derefter ned til 180°, og steg køllen 20-25 min. pr. kilo, hvis stegen skal være let rødlig inde. Ønskes kødet mere gennemstegt, beregnes 30-35 min. pr. kilo. Tag stegen ud. Hold den varm under folie og lad den hvile 15 min., for at saften kan samle sig inden udskæringen. Skær stegen i skiver og server den med kartoffelgratin, der bages i ovnen sammen med køllen.

Fransk kartoffelgratin

1 kg kartofler • 1-1½ tsk groft salt • friskkværnet
peber • ½ tsk revet muskatnød • 2 hakkede chalotteløg
evt. 1 fed knust hvidløg • 150 g revet Emmentaler • ¼ li-
ter piskefløde eller mælk.

Bagetid ca. 1¼ time ved 180°. Skræl kartoflerne og skær dem i tynde skiver. Læg dem lagvis med krydderier, løg og halvdelen af osten i et fladt, smurt ovnfast fad. Hæld fløde over kartoflerne og drys resten af osten over. Sæt fadet i ovnen når lammestegen er brunet og bag gratinen til kartoflerne er møre. Servér kartoffelgratinen til lammesteg, oksesteg, stegt kylling eller som selvstændig ret med grøn salat til.

Tips: I stedet for Emmentaler kan anvendes Danbo eller 50 g Grana sammen med 50 g Danbo.

Fars i fad

med syltede paprika (4 pers.)

½ kg hakket flæske- og kalvekød • 50 g kogte, mosede kartofler • 1 mellemstort zittauerløg • 1½ tsk groft salt friskkværnet peber • ½ tsk gult sennepspulver • 1 æg 1 dl mælk • 3 spsk syltede paprika • 25 g smør • Pynt: tomater, hakket persille • Tilbehør: kartofler, grøn salat med flødedressing.

Bagetid 40–50 min. ved 200°. Rør det hakkede kød med kartofler, revet løg, krydderier, æg og mælk. Læg halvdelen af farsen i et smurt, ovnfast fad. Fordel herover hakkede paprika og dæk dem med resten af farsen. Hæld smeltet smør over. Sæt fadet på ovnristen midt i ovnen. **Flødedressing:** 1½ dl piskefløde • 1–2 spsk citronsaft • 1 tsk sukker. Pisk fløde, citronsaft og sukker sammen til dressingen er jævn.



Farspandekage

(5–6 pers.)

½ kg hakket flæskeskød • 2 spsk hvedemel • 1½ spsk revet zittauerløg • 1½ tsk groft salt • 1 æg eller 2 æggeblonder • friskkværnet peber • ca. 2 dl mælk • 50 g smør • Tilbehør: smørdampede grønsager.

Bland kød, mel, løg, krydderier og æg i en skål. Rør mælken i lidt efter lidt. Lad smørret gyldne i en stegepande. Bred farsen ud i panden og bag den som én stor pandekage 6–7 min. på hver side ved jævn varme.

Smørdampede grønsager: 75 g smør • 250 g flintsnittet hvidkål • 250 g groftrevne gulerødder • 250 g porrer i tynde ringe • ¾–1 tsk groft salt • ca. ½ dl vand.

Smelt smørret i en tykbundet gryde og læg grønsagerne i. Salt og vand tilsættes. Dampes møre under låg ved svag varme i 10 min. Hældes over farspandekagen og drysses med hakket persille.





Sorte gryde

(6 pers.)

1 kg skært oksekød • 50 g smør • 2 tsk groft salt • friskkværnet peber • 2 dl stærk kaffe (2 tsk pulverkaffe opløst i 2 dl vand) • 4 dl piskefløde • 2 dl tomatpuré • 2 glas snaps, ca. ½ dl • Tilbehør: kartoffelmos.

Skær kødet i tændstiklange strimler, ca. 1 cm tykke. Lad smørret gyldne i stegegryden. Del kødet i to portioner og svits hver portion for sig i smørret. Læg alt kødet tilbage i gryden og tilsæt de øvrige ingredienser. Lad retten småsnurre under låg ved svag varme ca. 1 time. Smag til med salt og peber.



Karolines

Søndagsgryde (4 pers.)

600 g skært svinekød • 1 stort, hakket zittauerløg • 50 g smør • 1 tsk groft salt • friskkværnet peber • 1–2 tsk tørret basilikum eller 1–2 spsk friskhakket • 1 ds tomater (ca. 425 g) • 250 g champignoner • 1½ dl fløde 13 % • Pynt: persille • Tilbehør: løse ris.

Skær kødet i små terninger. Brun kød og løg i gyldent smør i en tykbundet gryde. Tilsæt krydderier og tomater med væde. Lad retten småkoge 45 min. Rens champignoner og skær dem i skiver. Bland champignoner i kødet og kog retten videre ca. 15 min. til kødet er mørt. Hæld fløde ved kødet. Kog saucen godt igennem og smag retten til. Kan evt. jævnes. Drys hakket persille over ved serveringen.



Foreller

kogt i ovn (4 pers.)

4-6 portionsforeller • 1 liter vand • 2 spsk groft salt • 2 spsk eddike • 2 laurbærblade • 20 hele peberkorn • 1 zittauerløg • 2 gulerødder • Tilbehør: kartofler og hollandaisesauce.

Ovntemperatur 250°. Kogetid i ovn ca. 30 min. Læg forellerne side ved side i et ovnfast fad. Bring vandet i kog. Tilsæt krydderier samt gulerødder og løg, der er snittet på råkostjernet. Hæld kogelagen over forellerne. Dæk fadet med folie og sæt det på ovnrysten midt i ovnen.

Hollandaisesauce med fløde (4 pers.)

125 g smør • ¼ liter piskefløde • 4 æggeblommer • ½-1 tsk groft salt • 2 spsk citronsaft.

Bland det hele sammen i en tykbundet gryde. Bring det i kog ved svag varme under piskning, så er saucen færdig til at hælde op i en varm saucekande. Skal saucen holdes varm, er det bedst at sætte den i vandbad. Erstattes citronsaften med bearnaiseessens og hakket persille, får man en lige så lækker bearnaisesauce.

Flødesennepssauce (4 pers.)

100 g smør • ¼ liter piskefløde • 2 spsk udrørt fiskesennep • salt.

Smelt smørret. Tilsæt piskefløde og varm det op til kogepunktet. Smag saucen til med fiskesennep og salt. Servér saucen til kogt torsk.



Fiskefilet'er med krydderurtesauce (6–8 pers.)

½ kg rødspætte- eller rødtungefilet'er • 4 spsk hakke-
de zittauerløg • 25 g smør • 3 dl tør hvidvin • 1 dl vand
1–2 tsk groft salt • ½ liter piskefløde • 3 spsk hakket
dild • 3 spsk hakket persille • 2 spsk klippet purløg • 2
spsk karse • evt. citronsaft • Tilbehør: flûte.

Fold fiskefilet'erne sammen på langs med skindsiden indad. Damp løgene klare i smør. Læg fiskefilet'erne ovenpå løgene. Hæld hvidvin og vand ved. Drys salt over og lad filet'erne dampe under låg ca. 5 min. Tag filet'erne op og hold dem varme i serveringsfadet. Kog fiskesuppen ind ved stærk varme uden låg til der er ca. 1 dl tilbage. Tilsæt piskefløde og lad sauce koge ind til den er jævn. Tilsæt krydderurter og smag til med salt og evt. citronsaft. Hæld sauce over fiskefilet'erne.

Ostegratinerede fiskefilet'er (6–8 pers.)

½ kg rødspættefilet'er • 1½ dl tør hvidvin • ½ tsk
groft salt • 180 g rejer • ½ kg champignoner • 50 g
smør • 2 dl piskefløde • 1 tsk hvedemel • ½ tsk groft
salt • hvid peber • evt. lidt citronsaft • Gratinerings-
100 g revet, mild Danbo • 2 spsk rasp • 25 g smør •
Pynt: rejer • Tilbehør: flûte.

Ovntemperatur 225°. Gratinerings tid 10–20 min.
Rul fiskefilet'erne med skindsiden indad. Damp dem i en bredbundet gryde, i hvidvin tilsat salt, ca. 5 min. under låg. Læg filet'erne i et ovnfast fad. Drys rejerne over. Skær champignoner i skiver, og svits dem i smør. Hæld fløde og fiskesuppe ved, drys mel over. Kog stuvningen lidt ind. Smag til og hæld den over. Grati-
ner retten øverst i ovnen, til den er gylden.





Salater og saucer

I den fornyelse af kosten, som har fundet sted i de senere år, har syrnede produkter spillet en fremtrædende rolle. Som dressing til salater har de afløst den fede olie og mayonnaise, og dermed bidraget til de mere magre dressinger til salatskålen og kartoffelsalaten.

Mange velsmagende dressinger er ikke alene blevet salatskålens tilbehør, men gør det i nogle tilfælde samtidig ud for sauce. Alle syrnede produkter egner sig til dressing, mest velegnet er creme fraiche.

I opskrifterne er angivet fedtprocenten på den creme fraiche, som er mest velegnet. Hvor intet er anført, kan såvel 18 % som 38 % creme fraiche anvendes. Der kan også laves en god dressing ved at blande lige dele 18 % og 38 % creme fraiche.

Creme fraiche skal omrøres forsigtigt, da den ellers kan blive tynd. Et par spiseskefulde kvarg i 2 dl 18 % creme fraiche er godt til salater, hvor man ønsker en mere fast konsistens. Husk at beregne ekstra krydderier.

38 % creme fraiche kan røres blød med lidt mælk eller fløde.

Dressinger med syrnede produkter kan laves til et par dage ad gangen og opbevares i køleskab. Bruges der friske krydderurter, tilsættes de friske hver dag. Dressingen bliver bedre i smagen af at trække et par timer før servering, men skal have en let omrøring lige før den anrettes.

Nogle vil måske undre sig over, at der er tilsat sukker til en del dressinger. Det kan naturligvis udelades. Når det er med, skyldes det at sukkeret virker som smagsbærer for krydderierne, samtidig med at det runder smagen af.



Kartoffelsalater

Kold kartoffelsalat (4-6 pers.)

2½ dl ylette naturel eller ymer • 2½ dl creme fraiche • 1-2 spsk revet chalotteløg • 2 tsk groft salt • ¼ tsk hvid peber • 1-2 tsk sød fransk sennep • 1 tsk citronsaft • ¼ kg små, kogte, faste kartofler • 3 spsk klippet persille • 2 spsk klippet purløg •
Pynt: evt. brøndkarse.

Bland ylette og creme fraiche. Smag salatsaucen til med løg og krydderier. Skær kartoflerne i ikke for tynde skiver, og vend dem i salatsaucen mindst ½ time før serveringen. Servér kartoffelsalaten til frikadeller, stegte fiskefilet'er o.l.

Kyllingesalat med mangosauce (6 pers.)

Ca. 350 g kogt, koldt kyllingekød • 250 g dybfrosne ærter • 250 g dybfrosne majs • 250 g champignoner • 1 strimlet salathoved • Tilbehør: fløde.

Skær kyllingekødet i store terninger. Kog ærter og majs i letsaltet vand 5 min. Afkøl dem. Skær rensede champignoner i skiver. Arrangér det hele stribevis på et fad.

Mangosauce

3½ dl creme fraiche 18% • 3-4 spsk sød mango chutney • salt • ½ tsk det tredje krydderi • evt. citronsaft • Pynt: hakket mango chutney.

Hak mangoen fint med en kniv eller i persillekværn. Bland det hele sammen og smag saucen til.

Varm kartoffelsalat (4 pers.)

¼ kg små, faste, kogte kartofler • 2 mellemstore zittauerløg • 50 g smør • 1½ dl vand • ¼ dl eddike • 1½ spsk sukker • 1 tsk groft salt • hvid peber • 2½ dl. piskefløde.

Skær kartofler og løg i skiver. Bring smør, vand, eddike og krydderier i kog. Kog løgene møre heri, ca. 10 min. Varm kartoflerne igennem i marinaden. Tilsæt kogende piskefløde, og smag salaten til. Servér salaten til stegt fisk, frikadeller, pølser m.m.





Sildesalat

2½ dl creme fraiche 18 % • ½ tsk groft salt • 1 spsk sød, fransk sennep • 1 tsk sukker • Fyld: 4 marinerede sildefilet'er (heraf lidt til pynt) • 1½ dl syltede rødbeder • 3 ikke for syrlige æbler • Pynt: hakkede, syltede rødbeder • sildefilet'er i strimler.

Bland creme fraiche med krydderier. Smag salatsaucen til. Læg sildefilet'er og rødbeder til afdrypning i en sigte. Skær sildefilet'er i strimler, rødbeder og æbler i terninger. Vend fyldet i salatsaucen. Anret og pynt salaten lige før serveringen.

Tips: Anvendes 38 % creme fraiche til salaten, må der røres lidt mælk i saucen.



Kinakålsalat

(4–6 pers.)

½ stk. kinakål • 2–3 appelsiner (heraf lidt til pynt) • ca. 2 dl creme fraiche 18 %.

Snit kinakålen i strimler. Pil appelsiner og skær dem i terninger. Vend begge dele i creme fraiche. Anret og pynt salaten lige før serveringen. Servér den som tilbehør til kødretter.

Tips: Salaten kan også pyntes med hakkede nødder.



Gulerodssalat

(4–6 pers.)

2½ dl creme fraiche 18% • 1 spsk citronsaft • 2 tsk sukker • 2 mellemstore groftrevne gulerødder • 6–8 snittede forårsløg (snitløg) • Pynt: hakket persille.

Smag creme fraichen til, og hæld den i en skål. Anret gulerødder og forårsløg stribevis på et fad, lige før serveringen. Servér dressingen til, i en skål for sig. Tips: I stedet for forårsløg kan anvendes tynde porrer eller groftrevne æbler.



Waldorfsalat

(6–8 pers.)

3½ dl creme fraiche • 1–2 spsk sukker • ¼ tsk groft salt • 3–4 stilke bladselleri • 300 g grønne druer • 2 spiseæbler • 50 g valnødder • Pynt: blade fra bladselleri, valnødder og druer.

Smag creme fraiche til med sukker og salt. Rens bladselleristilkene og skær dem på tværs i tynde strimler. Halvér druerne og fjern kernerne. Skær æblerne i terninger. Tag lidt valnødder fra til pynt. Hak resten groft. Bland fyldet i dressingen. Lad salaten stå koldt til serveringen. Anret og pynt salaten. Servér den til vildtretter, kødretter med vildtsauce, farseret fjerkræ eller efter frokosten.

Tips: Dressingen kan fx. laves af lige dele 18% og 38% creme fraiche.



Brunet smør og smørstegt persille til stegte rødspætter

Brunet smør (4 pers.)

Læg 75 g smør på en varm pande og brun det, til det er skummende. Servér smørret straks til stegte retter, foreller, rødspætter, karbonader m.m.

Smørstegt persille (4 pers.)

2 bdt. persille • 50–75 g smør.

Skyl persillen og fjern de grove stilke. Tør den godt. Lad smørret gyldne i stegepanden. Læg persillen i og rør rundt, til smørret er gyldent og skummet har lagt sig, så er persillen færdig. Persillen skal være varm og sprød, når den serveres. Smørstegt persille passer til stegt kylling og stegte fiskeretter.



T-bonesteak med persillesmør (4 pers.)

4 T-bonesteaks, ca. 1½ cm tykke • 50 g smør • salt • friskkværnet peber • ca. 60 g persillesmør • Tilbehør: franske ærter.

Giv fedtkanten nogle små snit. Lad smørret gyldne på panden og steg T-bonesteak'en heri 3–3½ min. på hver side. Drys salt og peber på under stegningen.

Tips: **Kryddersmør** fås i handelen som persillesmør, dildsmør og hvidløggsmør.

Franske ærter

Kog 10 små pillede chalotteløg i ganske lidt letsaltet vand, ca. 5 min. Hæld ½ kg frosne eller friskbælgede ærter i. Kog dem med i 5 min. Pil eller striml et lille salathoved groft, og giv det et opkog med ærterne. Hæld evt. væde fra og vend 30 g smør i ærterne.

Pandesaucer

Pandesauce med piskefløde (4–5 pers.)

2 store zittauerløg • 30 g smør • ¼ liter piskefløde • ½–1 tsk groft salt • kulør.

Pil løgene og skær dem i tynde skiver. Kom smørret i panden og vend løgene heri, til de er gyldne. Tilsæt derefter piskefløde og lad saucen koge, til den er jævn, ca. 5 min. Smag saucen til med salt og tilsæt kulør. Serveres til frikadeller.

Finere pandesauce (4–5 pers.)

2 små zittauerløg • 250 g champignoner • 2 tomater eller 2 spsk koncentreret tomatpuré • 30 g smør • ¼ liter piskefløde • ½–1 tsk groft salt • peber • 1 bdt persille.

Pil og hak løgene groft. Rens champignonerne og skær dem i skiver. Skær tomaterne i både. Kom smørret i panden og vend løgene heri til de er gyldne. Tilsæt champignoner og tomater og lad det hele dampe ca. 5 minutter. Kom piskefløde i og lad saucen koge, til den er jævn. Smag til med salt og peber. Anret saucen og drys med hakket persille. Serveres til mørbrad, koteletter, kylling m.m.



Dressinger og kolde saucer

med syrnede produkter

Rør det syrnede produkt op med de øvrige ingredienser og smag til. Er dressingen for tyk, tilsættes lidt mælk eller fløde. Lad dressingen stå og trække nogle timer i køleskabet. Rør rundt i den lige før serveringen.

Se også opskrifter på dip og kolde saucer side 9.

Ymerdressing med merian (4 pers.)

2 dl ymer • ½ dl piskefløde • 1 tsk tørret merian • 1 tsk groft salt • ¼ tsk peber • 1 spsk fransk aromasennep.

Servér fx. dressingen til en skål grøn salat blandet med ost og kogt skinke, skåret i terninger. Salaten kan serveres som frokostret. Dressingen kan også serveres til en skål blandet salat, der serveres til en kødret.

Ylletedressing med chili (4–6 pers.)

3 dl ylette, ymer eller tykmælk • ½–¾ tsk groft salt • friskkværnet peber • 3 spsk sød chilisaucen eller tomatketchup.

Servér dressingen i en skål for sig til strimlet salat, kinakål eller hvidkål og hakket persille eller en skål blandet salat.

Ylletedressing med persille (4–6 pers.)

3 dl ylette, ymer eller tykmælk • 2 spsk mælk • ½–¾ tsk groft salt • friskkværnet peber • 1 spsk revet chalthellø • 2 spsk hakket persille.

Servér dressingen til salat, fx. icebergssalat med fennikel og rød peber.

Crème fraîche-sauce med sennep og dild (4–6 pers.)

3½ dl crème fraîche • 1½ tsk groft salt • 3 spsk sød fransk sennep • ½ tsk tørret dild • 2 spsk friskklippet dild.

Servér saucen som dip eller dressing til kold kartoffelsalat.

Crème fraîche-sauce med citronskal (4–6 pers.)

Ca. 2 dl crème fraîche 18 % • 2 dl crème fraîche 38 % • 1½ tsk groft salt • friskkværnet peber • 1 tsk revet citronskal • 2 spsk klippet dild.

Hæld saucen hen over rensede, røgede ørred-, silde- eller makrelfileter. Pynt med dildkviste og servér retten som forret.

Crème fraîche-sauce med syltede agurker (4–6 pers.)

3½ dl crème fraîche • 1½ spsk revet zittauerløg • 1½ spsk sød fransk sennep • 4 spsk finthakkede, syltede agurker • 1 tsk groft salt • friskkværnet peber.

Servér fx. saucen til tunfiskesalat bestående af tunfisk i olie, grøn salat, tomatbåde og hårdkogte æg skåret i kvarter. Denne salat er velegnet som forret.





Icebergsalat med Danabludressing (6 pers.)

½ icebergsalat eller 1 stk. kinakål • 3–4 stilke bladselleri • Pynt: 25 g valnødder.

Skær salat og bladselleri i strimler. Læg det i en salatskål og pynt med valnødder.

Servér Danabludressing til, i en skål for sig. Salaten er velegnet til vildtretter eller til kødretter med vildtsauce.

Tips: Icebergsalat kan også anrettes med skiver af avocado og serveres med samme dressing eller med ylettedressing med sød chilisauc.

Danabludressing (6 pers.)

100 g Danablu • 3 spsk fløde 13 % • 1½–2 dl ymer.

Mos Danabluen med en gaffel eller gnid den gennem en sigte. Rør den blød med fløde og tilsæt ymer.



Frokostsalat

med peberrodsdressing (4–6 pers.)

200 g sprængt tunge eller kogt skinke • 100 g syltede rødbeder • 100 g kogte aspargessnitter • 100 g haricots vert • brøndkarse.

Skær tunge og rødbeder i strimler. Arranger det hele på et fladt fad.

Peberrodsdressing

3½ dl creme fraiche 18 % • ½–1 tsk groft salt • 1½ tsk citronsaft • 3 tsk sukker • 2–3 spsk revet peberrod.

Smag creme fraichen til, og servér den i en skål for sig.
Tips: Peberrodsdressing kan også serveres til sprængt oksebryst.



Frugtsalat

med vanillekvarg (3 pers.)

50 g æble • 50 g henkogt pære • 50 g henkogt ananas • 200 g vanillekvarg • Pynt: hasselnøddekerner.

Skræl æblet.

Skær frugterne i små terninger, og vend dem i vanillekvargen. Stil salaten koldt. Rør forsigtigt rundt i salaten, lige inden den anrettes.

Tips: Vil man have en lidt finere frugtsalat, kan der blandes flødeskum af ½ dl piskefløde i kvargen.

Mælk

Mælk fås som:

sødmælk _____ 3,5% fedt

letmælk _____ 1,5-1,8% fedt

skummetmælk ____ max. 0,3% fedt

cacaomælk fremstilles af sød-, let- eller skummetmælk, og tilsættes cacao, sukker og stabilisator.

Fløde fås med 9-13-18 eller 38% fedt.

Syrnede produkter er: Tykmælk/Acidophilus tykmælk, ymer, ylette, yoghurt, kærnemælk, koldskål og creme fraiche.

Tykmælk, Acidophilus tykmælk, ymer og yoghurt har samme fedtprocent som sødmælk.

Ylette og drikkeyoghurt har ca. samme fedtprocent som letmælk.

Kærnemælk indeholder: min. 0,3% fedt og max. 1,0% fedt.

Koldskål indeholder: 0,5% fedt.

Creme fraiche fremstilles af fløde, der har en fedtprocent på 18 eller 38.

Alle produkterne er syrnede med en mælkesyrekultur, som giver dem deres specielle smag og konsistens.

Desuden tappes valle fra ymer og ylette i løbet af produktionen, så proteinindholdet bliver højere end sødmælk:

100 g sødmælk indeholder 3,4 g protein

100 g ymer/ylette indeholder 6,5 g protein

Til yoghurt tilsættes frugt, saft eller grønsager; og yoghurt fremstilles med forskellig konsistens, idet yoghurt med frugt/saft/grønsager kan spises med ske. Drikkeyoghurt, som fås med jordbær eller appelsinsaft, er drikkeklar lige fra kartonen.

Tykmælk/Acidophilus tykmælk, ymer og ylette fremstilles naturel, men ylette fås også med frugt.

Creme fraiche har en frisk syrlig smag og kan anvendes i stedet for mayonnaise, som giver mere energi (kilojoule) end creme fraiche.

100 g mayonnaise giver 3.350 kJ (800 kcal)

100 g creme fraiche 38% giver 1.530 kJ (365 kcal)

100 g creme fraiche 18% giver 790 kJ (190 kcal)

Ost

Der findes ca. 50 forskellige oste at vælge imellem.

Ostene inddeles i typer således:

Faste oste fx. Danbo og Emmentaler.

Halvfaste oste fx. Havarti, Esrom og Feta.

Blåskimmeloste fx. Danablu og Mycella.

Hvidskimmeloste fx. Brie og Camembert.

Flødeste fx. med peber eller krydderurter.

Friske oste fx. Hytteost, Kvar og Rygeost.

Smelteost fås fx. med rejer.



Smør

Smør fremstilles af syrnede fløde og er ikke tilsat farve. Det indeholder min. 80% fedt og max. 16% vand.

Smør fås med og uden salt:

Usaltet smør – velegnet til smørrebrød, alle saucer og bagværk. Letsaltet smør med 0,6% salt og normalsaltet smør med max. 1,2% salt, er velegnet til al slags madlavning.

Kryddersmør fås i tre forskellige variationer: Krydret persillesmør, dildsmør og hvidløgssmør.

Smør er et rent naturprodukt. Derfor retter konsistensen sig efter de fedtstoffer, som fløden består af. Vintersmør er knap så smørbart som sommersmør.

Det anbefales derfor at opbevare det smør, der bruges af, ved 8-12°C, svarende til temperaturen i et svaleskab, eller tag smørret ud af køleskabet ½ time før brug.

Holdbarhed og opbevaring

For mælke- og flødeprodukter gælder, at de skal opbevares ved 5°C fra det øjeblik, de produceres og til de forbruges – selv kortvarige ophold ved højere temperatur kan forringe holdbarheden væsentligt. (Dette gælder også for langtidsholdbar mælk når emballagen er åbnet). Mælkens holdbarhed er 8 dage fra produktionsdatoen. Kan fryses.

Syrnede produkter har en holdbarhed på 12-14 dage. Er uegnet til frysning.

Holdbarheden for smør er 6 uger. Smør kan fryses. Holdbarhed ca. 3 mdr.

Ost opbevares bedst i en kold kælder eller på en ikke for kold plads i køleskabet med snitfladen dækket med staniol og pakket i plastpose eller plastbox.

Ost kan fryses, pakket i mindre stykker. Fede oste er mere velegnede end magre.

Næringsindhold

Såvel mælke- og osteprodukter hører til kostens daglige grundpiller på grund af deres høje indhold af (værdifuldt) protein, kalk og fosfor. Vitaminerne A, B og D findes også i disse produkter. Smør har et naturligt højt indhold af A og D vitaminer. Højere om sommeren end om vinteren.

Anbefalet mængde pr. dag:

Børn og unge ca. ¼ liter mælk, 25 g ost, 30-40 g smør. Voksne ca. ½ liter mælk, 25 g ost, 30-40 g smør.







Osteretter

Flere og flere bruger ost i madlavningen, fordi de finder, at ost er et dejligt krydderi i mange retter, fx. Danablu i vildtsauce. Særlig godt som krydderi er Grana riveost. Grana kan bruges sammen med Danbo eller alene i retter, hvor man gerne vil have en lidt kraftig ostesmag. Den kan sættes på bordet sammen med salt og peber og bruges som drys over spaghetiretter, kogte grønsager eller i supper.

Emmentaler er sammen med Danbo eller Samsø den ideelle ost til ostesoufflé, ostefondue, ostevinsauce og varme ostebrod. Emmentaler giver ingen lugt ved opvarmning.

Danbo og Samsø er gode til gratinering:

De skæres i skiver, eller rives på den grove side af råkostjernet, fordeles hen over retten og bages i ovnen til osten er gylden. Der er ingen grund til at skære en ost helt ned til skorpen. Det er bedre at rive osteresten, evt. fryse den og senere anvende den til gratinering, i saucer eller til varme ostebrod.

Det er lettest at rive ost, når den er lidt tør.

Hvor meget ost man vil anvende i en ret afhænger af ens personlige smag. En lagret ost giver mere smag end en mild, og som følge deraf kan der anvendes mindre af den lagrede. Der skal dog ikke anvendes for stærk lagret ost til varme retter, da den kan give en »skarp« smag. Er man begynder i at anvende ost til madlavning, er det bedst at starte med mindre retter som varme ostebrod eller spaghetiretter. Bagværk fx. ostestænger vil også være noget, som de fleste kan lide.

Til osteinretninger skal beregnes 75-125 g pr. person til frokost. Ca. 200-225 g, hvis anretningen skal gøre det ud for et helt måltid.



Spaghettiret (4 pers.)

1 pakke spaghetti (250 g) • 2 hakkede zittauerløg • 50 g smør • 250 g hakket oksekød • ½ tsk delikatessepaprika • 1 tsk groft salt • friskkværnet peber • 4 spsk tomatpuré • 3 dl vand • 1 spsk hvedemel • Tilbehør: revet Danbo eller Samsø.

Kog spaghetti efter anvisningen på pakken.

Kødsauce

Svits løgene gyldne i smør. Kom kød og paprika i og lad det svitse med til kødet har skiftet farve. Tilsæt krydderier og vand og lad det hele koge sammen et kvarters tid. Jævn evt. kødsaucen og smag til med salt og peber.

Hæld vandet fra spaghetti. Anret den i en skål og rør 1 spsk smør i.



Ostegratinerede grønsager (4 pers.)

Ca. 400 g kogte grønsager, fx. blomkål, broccoli, gulerødder, porrer eller rosenkål • Ostersauce: 25 g smør • 3 spsk hvedemel • ca. 2½ dl mælk eller grønsagvand • 1 dl piskefløde eller fløde 13 % • 50 g revet, mild Danbo • ½ tsk groft salt • hvid peber • 1-2 æggeblommer • Gratinerings: 50 g revet, mild Danbo • 2 spsk rasp • 25 g smør.

Ovntemperatur 225°. Gratineringsstid ca. 10 min. Smelt smørret, tilsæt melet og derefter mælk og fløde. Lad saucen koge igennem 5-10 min. Bland derefter revet ost i. Smag til med salt og peber. Lad saucen afkøle lidt og rør æggeblommerne i. Læg grønsagerne i et ovnfast fad. Hæld ostersaucen henover. Fordel ost, rasp og smørklatter over. Gratiner retten øverst i ovnen til den er gylden og gennemvarm.

Varme ostebrød

Til varme ostebrød er det bedst at anvende 20 og 30 % oste, fx. Danbo.

De flyder ikke ud over brødet, hvilket 45 % oste kan gøre.

Der findes mange variationer af ostebrød. På det smurte brød kan der lægges:

1. Kogte asparges, hakket skinke og en skive ost (se billede).
2. Kogt skinke, tomater i skiver, salt, peber, esdragon eller kørvel og en skive ost (se billede).
3. Kogt skinke smurt med sennep og en skive ost.
4. Ristede eller flødestuede champignoner med en skive ost eller revet ost over.
5. Kogte muslinger, ristet bacon, dild og revet ost.
6. Røget medister med en skive ost, pyntet med en tomatbåd.

Ovntemperatur 225°.

Gratineringsid 6–8 min.

Pynt: evt. karse eller ringe af peberfrugt.

Croque-monsieur

er en dobbelt sandwich, der serveres varm som et selvstændigt måltid.

Smør to stykker formfranskbrød med smør. Læg brødene sammen om en skive kogt skinke og en skive mild ost, på størrelse med brødet. Steg sandwich'en gylden i smør på begge sider på en pande eller grill den på begge sider i ovnen (se billede).

Tips: De enkleste ostebrød består af en skive smørsmurt franskbrød, hvorpå lægges en skive mild eller lidt revet ost. Herover drysses lidt paprika og brødene gratineres øverst i ovnen til osten er smeltet og brødet sprødt.

Ostebrødene deles i trekanter og serveres varme som tilbehør til løgsuppe eller andre grønsagssupper.





Fetasalat

(4 pers.)

100 g Fetaost • 1 zittauerløg • 2 tomater • 1 salathoved.

Marinade: 3 spsk olie • 1 spsk rød- eller hvidvinseddike • ½ tsk groft salt • friskkværnet peber • fransk sennep.

Skær Fetaosten i skiver og bræk den derefter i mindre stykker. Skær løg og tomater i skiver og riv salatbladene i mindre stykker. Arranger det hele i en skål. Pisk marinaden sammen og smag den til med sennep. Hæld marinaden over salaten lige før den serveres. Fetasalat anvendes som frokostret eller forret.



Rygeostsalat

200 g rygeost • ca. 2 dl creme fraiche 18% eller ymer • 1 tsk groft salt • friskkværnet peber • ½ agurk • 1 bdt radiser • 1 bdt purløg • Tilbehør: groft rugbrød, smør og radiser.

Rør rygeost og creme fraiche sammen og smag til med salt og peber. Skær agurk i terninger, radiser i skiver og klip purløg fint. Vend grønsagerne i salaten. Pynt med klippet purløg.



En nem osteanretning

1. Peberost 2. Blå- og hvidskimmelost 3. Flødeost med
rom og nødder 4. Brie 5. Danablu 6. Fyldte peberfrugter

Fyldte peberfrugter

**2 mellemstore røde eller grønne peberfrugter • 100 g
blødt smør • 100 g revet, mild Danbo.**

Skær stilkenden af peberfrugterne og fjern frøstol og kerner. Rør smør og ost sammen. Fyld massen i peberfrugterne, der skal fyldes helt ud, der må ikke være luft-huller. Læg frugterne i køleskabet, til ostemassen er helt stiv. Skær frugterne i tynde skiver med en skarp kniv. Serveres sammen med en osteanretning eller lægges på usødede kiks og serveres til en kop te.

Tips: Denne osteblanding er også velegnet som fyld i sandwiches: Rør lidt karse i osteblandingen eller drys det hen over ostemassen. Læg sandwich'erne sammen.

Ostestænger (ca. 60 stk.)

**125 g koldt smør • 125 g hvedemel (2 dl) • 125 g revet,
mild Danbo • 1 drys paprika.**

Bagetid 6-8 min. ved 200°.

Smuldr smørret i melet. Tilsæt ost og paprika, og ælt dejen let sammen. Læg den i køleskab mindst ½ time. Rul dejen ud på melet bord, ca. ½ cm's tykkelse. Skær den ud i stænger med en kagespore, ca. 1×10 cm. Læg dem på bageplade og bag dem øverst i ovnen til de er gyldne. Servér dem lune, fx. til en drink, til suppe eller til en osteanretning som afslutning på en middag.

Tips: Ostestængerne er velegnede til dybfrysning.



Lasagne italienne

(6–8 pers.)

250 g italiensk lasagne • 2 l vand • 2 spsk groft salt.
Kødsauce: 25 g smør • 1 stort, hakket zittauerløg • 500 g hakket oksekød • 1 tsk groft salt • friskkværnet peber • 1 tsk tørret timian el. basilikum • ½ tsk oregano • 1 ds koncentreret tomatpuré (ca. 140 g) • 1½ dl bouillon (terning+vand).

Bechamelsauce

30 g smør • 3½ spsk hvedemel • ½ liter kogende mælk
1 dl piskefløde eller fløde 13 % • salt, hvid peber • ½ tsk revet/stødt muskatnød • 150 g revet, mild Danbo •
Gratinerings: 2 spsk rasp • 25 g smør • Tilbehør: tomatsalat.

Bagetid ca. 35 min. ved 200°. Kom lasagnen i spilko-

gende vand med salt, og kog dem ca. 15 min. De skal være møre, uden at virke bløde. Lægges til afdrypning i en sigte. Overhældes med koldt vand for at undgå de klister sammen.

Kødsauce: Svits løg og kød i gyldent smør. Tilsæt krydderier, tomatpuré og bouillon, og lad det hele småsnurre ca. 10 min.

Bechamelsauce: Smelt smørret i en gryde. Tilsæt melet og derefter mælken lidt efter lidt. Kom krydderier, revet ost og fløde i. Smag saucen til, og lad den koge godt igennem. Smør et ovnfast fad med smør. Læg lasagne, kødsauce og bechamelsauce lagvis i formen. Det øverste lag skal være bechamelsauce. Drys med rasp og fordel nogle smørklatter hist og her. Sæt fadet på ovnristen midt i ovnen. Bag retten, til overfladen er gylden og gennemvarm.



Ostesoufflé

(4 pers.)

40 g hvedemel eller maizenamel (ca. $\frac{1}{4}$ dl) • 2 dl fløde 13% • 25 g smør • $\frac{1}{2}$ tsk groft salt • $\frac{1}{4}$ tsk hvid peber • 125 g revet mild eller mellemlagret ost (Danbo eller Emmentaler) • 4 æg • Tilbehør: koldt smør.

Bagetid ca. 50 min. ved 180°

Tænd ovnen. Rør melet ud med lidt af fløden i en tyk-bundet gryde. Tilsæt resten af fløden og smørret og kog det godt igennem under omrøring. Tilsæt krydderier og ost. Rør i saucen, til osten er smeltet. Afkøl den lidt. Rør æggeblommerne i, én ad gangen. Fold forsigtigt stift-piskede æggehvider i dejen. Fyld massen i en smørsmurt souffléform, der rummer ca. 2 liter. Bages nederst i ovnen. Serveres straks.



Ostetærte

(4-6 pers.)

Tærtebund: 150 g hvedemel ($2\frac{1}{2}$ dl) • $\frac{1}{2}$ tsk groft salt • 150 g koldt smør.

Fyld: 250 g revet mild Danbo • 3 æg • 1 dl hvidtøl eller bajersk øl • 1 drys paprika • 1 drys cayennepeber • $\frac{1}{2}$ fed knust hvidløg.

Tilbehør: grøn salat i olie-eddikemarinade.

Bagetid ca. 15 min. ved 225° + ca. 20 min. ved 200°. Bland mel og salt. Smuldr smørret i melet. Tryk dejen ud i en tærtebund (ca. 24 cm i diameter) og op langs formens sider med håndroden. Stil den i køleskab ca. 1 time. Bag tærtebunden øverst i ovnen, første gang ca. 15 min. ved 225°. Læg revet ost i den bagte bund. Pisk øvrige ingredienser sammen. Hæld det over osten. Bag tærten igen på nederste rille ca. 20 min. ved 200°, til den er gylden på overfladen. Serveres lun.



Hytteost som frokostret

Der spares ikke alene mange kalorier, når der spises hytteost til frokost, men man får samtidig et stort tilskud af de vigtigste næringsstoffer, vitaminer og mineraler. Prøv fx.:

Hytteost med pariserfilet og grønsager

Læg en portion hytteost på en tallerken. Der beregnes ca. 125 g pr. person. Læg nogle skiver pariserfilet, kogt hamburgerryg eller tunge samt strimlet kinakål, bladselleri og ringe af rød og grøn peberfrugt ved siden af. Pynt med brøndkarse. Drys groft salt og friskkværnet peber på, og server det som frokost- eller middagsret, evt. som slankeret.



Smørrebrød med kvarg

1 bæger kvarg naturel • 2-3 spsk fløde 13 % • salt • rugbrød • smør • Pynt: tomatskiver med karse eller purlo • røde eller grønne peberfrugtringe • radiseskiver • agurkeskiver og dild.

Rør kvarg sammen med fløde, til den får en blød konsistens. Smag til med salt, og læg den i et tykt lag på smurt fuldkornsrugbrød.
Pynt med grønsager.



Flødeostekage

(6–8 pers)

75 g smør • 150 g fuldkorns hvedekiks • 4 blade husblas • 200 g flødeost • 2 æg • ca. 2 dl creme fraiche
1 tsk vanille • 1 spsk citronsaft • 1 tsk revet citronskal
50 g florsukker • Pynt: 1 glas syltede kirsebær • 2½ dl kirsebærssaft • 4 blade husblas.

Smelt smørret. Smuldr kiksene deri og bland det sammen. Hæld massen i en springform (20 cm i diameter). Læg husblasen i blød i koldt vand i 5 min. Rør flødeost sammen med æggeblommer, creme fraiche, vanille, citronsaft og -skal. Træk husblasen op af udblødningsvandet og smelt den i en lille skål i vandbad. Afkøl den lidt og hæld den i ostemassen. Pisk hviderne stive. Bland forsigtigt florsukker i og vend dem i ostemassen.

Hæld det over kiksene i springformen, og stil den koldt til næste dag. Hæld saften fra kirsebærrene og fortynd den med vand, til der er 2½ dl. Bland de udblødte, smeltede husblas i saften. Pynt kagen med kirsebær. Hæld geleen hen over, når den begynder at stivne. Abrikoser fra dåse kan anvendes i stedet for kirsebær.

Desserter og drikke

I afsnittet om desserter findes et par fromager, en klassiker og en moderne fromage med ymer, desuden mousse og gode cremesaucer med tykmælk, ymer og creme fraiche. Ønskes en let og luftig creme fraiche til dessert, kan både 18% og 38% piskes nogle minutter. Den enkleste dessert: diverse frugter med flødeskum bør også nævnes.

Fløden til desserter må piskes let og luftig

Fløden skal helst være et par dage gammel og så kold som muligt. Skål og piskeris må være kolde. Skålen skal have en rund bund. Piskeriset trækkes under piskningen op over fløden, for at få pisket så meget luft ind som muligt. Fløden skal piskes til den bliver let. Piskes den for meget bliver den grynnet.

Det er nemt at bruge husblas til fromager, når disse råd følges:

Læg husblasen i blød i rigeligt koldt vand i 5 min., skil bladene fra hinanden. Husblasen trækkes op af vandet med så meget vand som hænger ved (må ikke vrides). Husblasen lægges i en skål, der stilles over en gryde næsten kogende vand. Når husblasen er opløst afkøles den ved at hælde smagsstof, fx. citronsaft i. Er der inter flydende smagsstof, afkøles husblasen ved at hælde lidt af fromageblandingen (uden flødeskum) op i husblasen. Hæld den afkølede husblas under omrøring i det, der skal stivne, fx. æggemasse eller ymer inden flødeskum tilsættes.

Frysning af fromager og flødeskum

Ægge- og flødefromager egner sig til frysning. Ymerfromage er uegnet. Piskefløde egner sig bedst til frysning, når den er pisket til skum. Bør ikke opbevares mere end en måned.







Ymerfromage

(4 pers.)

5 blade husblas • $\frac{1}{2}$ liter ymer, tykmælk eller Acidophilus tykmælk • 4 spsk sukker • $\frac{1}{2}$ stang vanille • $\frac{1}{4}$ liter piskefløde • Pynt: hakkede valnødder • Tilbehør: frugter.

Læg husblasen i blød i koldt vand i 5 min. Rør ymer med sukker og vanille. Træk husblasen op af vandet med det vand, der hænger ved. Smelt den i vandbad. Afkøl husblasen med lidt af ymeren, og bland derefter dette med resten af ymeren under omrøring. Pisk fløden stiv og vend den i ymerblandingen. Hæld fromagen i serveringsskålen, når den er næsten stiv. Stil den koldt. Pynt evt. med hakkede nødder eller flødeskum.



Citronfromage

(4 pers.)

4 blade husblas • 3 store æg • 100 g sukker ($1\frac{1}{4}$ dl) • revet skal af 1 citron • saft af 1 citron (ca. $\frac{1}{2}$ dl) • $\frac{1}{4}$ liter piskefløde (heraf lidt til pynt).

Læg husblasen i blød i koldt vand i 5 min. Pisk hele æg og sukker til en luftig æggesnaps med elpisker. Træk husblasen op af vandet med det vand, der hænger ved. Smelt den i vandbad. Bland den med citronsaft og -skal. Rør husblasen i æggene. Pisk fløden stiv og vend den forsigtigt i æggemassen, når den er næsten stiv. Hæld fromagen i en skål og pynt med flødeskumstoppe før serveringen.



Yoghurtmousse

(4 pers.)

175 g friske eller dybfrosne, optøede jordbær • 100 g sukker (ca. 1¼ dl) • 1½ dl yoghurt naturel • 2 æggehvider • Pynt: flødeskum.

Findel bærrerne med elpisker eller i blender. Tilsæt sukker og yoghurt og pisk det sammen. Sæt det i fryseren, til det er jævnt, 1–2 timer. Rør af og til i det. Pisk æggehviderne stive. Vend dem i frugtmassen. Sæt den i fryseren igen 1–2 timer før serveringen. Der røres i den af og til. Den skal være blød og sjappet ved serveringen.

Tips: Denne yoghurtmousse er hurtig og nem at lave. Den er frisk i smagen og en fin dessert en varm sommerdag. Yoghurtmoussen kan også laves med hindbær, solbær eller anden frugt.



Jordbærtærte

(4–6 pers.)

Tærtebund: 150 g hvedemel (ca. 2½ dl) • 100 g koldt smør • 3 spsk florsukker • 1 æggeblomme.

Fyld: ½ kg friske eller dybfrosne jordbær • 4 spsk jordbærsyltetøj • 4 spsk kogende vand • 2 blade husblas. • Tilbehør: creme fraiche eller flødeskum.

Bagetid 20–25 min. ved 200°. Smuldr smørret i melet. Tilsæt sukker og saml dejen let med æggeblomme. Tryk dejen ud i en tærteform og op langs formens sider. Stil tærten koldt ca. 1 time. Bag tærtebunden øverst i ovnen til den er gylden. Læg friske, evt. halverede jordbær ganske tæt på den afkølede bund. Rør jordbærsyltetøjet op med vand. Gnid det igennem en sigte. Tilsæt den udblødte, smeltede husblas. Hæld det hen over bærrerne, lige inden det er stivnet.



Æbletærte med mandellåg (6–8 pers.)

1 kg syrlige æbler • sukker.

Dej: 150 g blødt smør • 85 g sukker (1 dl) • 2 æg • 60 g
hvedemel (1 dl) • 2 dl finthakkede mandler.

Tilbehør: flødeskum eller creme fraiche.

Bagetid ca. ½ time ved 200°.

Skræl æblerne, skær dem i kvarter og fjern kernehuset. Skær æblerne i både, og læg dem i et fladt, ovnfast fad eller tærtebund. Drys lidt sukker over æblerne. Rør smør og sukker godt. Tilsæt hele æg, mel og mandler og rør dejen sammen. Fordel den over æblerne. Sæt formen på ovnrist midt i ovnen.

Servér æbletærten lun med flødeskum, til kaffe eller som dessert.



Æblekage med rasp (4–5 pers.)

1 kg syrlige æbler • ca. ½ dl vand • sukker • 1 dl rasp
½ dl sukker • 50 g smør • Pynt: ½ liter piskefløde •
gelé.

Skræl æblerne, skær dem i kvarter og fjern kernehuset. Skær derefter æblestykkerne i både og kog dem møre i vand under låg. Smag æblegrøden til med sukker. Bland rasp og sukker. Smelt smørret i en pande og rist raspen deri, indtil den er gylden og sprød. Rør af og til i raspen under afkølingen. Læg æblegrød og rasp lagvis i en skål, det øverste lag skal være rasp. Pynt æblekagen med flødeskum og gelé.

Tips: Lidt skoldede, hakkede mandler kan blandes i raspen.

Æblekagen lægges sammen lige før serveringen.

Is (flødeis)

(4 pers.)

½ liter piskefløde • 3 æggeblommer • 60 g sukker (¾ dl) • korn af ½ stang vanille • Tilbehør: henkogte abrikoser, ananasringe eller friske kiwifrugter.

Pisk fløden stiv. Pisk æggeblommer, sukker og vanille til luftig æggesnaps. Vend forsigtigt flødeskummet i æggemassen. Hæld cremen i en isform eller kageform. Dæk med tætsluttende låg eller alu-folie. Sæt cremen i dybfryser, og frys den 4–5 timer. Cremen kan også fryses i frostrummet, når det er indstillet på koldeste trin. Frysetid 5–6 timer. Skyl formen under koldt vand. Løs isen langs kanten, og vend den ud på et fad, eller skiv den op med en ske.



Pandekager

med is (4 pers.)

80 g hvedemel (1¼ dl) • 1 spsk sukker • 1 tsk groft salt revet skal af ½ citron • 3 dl mælk • 3 æg • 75 g smør • Fyld: ½ liter vanilleis, solbærsyltetøj.

Bland mel, sukker, salt og citronskal. Pisk mælken i lidt ad gangen, til en klumpfri dej. Pisk æggene i. Smelt smørret i panden, og hæld det i dejen. Bag pandekagerne ved jævn varme, til de er lysebrune på begge sider. Fold pandekagerne sammen 2 gange, og læg dem på et varmt fad. Hold dem varme under folie. Skær isen i bjælker og læg dem indeni pandekagerne lige før serveringen. Servér solbærsyltetøj til.





Mocca-shake

(1 glas)

2 dl cacaomælk • 1 tsk pulverkaffe • 3–4 spsk vanilleis

Pynt: Flødeskum og evt. snittede mandler.

Pisk cacaomælk, kaffe og halvdelen af isen sammen og hæld det i et højt glas. Kom resten af isen i glasset. Læg en top flødeskum øverst. Pynt evt. med tørristede, ikke smuttede mandler.

Karoline Special (1 glas)

2 dl mælk • 1 tsk pulverkaffe • 1 tsk sukker • 1 spsk

vanilleis • evt. 1 spsk cognac • Pynt: flødeskum.

Pisk mælk, kaffe, sukker og vanilleis sammen. Hæld det i et højt glas. Læg en top flødeskum øverst.



Varm chokolade med flødeskum (10–12 kopper)

25 g smør • 75 g cacao (1½ dl) • 1½ liter sød- eller

letmælk • 85 g sukker (1 dl) • 2½ dl piskefløde.

Smelt smørret i en tykbundet gryde. Tilsæt cacao og rør rundt, til det er gennemvarmt. Hæld derefter mælken i lidt ad gangen, og rør hele tiden i chokoladen. Kog chokoladen et par minutter under stadig piskning. Smag til med sukker, og server chokoladen med flødeskum og boller med smør.

Tips: Når cacao tilberedes som ovenfor, får den en blød og fyldig smag som chokolade. Den færdige cacaomælk fra mejerierne kan også serveres varm.



Pærer Belle Helene (4 pers.)

1 dåse halve pærer (ca. 800 g) • ½ liter vanilleis.
Chokoladesauce: 150 g mørk chokolade • 1½ dl vand •
 2 spsk piskefløde • 15 g smør.

Hæld saften fra pærerne. Bræk chokoladen i mindre stykker. Smelt den med vandet i en lille gryde, ved jævn varme under omrøring. Kog sauceen igennem, til den er jævn. Pisk derefter fløde og smør i. Skær isen i små stykker, og læg den i portionsglas. Fordel pærerne ovenpå. Hæld lidt af den varme chokoladesauce hen over, og servér resten til.



Soft-shake (6 pers.)

1 liter vanilleis • 1 dl mælk • 1-2 dl jordbærsaft.

Skær isen i terninger og lad den optø lidt i en skål. Pisk derefter isen let og luftig med elpisker, mens mælk og saft tilsættes lidt efter lidt. Anret den i høje glas med tykke sugerør.

Ice-cream-soda

Til hver person beregnes 2 spsk vanilleis, 2-3 spsk sød frugtsaft og ½ fl. dansk vand. Læg isen i høje glas. Hæld saften over, og lige før serveringen hældes vandet i. Stik sugerør i glasset.



Jordbærkoldskål

(4–6 pers.)

125 g friske eller dybfrosne jordbær • 3 spsk sukker • 1 liter kærnemælk • 1–2 dl piskefløde • Tilbehør: kammerjunkere.

Kom jordbær, sukker og $\frac{1}{3}$ af kærnemælken i blenderglasset og findel det et øjeblik. Bland det med resten af kærnemælken og piskefløden i serveringsskålen. Stil koldskålen koldt til serveringen.

Tips: Jordbærrene kan også moses med en gaffel eller en elpisker.



Ris á l'amande

(4–6 pers.)

1 dl vand • 60 g grødris ($\frac{3}{4}$ dl) • 4 dl sødmælk • $\frac{1}{2}$ stang vanille • 1–2 spsk sukker • 10 stk. smuttede, hakkede mandler • 3 dl piskefløde • Tilbehør: kirsebærsauce eller sukkerdryssede appelsinskiver.

Bring vandet i kog i en tykbundet gryde. Drys risene i det kogende vand under omrøring, og kog dem 2 min. Tilsæt mælk og vanille. Bring det i kog under omrøring. Kog grøden ved svag varme, under låg, ca. 35 min. Rør i den af og til. Afkøl grøden. Rør den med sukker og mandler. Pisk fløden stiv og vend den i grøden. Sæt desserten koldt.





Bagværk

Intet føles så hjemligt og rart som duften af frisk bagværk: Grovbrød, boller og flåtes er en mulighed til hverdag og fest.

I bogen findes desuden lagkager i forskellige variationer. Kagemænd og -koner til barnefødselsdagen.

Tebirkes med kvarg. Firebrød til te. Æbleskiver.

Kvargkage er en variation af sandkage, hvor halvdelen af smørret er erstattet af kvarg.

Få, men gode småkager, og »børnedej«, d.v.s. en dej som lige er sagen, når ivrige barnehænder skal bage til jul eller udfolde fantasien på bageområdet.

Gode bageråd

Det er let at bage

- når opskriften følges nøje.
- når der bruges nøjagtig mål og vægt.
- når der anvendes rigtige måleskeer (strøgne mål).
- når formens størrelse er som anført i opskriften.
- når man kender ovnsens nøjagtige temperatur (brug evt. ovntermometer).
- når man følger de angivne bagetemperaturer og -tider.
- når mælken, der tilsættes gærdeje, ikke er over 37° C (håndvarm).
- kvargkage, når man – som ved alle rørte deje – kun rører lidt og meget let efter at melet er kommet i.
- firebrød, når dej med bagepulver sættes i ovnen straks.

Tilsætning af kvarg eller syrnede produkter har en let bageforbedrende virkning.

Brød med kvarg bliver ikke så let tørt – heller ikke hvis det fryses.

Småkagedej kan fryses eller de færdigbagte småkager kan fryses i dåse.



Kvargkage med citron

125 g blødt smør • 200 g sukker (2½ dl) • 4 æg • 250 g hvedemel (4–4½ dl) • 2 tsk bagepulver • revet skal af ½ citron • 10 hakkede mandler • 4 spsk hakket, mørk chokolade • 1 bager kvarg naturel (200 g).

Bagetid ca. 1¼ time ved 175°.

Smør en springform (24 cm i diameter) med smør. Rør smør og sukker godt. Kom æggene i, ét ad gangen, og rør dejen kraftigt ind imellem. Bland mel og bagepulver og rør det i dejen skiftevis med øvrige ingredienser. Hæld dejen i springformen og bag den på nederste ribbe i ovnen.

Tips: Kagen er velegnet til dybfrysning. Den kan varieres og evt. tilsættes hakkede frugter (korender, rosiner, sukot og cocktailbær) i stedet for mandler og chokolade.

Grovbrød boller og flûtes

Af portionen bliver 2 brød eller 4 flûtes og 16 boller.

50 g smør • 4 dl kærnemælk • 50 g gær • 4 dl tykmælk/A38 • 1 spsk groft salt • 250 g fuldkornshvedemel • ca. 750 g hvedemel • Pensling: fløde eller sammenpisket æg • Pynt: mel.

Bagetid for brød: 30–40 min. ved 200°.

Bagetid for flûtes og boller: 15–20 min. ved 200°.

Smelt smørret og kom det i en røreskål. Tilsæt den kolde kærnemælk. Rør gæren ud heri. Tilsæt øvrige ingredienser (hold lidt af hvedemelet tilbage). Slå dejen godt sammen. Tag dejen ud på meldrysset bord og ælt den igennem med så meget mel, at den stadig er blød og smidig. Dæk dejen med et klæde, og lad den hæve et lunt sted, ca. 30 min. Ælt dejen igennem igen, og form den til 2 brød, der lægges på bageplade. Lad dem efterhæve ca. 20 min. Pensl brødene med fløde. Drys med fuldkornsmel eller almindeligt hvedemel og snit dem. Bag brødene på nederste ribbe i ovnen.

Flûtes og boller

Når dejen er hævet og æltet godt, deles den i 2 dele. Den ene del deles igen i 4 stykker, der trilles til 4 flûtes. Den anden del deles i 16 stykker, der trilles til boller. De efterhæver 20 min. Pensles og bages midt i ovnen.





Lagkager

(12–14 stykker af hver)

4 æg • 150 g sukker (1¼ dl) • 150 g hvedemel (2½ dl) • 1 tsk bagepulver • Fyld og pynt: 4 appelsiner • evt. 2 kiwifrugter • ca. 1 dl appelsinsaft eller orangejuice • ½ liter piskefløde.

Bagetid: ½ time ved 200°.

Tænd ovnen. Smør en springform (ca. 24 cm i diameter) med smør. Pisk æg og sukker til let og luftig æggesnaps. Sigt mel og bagepulver i dejen, og vend det forsigtigt rundt. Hæld straks dejen i formen, og bag den på bagerist nederst i ovnen. Del kagen i 3 dele, når den er kold. Dryp bundene med appelsinsaft. Skær de pillede appelsiner i skiver eller mindre stykker. Lad dem trække lidt med sukker. Pisk fløden stiv. Bland halvdelen af flødeskummet med halvdelen

af appelsinerne. Læg fyldet mellem bundene, og lad dem trække nogle timer. Pynt kagen med resten af flødeskummet og appelsinstykker. Den kan også pyntes med skiver af vanilleis og jordbær.

Tips: Lagkagen kan laves med andre frugter i flødeskum, fx. jordbær, ferskner eller blandet frugtsalat.

Kagemænd/koner

1 stor kagemand eller 12 små

150 g smør • 3 dl mælk • 1 spsk sukker • 1 tsk groft salt • 50 g gær • 400 g hvedemel • Pensling: sammenpisket æg eller fløde.

Bagetid: ca. 20 min. ved 225°.

Smelt smørret og kom det i en røreskål. Tilsæt mælk, salt og sukker. Rør gæren ud heri. Slå melet i med en bageske (hold ca. 2 spsk af melet tilbage, som bruges til udrulning). Når dejen er slået blank med skeen, stilles den til forhævning ca. 20 min., hvorefter den slås ned. Nu er dejen nem at arbejde med. Den deles i 2 kugler, der hver trilles til en pølse. Hver pølse deles i 12 stykker. Disse 24 stykker trilles til boller, der stilles med lidt afstand imellem på en smurt bageplade. Stilles til efterhævning ca. 20 min. Pensles med let hånd med æg. Bages midt i ovnen. Pyntes med florsukkerglasur, flag og evt. lys.





Småkager

Aristokrater, Hulkager, Svenske chokoladebrød og Sprøde kranse

Aristokrater (ca. 110 stk.)

375 g blødt smør • 250 g sukker (3 dl) • 1 lille æg •
revet skal af ½ citron • 75 g uskoldede, finthakkede
mandler • 500 g hvedemel.

Bagetid ca. 12 min. ved 200°.

Rør smørret godt med sukker og æg. Tilsæt øvrige ingredienser og ælt dejen let sammen. Tril den i tykke pølser, der stilles koldt til næste dag. Skær den ud i tynde skiver, der lægges på bageplade. Bag kagerne øverst i ovnen.

Hulkager (ca. 70 stk.)

200 g koldt smør • 250 g hvedemel (ca. 4 dl) • 125 g
sukker (1½ dl) • 2 tsk bagepulver • 2 spsk vanillesuk-
ker • 1 æg.

Bagetid ca. 10 min. ved 225°.

Skær smørret i mindre stykker og smuldr det i melet. Tilsæt øvrige ingredienser og ælt dejen sammen. Læg den i køleskab et par timer. Rul dejen tyndt ud på melet bord, og stik kagerne ud med kolonneform, ca. 6 cm i diameter. Stik et lille hul i kagen med den mindste kolonneform. Prik kagerne med en gaffel. Bag dem øverst i ovnen.

Svenske chokoladebrød (ca. 125 stk.)

300 g hvedemel (5 dl) • 1 tsk bagepulver • 200 g sukker
(2½ dl) • 1 tsk vanillesukker • 2 spsk cacao • 200 g
koldt smør • 1 æg • Pynt: æggehvite • perlesukker •
evt. snittede mandler.

Bagetid ca. 10 min. ved 175°.

Bland alle tørre dele i en skål. Skær smørret i mindre stykker og smuldr det i melet. Saml dejen let med det sammenpiskede æg (den bliver ret lind). Rul dejen ud i 3 stænger på 1½ cm's tykkelse. Læg stængerne på en smurt bageplade. Pensl med sammenpisket æggehvite og drys med perlesukker og mandler. Bag kagerne øverst i ovnen. Når stængerne er taget ud af ovnen, skæres de straks i skrå snitter.

Sprøde kranse (ca. 75 stk.)

250 g koldt smør • 250 g hvedemel (ca. 4 dl) • ½ dl
fløde • Pynt: sammenpisket æg og perlesukker.

Bagetid 8–10 min. ved 200°.

Skær smørret i mindre stykker og smuldr det i melet. Tilsæt fløde og saml dejen hurtigt sammen. Må ikke æltes. Læg den koldt ca. ½ time. Rul den tyndt ud på melet bord. Udstik kagerne med 2 glas eller kolonneforme i forskellig størrelse, så kransens bredde bliver 1 cm. Pensl med æg og drys med perlesukker. Sæt kransene på bageplade. Bag kagerne øverst i ovnen. Tips: Alle småkager lægges på bagerist.

Tebirkes med kvarg (12 stk.)

100 g smeltet smør • 1 dl mælk • 50 g gær • 1 æg • ½ tsk groft salt • 1 tsk sukker • 125 g kvarg naturel eller hytteost • ca 350 g hvedemel (6 dl) • Pensling: sammenpisket æg eller fløde • Pynt: birkess.

Bagetid 12–15 min. ved 225°.

Bland smør og mælk i en røreskål. Rør gæren ud heri og tilsæt øvrige ingredienser (hold lidt af melet tilbage til udrulning). Ælt dejen godt igennem. Rul den med det samme ud i en aflang plade ca. 20×65 cm. Fold dejen sammen, så der bliver 3 lag. Skær den ud i 12 stykker. Lad brødene hæve på plade, ca. 30 min. Pensl dem med æg og drys med birkess. Bag dem midt i ovnen. Servér dem flækket, smurt med smør.

Tips: Tebirkes er velegnede til dybfrysning.

Æbleskiver (30 stk.)

3 æg • 3 spsk sukker • ¼ liter kærnemælk • 2 dl fløde 13 % eller piskefløde • 250 g hvedemel (ca. 4 dl) • 2 tsk bagepulver • revet skal af 1 appelsin eller citron • smør til bagning • Tilbehør: solbærsyltetøj.

Pisk først æggeghviderne stive. Pisk derefter æggeblommer, sukker, kærnemælk og fløde sammen. Tilsæt hvedemel og bagepulver, og pisk det, til det er uden klumper. Bland de piskede æggeghvider og citronskal i, og bag æbleskiverne i smør. Servér æbleskiverne varme med solbærsyltetøj.





Firebrød

(20 stk.)

100 g blødt smør • 60 g sukker ($\frac{3}{4}$ dl) • 1 æg • 2 dl ylette naturel • 325 g hvedemel ($5\frac{1}{2}$ dl) • 3 tsk bagepulver • Pensling: sammenpisket æg.

Bagetid ca. 10 min. ved 200°.

Rør smør og sukker godt og rør ægget i. Bland derefter ylette, mel og bagepulver i. Del dejen i 5 stykker, der rulles flade til en diameter på 15 cm. Skær et kryds i hver, halvt igennem dejen. Pensl med sammenpisket æg og bag dem midt i ovnen, til de er gyldne. De brækkes fra hinanden »i krydset« og serveres med smør, der smøres på undersiden. Servér dem til te eller kaffe.



Børnedej

til forskellige figurer (90–100 stk.)

100 g smør • 3 dl lys farin eller sukker • 2 dl sirup • 1 spsk stødt kanel • 2–3 tsk stødt ingefær • 1 spsk natron • 3 dl mælk • 1 kg hvedemel • Pynt: florsukkerglasur.

Bagetid ca. 5 min. ved 200°.

Smelt smør, farin og sirup sammen ved svag varme. Tag gryden fra varmen. Rør krydderier og natron i. Tilsæt mælken lidt efter lidt. Afkøl massen helt. Kom melet i, men hold lidt tilbage, så dejen ikke bliver for stiv. Ælt den godt igennem og tilsæt evt. resten af melet. Stil dejen tildækket i køleskab til næste dag. Rul dejen ud i ca. $\frac{1}{2}$ cm's tykkelse og skær den ud med kageforme. Bag kagerne på øverste ribbe i ovnen, til de er svagt lysebrune.

Pynt kagerne, når de er kolde.

Servér dem med drikkeyoghurt til børnefødselsdage.

Middagsforslag

Sommer

Aspargessuppe el. tunfiskemousse
Ovnstegte kyllinger
Frugttærte

Dip
Lasagne italienne
Yoghurtmousse

Efterår

Avocado m/ rejer
Lammekølle m/ kartoffelgratin
Frugtsalat m/ kold cremesauce

Champignonsuppe
Fars i fad
Pærer Belle Helene

Vinter

Kold fiskeanretning
Culottesteg m/ varm bearnaisesauce
Citronfromage

Kartoffelsuppe
Sorte gryde
Æbletærte m/ mandellæg

Forår

Rødspættefilet'er m/ krydderurtesauce
Osteanretning m/ flûte
Kaffe m/ aristokrater

Indbagt mørbrad
Is m/ frugter

Indhold

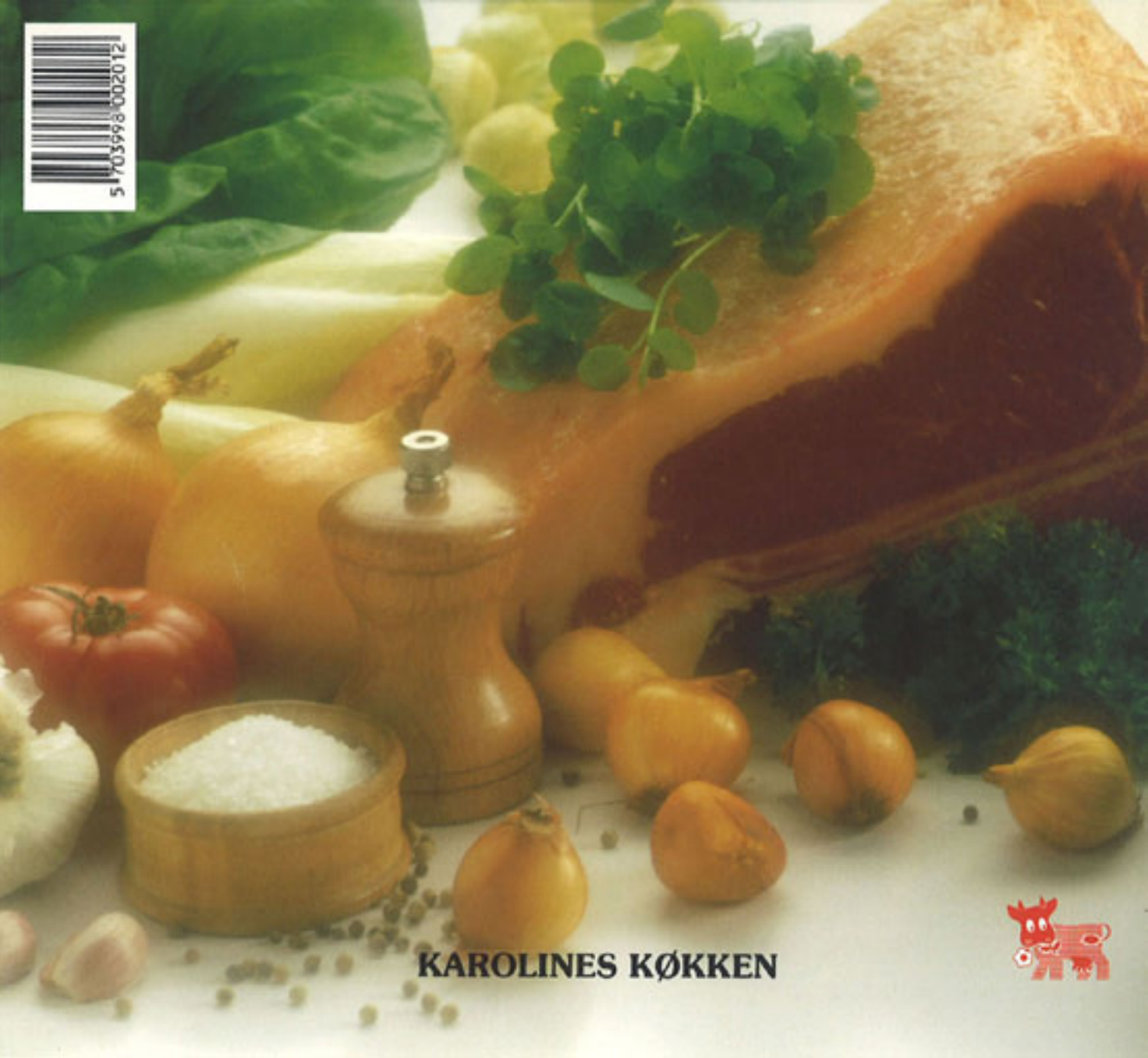
side

Forord	1
Middagsforslag	64
Mejeriprodukter	32-33

Forretter	2-9
Aspargessuppe	5
Avocado m/rejer	6
Blomkålsret, kold	4
Champignonsuppe	5
Dip og kolde saucer	9
Fiskeanretning, kold	7
Karolines frokostsild	4
Karrysild	7
Kartoffelsuppe	5
Kryddersild m/creme fraiche	7
Torskeret m/creme fraiche-sauce	9
Tunfiskemousse	6

Kød- og fiskeretter	Side 10-19
Culottesteg m/bearnaisesauce	12
Fars i fad m/syltede paprika	16
Farspandekage m/smørdampede grønsager	16
Fiskefilet'er m/krydderurtesauce	19
Fiskefilet'er, ostegratinerede	19
Foreller, kogt i ovn	18
Hasselbackkartofler, til ovnstegte kyllinger	13
Karolines søndagsgryde	17
Kylling i paprikasauce	12
Kyllinger, ovnstegte, m/hasselbackkartofler	13
Lammekølle m/kartoffelgratin	15
Lasagne italienne	40
Lever i krydret flødesauce	13
Mørbrad, indbagt	14
Smør, brunet og smørstegt persille	26
Sorte gryde	17
Spaghettiret	36
T-bonesteak m/franske ærter	26
Salater og saucer	20-27

Bearnaisesauce kold, m/ creme fraiche	12	Ostesalat med feta	38
Bearnaisesauce varm, m/ fløde (se hollandaisesauce)	18	Ostegratinerede grønsager	36
Creme fraiche-dressing m/ muskatnød	14	Ostesoufflé	41
Creme fraiche-sauce m/ citronskal	28	Ostestænger	39
Creme fraiche-sauce m/ mango chutney	22	Ostetærte	41
Creme fraiche-sauce m/ peberfrugt	9	Peberfrugter, fyldte	39
Creme fraiche-sauce m/ purløg	9	Rygeostsalat	38
Creme fraiche-sauce m/ ravigotte	9	Smørrebrød m/ kvarg	42
Creme fraiche-sauce m/ sennep og dild	28	Spaghettiret	36
Creme fraiche-sauce m/ syltede agurker	28	Desserter og drikke	44-53
Danabludressing	30	Cheese-cake (se Flødeostekage)	43
Fetasalat	38	Chokolade m/ flødeskum	51
Flødedressing	16	Citronfromage	46
Flødesennepssauce	18	Cremesaucer, kolde	48
Frokostsalat m/ peberrod dressing	31	Ice-cream soda	52
Frugtsalat m/ vanillekvarg	31	Is (flødeis)	50
Gulerodssalat	25	Jordbærkoldskål	53
Hollandaisesauce m/ fløde	18	Jordbærtærte	47
Icebergsalater	30	Karoline special	51
Kartoffelsalat, kold	22	Kolde cremesaucer	48
Kartoffelsalat, varm	22	Mocca shake	51
Kinakålsalat	24	Pandekager med is	50
Kryddersmør	26	Pærer Belle Helene	52
Kyllingesalat m/ mango-sauce	22	Ris à l'amande	53
Pandesaucer m/ piskefløde	27	Soft shake	52
Peberrod dressing	31	Ymerfromage	46
Rygeostsalat	38	Yoghurtmousse	47
Sildesalat m/ creme fraiche	24	Æblekage m/ rasp	49
Waldorfsalat	25	Æbletærte m/ mandellæg	49
Yllettedressing m/ chili	28	Bagværk	54-63
Yllettedressing m/ persille	28	Boller	56
Ymerdressing m/ merian	28	Børnedej	63
Retter med ost	34-43	Firebrød	63
Croque - Monsieur	37	Flûtes	56
Fetasalat	38	Grovbrød	56
Flødeostekage	43	Kagemænd og koner	59
Hytteost som frokostret	42	Kvargkage	56
Kartoffelgratin, fransk	15	Lagkager	58
Lasagne italienne	40	Småkager: Aristokrater, Hulkager, Sprøde kranse, Svenske chokoladebrød	61
Osteanretning	39	Tebirkes m/ kvarg	62
Ostebrød, varme	37	Æbleskiver	62



KAROLINES KØKKEN

