

GADTOFT & VISHOLM

TEMA: **DANSK SOMMER**

MAD MED
GRILL

DEN PERFEKTE MADPAKKE

Til 5 forskellige aldersgrupper

SOL, SOMMER OG ROM

Med mørk rom fra A.H. Riise

INTERVIEW

Med Ditte Julie Jensen



INDHOLD

04 VELKOMMEN

06 RÅVARER I SÆSON

08 MAD MED GRILL

- 10 Kyllingeburger med syltede rødløg
- 12 Revelsben med hjemmelavet grillmarinade
- 14 Grillet majscolber med røget paprika og creme fraiche
- 16 Grillet havørred med urter og purløgss dressing

18 INTERVIEW MED DITTE JULIE

- 22 Pavlova med rabarber, opskrift fra *Mærkedage*

24 MAGASINET'S MADPLAN | Grøn Balance

- 26 Dag 1: Æggekage
- 28 Dag 2: Fiskefrikadeller
- 30 Dag 3: Karbonader
- 32 Dag 4: Smørstegte rødspætter
- 34 Dag 5: Sommerkylling

38 DEN PERFEKTE MADPAKKE | Froosh

- 40 Standarddej og bolledej
- 42 Madpakken til børnehavebarnet
- 44 Madpakken til folkeskoleeleven

- 46 Madpakken til teenageren
- 48 Madpakken til den SU-studerende
- 50 Madpakken til jobbet

52 GADTOFT & VISHOLMS ØNSKELISTE | Yummii Yummii

54 SOL, SOMMER OG ROM | A.H. Riise

- 56 'Den med hindbær'
- 58 'Den med jordbær'
- 60 'Den med rabarber'
- 62 'Den med ribs'
- 64 'Den med æble'

66 3 DESSERTER MED IS

- 68 Skyris med blåbær og vanilje
- 70 Solbærpind med mørk chokolade
- 72 Cookie-sandwich med smarties is

74 INDKØBSLISTE TIL MADPLAN

76 NÆSTE NUMMER

VELKOMMEN

... til 2. nummer af Gadtoft & Visholm. Et gratis madmagasin fyldt med nemme opskrifter, lækre madplaner, friske cocktails og alt det løse. Vi er enormt taknemmelige over, at I nu sidder klar til at læse vores nyeste magasin. For os er dette en drøm der går i opfyldelse, og en drøm vi ikke kunne udleve uden jeres hjælp. Så et stort tak til jer.

Dette nummer bærer temaet 'Dansk Sommer'. Et tema som betyder noget helt særligt for de fleste. Den danske sommer kan nemlig være noget af det mest fantastiske, hvis bare vejret er med os. Duften af grillkul, der spreder sig mellem haverne, lange lyse nætter med fuglene der synger, og gåture langs stranden med lyden af bølgenes brusen. Den danske sommer er virkelig noget helt særligt.

Vi vil gennem dette nummer forsøge at ære alt dét, den danske sommer kan. Derfor har vi fyldt magasinet op med opskrifter på blandt andet grillmad, iskolde is og mad som mor-mor plejede at lave det. Alt er propfyldt med så mange danske råvarer som overhovedet muligt. Juli og august er nemlig den tid på året, hvor der er suverænt flest råvarer i sæson. Det skal vi bare nyde godt af, og vi håber derfor at kunne inspirere til en ret eller to.

Nyt for magasinet er et interview og en opskrift fra en mad-personlighed. I dette nummer har vi taget en snak med Ditte Julie Jensen, som også deler en opskrift fra hendes splinternye kagebog, *Mærkedage*.

Rigtig god læselyst!

Knus fra
Karen-Elisabeth Gadtoft og Nikoline Visholm



Karen-Elisabeth Gadtoft
Madskribent og annonceansvarlig



Nikoline Visholm
Grafisk designer og webansvarlig

ANNONCERING

Hvis du ønsker en annonce i *Gadtoft & Visholm*, så send os endelig en mail:

info@gadtoftvisholm.dk





RÅVARER I SÆSON

JULI - AUGUST

Det danske spisekammer bugner lige nu, og det er næsten svært at følge med. Den danske sommervarme passer de fleste grøntsager og frugter helt perfekt, og derfor er råvarer-listen for juli og august også årets længste. Det skal vi nyde alt det, vi kan, og så vidt muligt forsøge at købe så mange danske råvarer som overhovedet muligt.

Vi har i dette nummer af Gadtoft & Visholm fyldt madpakken med en masse danske råvarer. Du finder de 5 forskellige madpakker på side 37 i magasinet.

Madpakker er ikke det eneste sted, hvor de danske råvarer kan benyttes. På side 68 finder du opskriften på 5 friske sommercocktails med mørk rom, som alle er udarbejdet med smagen fra danske frugter og bær.

Læs listen igennem, lad dig inspirere og fyld indkøbskurven op med nye danske kartofler, grønne ærter i bælg, solmodne jordbær og majscolber til grillen.



GRØNTSAGER

- Agurk
- Drueagurk
- Artiskok
- Grønne asparges (juli)
- Bladbede
- Bladselleri
- Blomkål
- Broccoli
- Grønne bønner
- Fennikel
- Forårsløg
- Gulerod
- Hvidkål
- Hvidløg
- Jordskok (august)
- Kartoffel
- Kinakål
- Løg
- Majs
- Pak choy
- Peberfrugt
- Peberrod
- Porre
- Radise
- Rodselleri
- Rødbede (august)
- Skorzonerrod
- Spidskål
- Spinat
- Squash
- Sukkerærter
- Tomat
- Ærter



SVAMPE

- Bøgehat
- Champignon
- Enoki
- Kantarel
- Karl Johan (august)
- Kejserhat
- Pigsvamp (august)
- Portobello
- Rørhat
- Østershat



KRYDDERURTER

- Basilikum
- Brøndkarse
- Citronmelisse
- Dild
- Estragon
- Hjulkrone
- Humle (juli)
- Karse
- Koriander
- Kørvel
- Løvestikke
- Merian
- Mynte
- Oregano
- Persille
- Purløg
- Ramsløg (juli)
- Rosmarin
- Salvie
- Timian



FRUGT

- Blomme (august)
- Blåbær
- Brombær (august)
- Havtorn (august)
- Hindbær
- Hyben
- Hyldeblomst (juli)
- Jordbær
- Kirsebær
- Pære (august)
- Rabarber
- Ribs
- Solbær
- Stikkelsbær
- Tyttebær (august)
- Æble (august)



FISK OG SKALDYR

- Aborre
- Fjordrejer
- Havørred
- Helleflynder (august)
- Hornfisk (august)
- Krebs
- Kulmule
- Laks (august)
- Lyssej
- Makrel (august)
- Multe
- Mørksej
- Rødfisk
- Rødspætte
- Sild
- Ål

MAD MED GRILL

Der er intet som duften af en grill, der bliver tændt op. Duften af grill spreder sig langs hækkene i de spirende haver, og kan give de fleste lyst til at gøre kunsten efter. Der er så mange forskellige ting, der kan grilles, men det behøver ikke altid være røde bøffer. Vi har samlet 4 skønne grillopskrifter til jer, og der skulle gerne være lidt til alle. Der er nemlig både kylling, fisk, grøntsager og svinekød. Rigtig god fornøjelse.





KYLLINGEBURGER MED SYLTEDE RØDLØG

4 personer | 20 minutter

Kylling er for mange en solid aftensmad klassiker. Det forstår vi godt, da kylling har en masse forskellige udskæringer og kan tilberedes på næsten alle måder. Desuden er kyllingen, sammen med fisk, det kød, der belaster miljøet mindst at producere.

Én af vores foretrukne måder at tilberede kyllingen på er at grille den, da det tilfører ekstra smag til det magre kød. Her har griller vi vores kyllingebryst og kommer det i en lækker briochebolle med cherrytomater og syltede rødløg.

SYLTEDE RØDLØG

1 glas
1 rødløg
1/2 dl sukker
2 dl eddike
5 peberkorn
2 laurbærblade

KYLLINGEBURGER

4 kyllingebryster
4 brioche burgerboller
16 cherrytomater
8 romaine salatblade
4 spsk. mayonnaise
Syltede rødløg
Olie
Salt og friskkværnet peber

SYLTEDE RØDLØG

Skær rødløg i skiver og bring eddike, vand, sukker, laurbærblade og peberkorn i kog.

Kom løgskiver i eddikelagen, og kog dem op i 5-10 minutter.

Kom de syltede rødløg på et sylteglas, og sæt dem på køl.

KYLLINGEBURGER

Pensel kyllingebryster med salt og peber.

Kom det på grillen, og vend det med jævne mellemrum.

Kyllingebrysterne skal grille i omkring 15 minutter.

Halver brioche burgerboller og grill dem kort på begge sider.

Fyld kyllingeburgerne med mayonnaise, salat, cherrytomater, rødløg og et saftigt stykke grillet kylling.

REVELSBEN MED HJEMMELAVET GRILLMARINADE

4 personer | 1 time og 30 minutter

Revelsben kan sammenlignes med den amerikanske klassiker spareribs. Et marineret stykke svinekød, som sidder på et gnaveben. Revelsbenet indeholder mere fedt, og egner sig derfor helt perfekt til at blive grillet. Vi har marineret vores revelsben i en hjemmelavet grillmarinade. Du kan prøve dig frem med krydderier fra din krydderihylde, og tilpasse marinaden, så den passer perfekt til familiens smagsløg.

1 kg revelsben af
slagter kvalitet

GRILLMARINADE

2 spsk. paprika
2 tsk. chiliflager
1,5 tsk. cayennepeber
2 tsk. røget paprika
1,5 tsk. salt
2 spsk. olie
2 spsk. tomatpure
4 spsk. ketchup
1-2 fed hvidløg
2 spsk. brun farin

Kog revelsben i letsaltet vand i 25 minutter.

Bland alle ingredienserne sammen til en tyk grillmarinade, og smag den til med salt, peber og brun farin.

Vend de kogte revelsben i grillmarinad, og læg dem på køl i minimum 1 time.

Grill de marinerede revelsben i 10 minutter på grillen ved direkte varme. Sørg for at vende dem med jævne mellemrum.

Har du overskydende grillmarinade, kan du pensle revelsbenene mens de ligger på grillen.

Herefter er revelsbenen klart til servering.





GRILLEDE MAJSKOLBER MED RØGET PAPRIKA OG CREME FRAICHE

4 personer | 20 minutter

Majskolben husker vi fra vores sommerminder fra barndommen. Helt dampende varme, når de blev pakket ud af skallen, med salt og en klat smør. Derfor er det også helt naturligt for os, at vores sommernummer skal have majskolber på menuen. Her har vi drysset dem med røget paprika og creme fraiche.

4 majskolber
8 tsk. creme fraiche 11%
8 tsk. røget paprika
Salt og friskkværnet peber

Skræl majskolber, og kom dem i letsaltet kogende vand i 7 minutter.

Halver kolberne, og kom en træpind i hver top.

8 træpinde

Pensel med olie, salt, peber og røget paprika, og kom dem på grillen.

Vend kolberne med jævne mellemrum, og tag dem af grillen når de har fået brændte nister hist og her.

Kom en tsk. creme fraiche på hver majskolbe, og drys eventuelt med ekstra røget paprika.

GRILLET HAVØRRED MED URTER OG PURLØGS- DRESSING

4 personer | 30 minutter

Havørreden tilhører laksefamilien, og kan med fordel sammenlignes med den type laks, vi kender til i Danmark. Selvom laks også er i sæson fra august måned, har vi besluttet at give den en lille pause. Laksen er nemlig danskernes foretrukne fisk, hvilket betyder, at meget af den laks, vi køber i supermarkederne, er opdræt.

I Gadtoft & Visholm sætter vi derfor lakse-efterspørgslen lidt på hold, og nyder i stedet den danske havørred. Fiskene minder om hinanden, men havørreden er en smule billigere.

PURLØGSDRESSING

½ bundt hakket purløg
1 spsk. citronsaft
2 dl creme fraiche 11%
Salt og friskkværnet peber

GRILLET HAVØRRED

1-1,5 kg rensset havørred
1 økologisk citron
1 bundt frisk dild
70 g smør
Salt og friskkværnet peber
Staniol

PURLØGSDRESSING

Bland purløg og citronsaft med creme fraiche, og smag til med salt og peber.

Sæt dressingen på køl, mens fisken tilberedes.

GRILLET HAVØRRED

Dæk havørred med skiver af citron, stængler af dild, klatter af smør, salt og peber.

Kom stanniolen om fisken, og læg den på grillen ved direkte varme.

Lad fiskepakken dampe på grillen i omkring 10 minutter, alt efter størrelse.

Åben de dampede fiskepakker, og nyd med hjemmelavet dressing.



”Jeg glæder mig til at udforske de danske perler fordi hold op, hvor besøger man ikke sit eget land nok”

For Ditte Julie Jensen skulle året have været i iværksætteriets tegn. Men så ramte corona, og alt blev vendt på hovedet. Nu står sommeren på staycation i Danmark. Læs med her og lad dig blive inspireret af Ditte Julies sommerplaner.

TEKST Franziska W. Lauritzen FOTO Nikoline Visholm

Sommeren for Ditte Julie er noget helt særligt. Det er synet af rapsmarker, duften af blomster og smagen af jordbær og koldskål. Det er de lange, lyse timer, der gør den danske sommer til noget helt specielt.

Men det er også barndommens minder, der varmer Ditte Julies hjerte, når hun tænker på dansk sommer. Hun har en helt særlig kærlighed til Klitmøller og Vorupør, hvor hun har tilbragt utallige somre i hendes barndom hos hendes farmor og farfar.

Udover sommerferier i det gode gamle jyske har hun også brugt mange somre på pluk selv plantager og på at bælge ærter. Og det er netop barndommens minder og en udforskning af det danske sommerland, som Ditte Julie sætter fokus på i år.

Jeg tror faktisk, at fordi der er corona, så skal vi lære at lave staycation i Danmark. Jeg tror og håber på, at det bliver en smuk sommer i år. Og jeg glæder mig til at udforske de danske perler. Man er for lidt turist i sit eget land, så jeg glæder mig til at besøge de perler og finde nogle nye destinationer.

Men Ditte Julie glæder sig også over noget andet denne sommer. Hun flytter nemlig ind i noget af en drømmelejlighed sammen med sin kæreste og to børn.

Det er en lejlighed, der ligger lige ud til vandet. Det er en lejlighed på lige knap 200 kvadratmeter, hvor der er fem værelser. Lejligheden har et glasparti, som gør, at man kan stå og lave mad og kigge udover vandet. Det er bare drømmelejligheden. Og jeg ved ikke, hvad det er, men vand giver mig en ro og en lykkefølelse, man slet ikke kan beskrive. Og nærmest også på en gråvejrsdag- så det er helt magisk.

Hvilke planer har du for sommeren?

Jeg skal rundt og lave staycation i Danmark. Jeg skal en uge til Blåvand med mine børn og kæreste, hvor vi skal bo i sådan nogle fiskehytter. Og så skal jeg til Blokhus, hvor jeg skal lave glamping. Jeg er totalt anti-campingtypen, men jeg har sagt ja til, sammen med min



”Vand giver mig en ro og en lykkefølelse, man slet ikke kan beskrive.”

kæreste, at vi i to dage prøver det. Så skal jeg i sommerhus i Middelfart, og jeg skal kitesurfe i Lynæs. Så det bliver forskellige ting rundt omkring i Danmark.

Har du et yndlings sommereksil?

Vi lavede Den store bagedyst ved Silkeborg Sø. Og dengang sagde jeg til mig selv, at hvis jeg nogensinde bliver deprimeret, så tager jeg min bil, og så kører jeg lige præcis ned til det gods og sætter mig, fordi det er nok noget af det smukkeste, der er i Danmark. Og vi har så mange af sådan nogle små perler i Danmark. Klitmøller og Vorupør er klart også mine yndlingssteder.

Hvilken mad forbinder du med dansk sommer?

Skaldyr helt klart. Vi skal tilbage til Klitmøller. Det var altid krabbeklør, som vi sad og pillede i flere timer ude i haven, som vi havde været nede og hente ved kutterne, når de kom ind.

”Jeg var i Spanien, da corona brød ud i Danmark, og grænserne lukkede ned.”

Og så elsker jeg alt med jordbær og rabarber. Jeg elsker pavlova, fordi den er så let, sød og syrlig på samme tid. Man kan kombinere marengs med alle slags bær, der er i sæson. Faktisk synes jeg, at sommerdesserter skal være det mest enkle. Det skal bare op i en skål og nydes. Jeg synes ikke, det skal bearbejdes. Jeg synes, det er synd, at man koger ind og nørder helt vildt meget med de danske råvarer om sommeren. De kan godt tåle at være, som de er.

”Faktisk synes jeg, at sommerdesserter skal være det mest enkle.”

Men året skulle også have været i iværksætteriets tegn. Ditte Julie skulle have holdt foredrag, været mentor og have lavet workshops. Men det hele tog en drejning, da corona ramte.

Jeg var i Spanien, da corona brød ud i Danmark, og grænserne lukkede ned. Der sad jeg på en iværksætter-bootcamp og fortalte om, hvor godt det gik, hvor meget jeg skulle og hvor fantastisk det hele var. Det kørte bare det hele. Jeg havde aldrig haft så booket en kalender. Så klip til, at min kalender blev fuldstændig ryddet. Alt blev totalt aflyst. Alle butikker lukkede ned, alt min omsætning døde. Jeg følte, at jeg tabte alt på to dage. Jeg følte en ekstrem stor uretfærdighedsfølelse, og jeg kunne ikke plante den på nogen. Den der følelse af at alt bliver taget fra mig uberettiget, og jeg kan ikke gøre noget.

Jeg havde enormt svært ved at håndtere alle mine følelser. Nogle dage tænkte jeg ”nu kører vi, nu er vi glade”. Andre dage var jeg helt nede i kulkælderens og var dybt ulykkelig og dybt påvirket.

Har corona lært dig noget?

Det har givet mig en sindssyg læring i, hvor omstillingsparat både jeg og mit team er, hvor meget vi egentlig kan på rekordtid, hvis man vil. Vi vendte de ting, der var sket, til nogle andre positive ting og lavede enormt mange live- bagninger og udgav en bog midt i det hele.

Det har lært mig at føle en større taknemlighed. Jeg har nok også lært at værdisætte, hvad jeg har omkring mig meget mere.

Ditte Julie udgav sin nye bog ”Mærkedage” under corona. Den består af 42 kager, som omfavner en lang række af årets højtider: fastelavn, påske, konfirmationer, studentergilder, fødselsdage, babyshower, dåb, bryllupper, pride, halloween, jul og nytår. For Ditte Julie var det en drøm at markere de mærkedage, vi har i Danmark, og i bogen forsøger hun at lege med traditionerne og kombinere opskrifterne.

På næste side deler hun opskriften på en af kagerne fra bogen, som omfavner sommerens syrlige rabarber.



Siden Ditte Julie Jensen (33 år) deltog i Den Store Bagedyst 2015, er det gået stærkt. Den succesfulde mor til to børn, skriver nemlig på sin niende kagebog, og driver til hverdag selvstændige virksomheder ved siden af.

Følg hende på @dittejuliejensen og @bydittejulie

PAVLOVA MED RABARBER

6 personer

Når de allerførste rabarber titter frem i forårssolen, må det fejres med en rabarber-pavlova. Den friske, syrlige og vaniljeprikkede rabarberkompot sammen med sprøde, søde marengsbunde skaber den perfekte balance mellem sødt og syrligt. Pynt pavlovaen lige som du har lyst til.



BUNDE

150 g æggehvider (ca. 5)
150 g hvidt sukker
150 g flormelis
rosa pastafarve (by Ditte Julie)

RABARBERKOMPOT

500 g rabarber
150 g lyst rørsukker
2 tsk vaniljepasta
1 økologisk citron, skal og saft

CHANTILLYCREME

30 g flormelis
1 tsk vaniljepasta
3 dl piskefløde

BAGTE RABARBERSTAVE

3-4 rabarber
1 dl lyst rørsukker
1 stk vaniljepasta
½ citron, saften

BUNDE

Pisk æggehviderne skummende, og tilsæt sukker lidt ad gangen, mens der piskes på fuld kraft. Når marengsmassen er fast og laver tydelige toppe, er den klar. Sigt flormelissen, og vend den i massen til en glat og blank marengs. Indfarv marengsen med lidt rosa pastafarve. Kom marengsen i en sprøjtepose og lav 3 ensartede bunde (18 cm i diameter) på bageplader med bagepapir. Drys hver bund med lidt hindbærstøv. Lad dem hvile i 15 minutter og bag dem så i ovnen ved 110 grader varmluft i 1 time. Lad bundene køle af på en bagerist.

RABARBERKOMPOT

Rens rabarberne og skær dem ud i små stykker. Kom sukker, rabarber, vaniljepasta og citronskal og -saft op i en gryde og bring det i kog. Lad det herefter simre i 10 min. til rabarberne er møre og væden er kogt væk. Lad kompotten køle ned til den skal bruges.

CHANTILLYCREME

Pisk flormelis, vaniljepasta og fløde til en fast flødeskum. Kom cremen i en sprøjtepose med stjernetyl. Sprøjt en fin kant langs bundene og kom rabarberkompot i midten. Gentag til du har lavet alle tre bunde og læg bundene ovenpå hinanden.

BAGTE RABARBERSTAVE

Rens rabarberne, skær stave af dem (7 cm lange) og del dem derefter på midten. Placér dem i et ovnfast fad sammen med de øvrige ingredienser - vend det sammen og bag dem i ovnen på 150 grader varmluft i 20-25 min.

Pynt afslutningsvis kagen med bagte rabarberstave.

TIP

Befinder du dig udenfor rabarbersæsonen, kan kagen altid laves med dine yndlingsfrugter og bær. Det er det gode ved en pavlova - den kan stå sammen med alt.

MAGASINETS MADPLAN

I samarbejde med Grøn Balance

Der er ingen mad som mormors mad. Mormormad er fra en anden tid, hvor det hele ikke skulle gå så hurtigt. Vi er helt med på, at hverdagen kan være travl. Derfor vil vi i dette nummer af Gadtoft & Visholm udnytte sommerferiens langsomme tempo og bringe mere mormormad på bordet. Vi har udvalgt 5 af mormors skønneste retter og sat dem på menuen. Nogle af retterne tager kun 25 minutter at lave, mens andre tager op mod 2 timer. Planlæg ugens menu, og tilpas den familiens skema. Husk at tiden i køkkenet også kan være hyggelig og noget, man kan være sammen om i familien.

Endnu en gang har vi udarbejdet Magasinet's Madplan med Grøn Balance. Et brand der går perfekt i spænd med Gadtoft & Visholm, hvor fødevarerne altid er økologiske og som har deres prioriteter i orden.

Grøn Balances råvarer er markeret med en grøn farve i madplanen. På den måde får du det bedste overblik over deres brede sortiment.

Grøn Balance forhandles blandt andet i **Meny, Spar, Min Købmand** og **Let-Køb**.





MANDAG

ÆGGEKAGE MED CHERRY-TOMATER, LØG OG PURLØG

4 personer | 20 minutter

En æggekage er noget af det mest simple at lave, og smagen skal man ikke undervurdere. Æggekagen er hurtig at bixse sammen, og så kan den laves helt vegetarisk. Den er desuden super lækker til morgenmad eller frokost dagen efter, hvis der ikke bliver spist op. Vi har drysset vores æggekage med en ordentlig omgang frisk purløg.

10 økologiske æg
1 dl sødmælk
1 løg
½ bundt grønne asparges
10 cherrytomater
Salt og friskkværnet peber
25 g smør

½ bundt hakket purløg
8 skiver ristet rugbrød

Slå æg ud i en skål og pisk dem sammen med sødmælk, salt og peber.

Skær løg i skiver, og asparges og cherrytomater i tern.

Kom smør på panden, og hæld æggemassen over.

Læg løg og cherrytomater rundt i æggemassen, og lad den tilberede på lav varme under et låg i 20 minutter.

Pynt med hakket purløg, og server den varme æggekage med ristet rugbrød og eventuelt en smule ketchup.



TIRSDAG

FISKEFRIKADELLER MED HJEMMELAVET REMOULADE OG SALAT MED NYE ÆRTER

4 personer | 1 time

Sundhedsstyrelsen anbefaler fisk to gange om ugen. Dette burde ikke være noget problem for os danskere, da vi er omgivet af vand. I dag er det tirsdag, og menuen står på hjemmelavede fiskefrikadeller med remoulade og en frisk sommersalat med blandt andet radiser og nye grønne ærter.

REMOULADE

2 spsk. gulerødder
1 spsk. kapers
1 spsk. løg
1 spsk. syltede agurker
2 spsk. mayonnaise
3 spsk. creme fraiche 18%
1 spsk. sukker
1 spsk. citronsaft
Salt og friskkværnet peber
1 tsk. gurkemeje
½ bundt hakket purløg

FISKEFARS

250 g kulmule
250 g havørred
1 revet løg
2 økologiske æg
½ dl piskefløde
1 tsk. salt og friskkværnet peber

Smør og rapsolie til stegning

SALAT

250 g grønne ærter i bælg
5 radiser
½ agurk

REMOULADE

Hak alle ingredienser fint, og bland dem med mayonnaise, creme fraiche og gurkemeje.

Smag til med sukker, salt, peber og citronsaft, og sæt den på køl.

FISKEFARS

Fjern ben og skind fra fisken, og blend den i en foodprocesser.

Rør det blendede fiskekød sejt i 2 minutter med salt, og tilsæt derefter løg og peber.

Kom 1 æg af gangen i fiskefarsen, og rør den ensartet.

Kom fiskefarsen tilbage i foodprocessoren, og blend mens der tilsættes fløde lidt af gangen.

Kom fiskefarsen på køl, og lad den hvile i 25 minutter, gerne længere.

Form fiskefrikadellerne med en spiseske og steg dem på panden i smør og rapsolie.

Server fiskefrikadellerne med remoulade, friske ærter, radiser og agurk i tern og hakket purløg.



ONSDAG

KARBONADER MED FRIKASSÉ AF NYE ÆRTER, ASPARGES OG GULERØDDER

4 personer | 30 minutter

Det er onsdag, og menuen står på hjemmelavede karbonader med frikassé af nye danske grøntsager. Karbonader er en gammel kending, og det er der en grund til. Karbonader smager nemlig for de fleste af barndom på en gaffel. Vi glæder os allerede til, at det bliver spisetid.

KARBONADER

500 g hakket svinekød
1 pisket økologisk æg
2 dl hvedemel
2 dl rasp
Salt og friskkværnet peber
50 g smør

FRIKASSÉ MED NYE DANSKE GRØNTSAGER

25 g smør
2 spsk. hvedemel
3 dl sødmælk
2 dl grøntsagsbouillon
5 gulerødder
250 g grønne ærter i bælg
½ bundt grønne asparges
½ bundt hakket persille
Salt og friskkværnet peber

FRIKASSÉ

Pil ærterne og hak persille, gulerødder og asparges.

Smelt smør i en gryde til det bliver gyldent.

Tilsæt hvedemel, og pisk så mel og smør samler sig.

Hæld sødmælk og grøntsagsbouillon i lidt af gangen, og pisk så mælken ikke brænder på.

Efter 5 minutter tilsættes grøntsagsblandingen, som smages til med salt og peber.

KARBONADER

Bland salt og peber med rasp.

Vend de 4 formede karbonaderne i hvedemel, æg og til sidst rasp.

Steg karbonaderne i rigeligt smør, og vend dem med jævne mellemrum, så raspen ikke branker.

Server de sprøde karbonader med varm frikassé med nye danske grøntsager.



TORSDAG

SMØRSTEGTE RØDSPÆTTER MED PERSILLESØVS OG NYE KARTOFLER

4 portioner | 40 minutter

Smørstegte rødspætter med persillesovs og nye danske kartofler. Hvad er bedre at spise med familien en skøn torsdag aften. Du kan købe friske rødspætter i supermarkedet, men du kan også forkæle familien lidt ekstra, og tage en tur forbi fiskehandleren.

RØDSPÆTTER

4 flåede rødspættefileter
Rugmel
100 g smør
Salt og friskkværnet peber

PERSILLESØVS

25 g smør
2 spsk. hvedemel
5 dl sødmælk
½ bundt finthakket persille
Salt og friskkværnet peber

PERSILLESØVS

Smelt smør i en gryde, og lad det blive gyldent.

Tilsæt hvedemel og pisk så mel og smør samler sig.

Hæld sødmælk i lidt af gangen, og pisk så mælken ikke brænder på.

Efter 5 minutter tilsættes hakket persille, som smages til med salt og peber.

KARTOFLER

Skrub kartofler grundigt, og sæt dem over til at koge i en gryde med saltet vand.

Lad kartoflerne koge under låg i 6 minutter.

Tag herefter kartoflerne af komfuret, og lad dem trække i det varme vand i yderligere 6-8 minutter.

RØDSPÆTTER

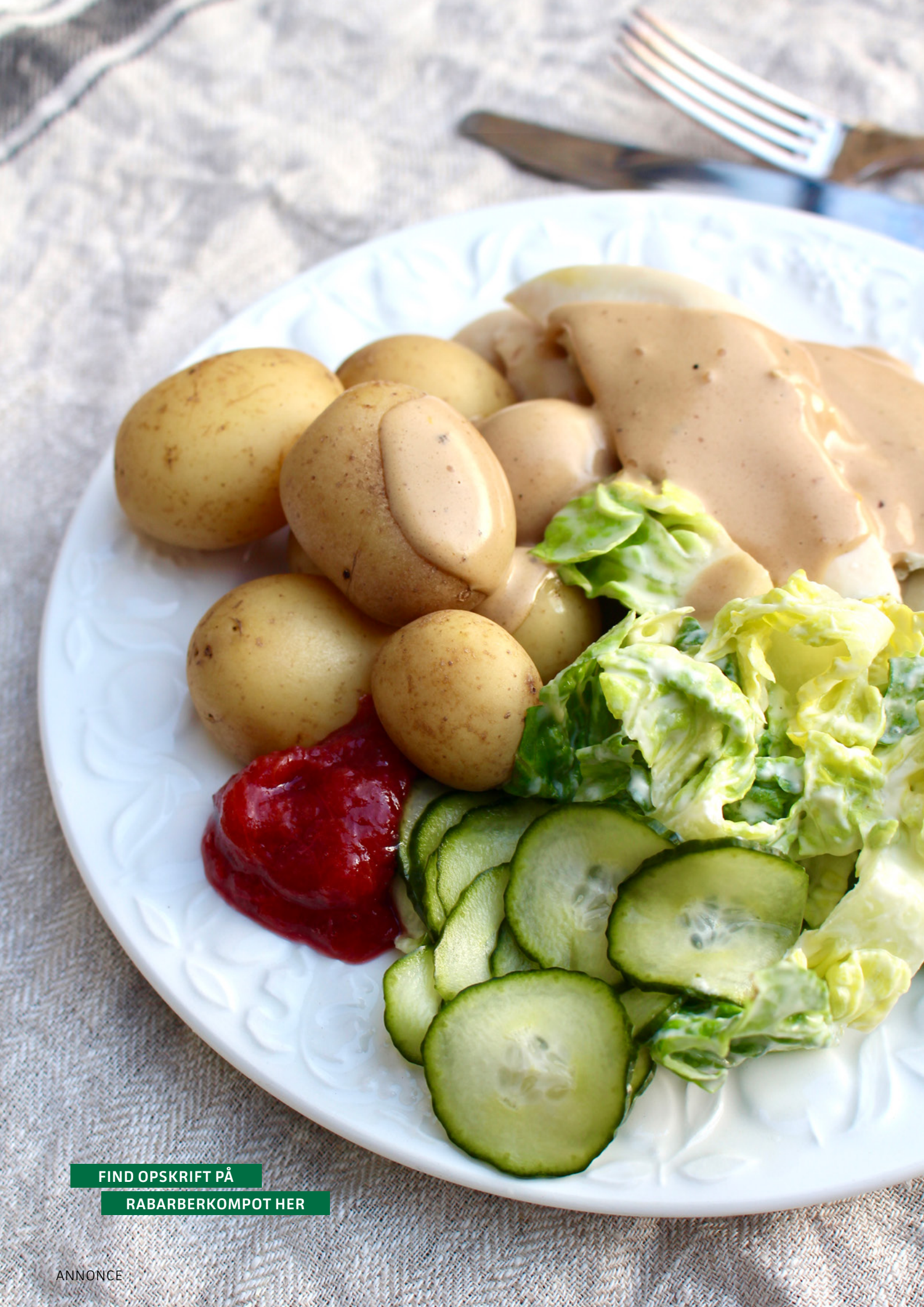
Vend rødspætter i rugmel og drys med salt og peber.

Steg dem på en pande i smør og drys med en smule salt.

Rødspætteerne skal steges omkring 2 minutter på hver side.

NYE DANSKE KARTOFLER

400 g nye danske kartofler
Salt



FREDAG

SOMMERKYLLING MED FLØDESOVS, AGURKE-SALAT OG SALAT MED MORMORDRESSING

4 personer | 2 timer

Navnet taler næsten for sig selv: denne ret emmer af sommer. Til vores sommerkylling serverer vi en fed flødesovs, linsyltet agurkesalat og en salat med selveste 'mormor-dressing'. Sommerkylling kræver lidt ekstra tid i køkkenet, men det kan til gengæld tydeligt smages på den endelige servering.

AGURKESALAT

1 agurk
1 ½ dl sukker
2 dl lageddike
1 dl vand
10 peberkorn
2 laurbærblade

KYLLING

1 kylling
1 bundt persille
2 L hønsebouillon
Salt og friskkværnet peber

FLØDESOVS

25 g smør
2 spsk. mel
2 dl væske fra kylling
5 dl fløde
1 tsk. balsamico
Salt og rigeligt friskkværnet peber
Lidt kulør som mormor plejer at gøre det

SALAT MED MORMORDRESSING

1 hovedsalat
1 dl piskefløde
1,5 spsk. citronsaft
1 spsk. rørsukker
Salt og friskkværnet peber

Skal din sommerkylling være præcis som i mormors køkken, kan du tilføje rabarberkompot.

FIND OPSKRIFT PÅ

RABARBERKOMPOT HER



FREDAG

AGURKESALAT

Skær agurker i tynde skiver, og kom dem i et sylteglas.

Hæld sukker, eddike, vand, peberkorn og laurbærblade i glasset, og ryst forsigtigt til sukkerkorn er opløst.

Sæt agurkesalaten på køl i minimum 1 time, gerne længere.

KYLLING

Rens kylling indvendigt og udvendigt, og fyld den med et bundt persille.

Hæld hønsebouillon i en stor gryde og kom kyllingen i med salt og peberkorn.

Lad den koge under låg i ca. 1 time, og herefter hvile i 30 minutter.

FLØDESOVS

Smelt smør i en gryde, og tilsæt hvedemel under omrøring.

Rist mel af, og tilsæt lidt efter lidt fond fra kyllingen, mens der piskes.

Tilsæt nu fløde, mens der fortsat piskes.

Smag flødesovsen til med balsamico, salt, en masse peber og evt. lidt kulør.

Mangler din flødesovs smag, kan du "snyde" med ½ bouillonterning.

SALAT MED MORMORDRESSING

Skyl hovedsalat godt for jord, og skær det det mundrette stykker.

Kom piskefløde, citronsaft, rørsukker, salt og peber i en skål, og rør til dressing tykner.

Smag mormordressing til, og vend den i hovedsalaten.

DEN PERFEKTE MADPAKKE

I samarbejde med Froosh

Corona ramte os med storm og vores hverdag blev vendt fuldstændig på hovedet. Nu kalder virkeligheden igen, og vi skal efter sommerferien tilbage til børnehave, skole og job. I Gadtoft & Visholm ønsker vi at vende stærkt retur, og der er kosten alfa omega. Vi har derfor udarbejdet 5 spændende madpakker, som passer perfekt til forskellige aldersgrupper.

Fælles for alle madpakkerne er, at der følger en smoothie med fra Froosh. Froosh er et anerkendt brand, og forhandles i mange butikker. De arbejder med frugt og grøntsager, intet andet. Deres produkter er skabt til at give forbrugerne i de nordiske lande en nem, lækker og sund måde at få mere frugt ind i hverdagen. De producerer selv deres smoothies, som både kommer i glasflasker og papirdåser. De bruger aldrig koncentrat og tilsætter heller ikke sukker eller konserveringsmidler.

Froosh er 100% frugt og intet andet. Vi håber, at madpakkeidéerne kan inspirere, og at I kommer godt tilbage til hverdagen.





STANDARDDEJ

1 portion standarddej | 15 minutter + 2 timers hævetid

Med vores standarddej kan der laves en masse forskelligt bagværk. Dejen er nem at arbejde med, og kan både forvandles til foccaciaboller, pølsehorn og pizza-klappere.

25 g gær
325 ml. vand
1 spsk. salt
1 spsk. sukker
1 spsk. rapsolie
550 g hvedemel

Opløs gær i vand, salt, sukker og olie. Tilføj hvedemel og ælt dejen smidig på en bordplade eller ved hjælp af en røremaskine.

Dejen skal hæve lunt under et fugtigt klæde i to timer. Læs under hver enkelte opskrift, hvordan dejen skal indeles inden hævning.

BOLLEDEJ

8 boller | 15 minutter + 2 timers hævetid

Med vores bolledej kan du fylde madpakken med bagværk, der ikke bliver tørt og kedeligt i løbet af dagen. Dejen er budgetvenlig og egner sig derfor helt perfekt til den studerende.

15 g gær
400 ml vand
350 g hvedemel
1 tsk. salt
50 g grahamsmel
4 spsk. durummel med top

Opløs gær i vand. Kom hvedemel i dejen, og rør den på røremaskine eller med el-pisker. Rør i 5 minutter, og tilsæt herefter salt, grahamsmel og durummel. Rør yderligere 10 minutter, til dejen samler sig. Det kan tage tid, da den skal udvikle glutenet. Lad dejen hæve lunt under et fugtigt klæde i to timer.

Tænd ovnen på 250°C varmluft. Lad bagepladen blive i ovnen under opvarmning. Kom durummel på bordpladen, og vend dejen ud af skålen. Skær dejen i 8 dele med en skarp kniv, og fordel dem med mellemrum på bagepapir.

Drys igen med durummel, og bag bollerne på 250°C varmluft i 10 minutter, herefter 230°C varmluft i 20 minutter.

Lad bollerne køle af på en bagerist.

MADPAKKEN TIL BØRNEHAVEBARNET

Selvom de små guldklumper blot skal lege i børnehaven, skal man ikke undervurdere deres hverdag. Børnene er konstant i udviklingsarbejde, og lærer, hvordan de sociale spilleregler fungerer. Det er derfor super vigtigt, at de får en dejlig og spændende madpakke med, der giver dem energi til hele dagen.

TIP
Bag foccaciaerne 5 minutter for lidt, og opbevar dem i fryseren. Tag dem op aftenen inden de skal i madpakken, og bag dem færdig næste morgen på 200°C varmluft.

FOCCACIA MED KOGT SKINKE OG OREGANO

6 stk. | 2 timer og 30 minutter

½ portion standarddej
1 håndfuld durummel

½ dåse tomatpure (70 g)
20 ml vand
½ tsk. sukker
1 tsk. olie
Salt og friskkværnet peber
1 spsk. oregano

2 kugler frisk mozzarella
6 skiver god kogt skinke
Tørret oregano

Del standarddejen i 6 lige store dele, og rul dem til små kugler ved hjælp af håndkraft og bordpladen. Drys med durummel på et stykke bagepapir, og placer de 6 kugler dej med mellemrum fra hinanden. Lad dejkuglerne hæve lunt under et fugtigt klæde i 2 timer. Bland tomatpure, vand, sukker, olie, salt og oregano i en skål. Tomatsovsen behøver ikke opkog, den får varme inde i ovnen. Kom durummel på bordpladen, og rul foccaciaerne ud med hænderne. Fyld foccaciaerne med topping og bag dem på 250-275°C varmluft i 20-25 minutter.

FRUGTSPYD

6 stk. | 10 minutter

12 grønne vindruer
4 brombær
4 jordbær
4 stykker ananas
4 træspyd

Træk frugt på træspyd, og kom de friske frugtspyd i madpakken.

HÅRDKOGT ÆG MED TEGNING PÅ SKALLEN

2 æg | 10 minutter

2 æg
Permanente tuscher

Sæt vand over at koge i en kasserolle. Når vandet koger, sænkes æggene forsigtigt i. Lad æggene koge i 8 minutter, og fyld herefter kasserollen op med koldt vand, så kogningsprocessen stoppes. Tør æggene grundigt for vand, og pynt med søde beskeder, tegninger eller hjerter til ungerne.



MADPAKKEN TIL FOLKESKOLEELEVEN

Madpakken til folkeskoleeleven dækker over en bred aldersgruppe. Derfor har vi også samlet en række skønne idéer, som passer til de flestes smagsløg. Skoleskemaet kan variere meget fra dag til dag. Lad denne søde (og sunde) smoothie fra Froosh med smag af mango og appelsin give børnene det skud energi de mangler.



ÆGGEPUFFS MED CHORIZO

6 stk. | 20 minutter

6 skiver chorizo
6 æg
1 forårsløg
60 g fetaost
Salt og friskkværnet peber
6 stykker madpakkepapir

Kom madpakkepapir i 6 muffinforme, og læg et stykke chorizo i bunden. Slå et æg ud i hver muffin og fyld med hakket forårsløg, feta, salt og peber. Bag æggemuffins ved 175°C varmluft i 12-17 minutter.

Bagetid afhænger af, om dine æggemuffins skal spises med hænderne i 10-pausen eller med bestik i 12-pausen. Blommen skal altså enten være fast eller flydende.

PØLSEHORN MED BIRKES

18 stk. | 2 timer og 30 minutter

1 portion standarddej
18 små pølser
50 g smeltet smør
3 spsk. blå birkes

Lad standarddejen hæve i en skål under et fugtigt klæde i 2 timer. Del dejen i 18 dele, og sno den rundt om de små pølser. Du kan komme ketchup eller sennep langs pølserne, hvis du vil tilføje ekstra smag. Fordel pølsehornene på 2 bageplader, og lad dem efterhæve under et fugtigt viskestykke i 20 minutter. Pensel de efterhævede pølsehorn med smeltet smør, og drys med blå birkes. Bag pølsehornene i 20-25 minutter på 200°C varmluft.

WRAPS MED FLØDEOST, SPINAT OG LAKS

1 wrap | 10 minutter

1 spsk. flødeost
1 fuldkornstortilla
1 håndfuld frisk spinat
100 g røget laks
Friskkværnet peber

Fordel flødeost på fuldkornstortilla. Kom en stor håndfuld spinat i tortillaen, og fordel laks og friskkværnet peber. Rul wrappen stramt sammen, og pak den ind i bagepapir. Skær wrappen over på midten, og kom den i madpakken.



MADPAKKEN TIL TEENAGEREN

Vi har fyldt denne madpakke med en masse mættende opskrifter, som kan holde teenagemaverne tilfredse hele dagen. Det skal ikke kun gå op i korn og gluten, derfor har vi tilføjet en frisk smoothie fra Froosh med smag af blåbær og hindbær.

PIZZA-KLAPPER MED RUCOLA

4 stk. | 2 time og 30 minutter

½ portion standarddej
1 håndfuld durummel

½ dåse tomatpure (70 g)
20 ml vand
½ tsk. sukker
1 tsk. olie
Salt og friskkværnet peber
1 spsk. oregano

2 kugler frisk mozzarella
80 g rucola

Drys durummel på et stykke bagepapir, og rul de-
jen til 1 kugle. Lad den hæve lunt under et fugtigt
klæde i 2 timer. Bland tomatpure, vand, sukker, olie,
salt og oregano i en skål. Tomatsovsen behøver ikke
opkog, den får varme inde i ovnen. Kom durummel
på bordpladen, og rul dejkuglen ud til en pizza med
hænderne. Kom tomatsovs og frisk mozzarella på
pizzaen og bag den på 250-275°C varmluft i 7-10
minutter. Lad pizzaen køle lidt af, og skær den i 8
stykker med et pizzahjul. Kom frisk rucola på 4 af
pizza stykkerne, og læg de resterende 4 stykker
ovenpå med fyldet mod salaten.

SANDWICHES MED KYLLING OG KARRYDRESSING

1 sandwich | 2 timer og 30 minutter

1 portion bolledej

½ tsk. gul karry
2 spsk. mayonnaise
1 tsk. sød sennep
En håndfuld spinat
50 g kogt kylling
5 cherrytomater
Friskkværnet peber

Bland gul karry med mayonnaise og sød sennep.

Flæk bollen, og fyld den med en bund af spinat.
Kom kogt kylling ovenpå, og pynt med cherry-
tomater skåret i halve. Smør den øverste bolle
med karrydressing og nyd den friske sandwich i
frokostpausen.

*Opskriften på bolledej giver 8 boller. Brug af dem
i løbet af ugen, eller frys dem ned så de ikke bliver
for gamle.*

HJEMMELAVET MÜSLIBAR MED NØDDER, KERNER OG KORN

6 stk. | 30 minutter

30 g havregryn
10 g hørfrø
20 g chiafrø
20 g solsikkefrø
60 g tørret tranebær
1 knivspids salt
40 g honning
100 g mørk chokolade 82%

Bland gryn, frø, kerner, tørret frugt og salt i en
skål. Lun honning i en kasserolle, og hæld den
over de tørre ingredienser. Rør müsliblandingen
til en ensartet masse, og fordel den i en form
beklædt med bagepapir. Bag müslibarerne på
150°C varmluft i 25 minutter eller til de er let
gylde. Lad müslibarerne køle lidt af, og skær
dem herefter i 6 barer ved hjælp af en skarp
kniv. Smelt mørk chokolade over et vandbad,
og dyp den ene halvdel af barerne i chokoladen.
Læg dem til nedkøling på et stykke bagepapir
til chokoladen er størknet.

MADPAKKEN TIL DEN SU-STUDERENDE

Når man er på SU, er der ikke altid råd til økologisk hjortespegepølse eller friske bær i madpakken. Det er dog også her, hvor de studerende har brug for at være klare i hovedet, når de både skal håndtere undervisning, hjemmeopgaver og det sociale liv ved siden af. Froosh smoothie med appelsin, gulerod og ingefær giver et energiboost og er kombineret med en madpakke, der gemmer på inspiration til en række budgetvenlig idéer.

PASTASALAT MED RØD PESTO

1 portion | 20 minutter

150 g fuldkornspasta
2 spsk rød pesto
5 cherrytomater
50 g fetaost
Friskkværnet peber
Frisk basilikum

Kog pasta efter anvisningen på pakken, og bland den med rød pesto. Top pastasalaten med cherrytomater i skiver og fetaost. Pynt med frisk basilikum og peber.

RISKIKS MED MØRK CHOKOLADE

6 stk. | 10 minutter

100 g mørk chokolade 82%
1 knivspids salt
6 riskiks

Smelt mørk chokolade og salt over et vandbad. Læg riskiksene på et stykke bagepapir, og overhæld med den varme chokolade. Lad chokoladen størkne, og kom de hjemmelavede chokoladeriskiks med på madpakken.

SANDWICH MED MOZZARELLA, TOMAT OG GRØN PESTO

1 sandwich | 2 og 30 minutter

1 portion bolledej

2 spsk. grøn pesto
½ kugle frisk mozzarella
5 cherrytomater
Friskkværnet peber
Frisk basilikum

Flæk bollen og fyld den med en bund af grøn pesto. Kom skiver af mozzarella ovenpå, og pynt med cherrytomater, frisk basilikum og peber.

Opskriften på bolledej giver 8 boller. Brug dem i løbet af ugen, eller frys dem ned så de ikke bliver for gamle.



MADPAKKEN TIL JOBDET

Madpakken til arbejdet skal være fleksibel, da alle jobs er forskellige. Nogle har måske 20 minutters frokostpause, mens andre har 1 time. Madpakken skal derfor være håndgribelig, og have en nem tilgang til fornyet energi. Vi har derfor teamet denne madpakke op med en smoothie, som smager af fersken og passionsfrugt. Den vil give dét skud energi, som du mangler.

HJEMMELAVET TO-GO NUDLER

1 portion | 10 minutter

2 championer
½ rød chili
½ forårsløg
1 brik nudler (ca. 62 g)
½ tsk. chiliflager
1 bouillonterning
1 glas med låg som tåler kogende vand

Skær champignon, chili og forårsløg i tynde strimler. Kom dem i glasset sammen med nudler, chiliflager og bouillon. Læg låg på glasset, og kom det i tasken. Når det er frokosttid hældes kogende vand i glasset. Lad nudlerne tilberede under låg i 5 minutter, herefter er de klar til at blive spist.

BRØDSTAVE MED HJEMMELAVET HUMMUS

1 glas | 45 minutter

200 g rødbede
1 dåse kikærter
1 fed hvidløg
1 spsk peanutbutter
Saft af 1 citron
Salt
1 tsk. spidskommen
Olivenolie

Kog rødbeder møre med skræl i 20-30 minutter. Læg den kogte rødbede i koldt vand og pil skrællen af. Skær rødbede i mindre stykker og blend den med de øvrige ingredienser. Vurder selv mængden af olivenolien, så din hummus får den ønskede konsistens. Smag til med citron, salt og spidskommen.

Rist rugbrød og skær ud i mindre stave. Drys evt. med salt og olivenolie.

SNACKBOKS TIL DEN TRAVLE TYPE

1 glas | 1 minut

Tørrede tranebær
Mandler
Rosiner



GADTOFT & VISHOLMS ØNSKELISTE



I dette nummer af Gadtoft & Visholm har vi et stort tema med inspiration til m^øg l^ækre madpakker. Vi vil fors^øge at skabe en god kultur omkring madpakken til alle aldersgrupper - lige fra b^ørnehave- og folkesko-
leb^ørn til teenageren. Vi vil selvf^ølgelig ogs^å g^øre vores bedste for at g^øre det cool for de unge p^å SU og
dem p^å job at have sin egen madpakke med hjemmefra. Derfor har vi teamet op med Yummii Yummii, som
dette nummers ^ønskeliste er i samarbejde med.

Yummii Yummii ^ønsker at v^ære en inspiration til, hvordan familier kan pakke mad og drikkevarer b^æredyg-
tigt ind. Vi er helt tosset med deres minimalistiske skandinaviske design og v^ærdier om mindre madspild,
mindre forbrug af plastik og engangsemballage. De arbejder med holdbare og nedbrydelige materialer
- blandt andet st^ål, som er kemifri, fri for phtalater og BPA-toksiner. Som alternativ til plastik bruger de
silikone, som ikke indeholder hormonforstyrrende stoffer og samtidig sluttet t^æt og dermed g^ør holdbar-
heden for maden l^ængere. Hvorfor pakke en hjemmelavet, l^ækker madpakke ind i skidt materiale, n^år vi
kan slutte os til Yummii Yummiis fine tankegang?

Vi ^ønsker os en Yummii Yummii dag

T^ænk at kunne have Yummii Yummiis fine produkter med hele dagen. Lige fra dagen starter derhjemme, hvor vi dr^ømm^{er} om at pakke madpakken i den fineste mulepose i 100% ^økologisk bomuld. Vi ville tage en kaffe med to-go i temoflasken, som senere p^å dagen kan genfyldes med vand.

Det ser s^å overskudsagtigt ud, n^år andre tager en b^øtte snacks op af tasken - det beh^øver ikke at v^ære avanceret - men den b^ølge vil vi v^ære med p^å. Til frokost har vi opdelt vores mad i en Bento boks, som holder maden frisk l^ængere tid, hvis den har v^æret et smut i k^øleskabet inden brug. Som tilbeh^ør til madkassen ^ønsker vi os selvf^ølgelig det smarte bambusbestik i en udfoldelig kanvaspose. Nu hvor vi allerede dr^ømm^{er} os langt v^æk i de smar-
te produkter, kan vi heller ikke f^å armene ned over temomadkassen med integreret sk^ål og foldeske i l^åget. T^ænk at kunne tage suppe med p^å farten. D^{et} er ogs^å ret cool.



Go Green

Yummii Yummii er medlem af bev^ægelsen GoGreen Danmark, som er et netv^ærk for danske virksomheder, der har viljen og ^ønsket om at flytte forretningen i en mere b^æredygtig retning med optanke for hinanden og vores omgivelser.

Med medlemsskabet f^ølger en verifikation p^å, at minimum 70% af Yummii Yummiis forretning har fokus p^å at mindske den milj^øm^æssige belastning i produktionen.





SOL, SOMMER OG ROM

I samarbejde med A.H. Riise

Når nu vi ikke kan tage til sydens sol, tager vi de varme toner med i vores cocktails, som i dette nummer er lavet med rom fra A.H. Riise.

A.H. Riise er en dansk virksomhed, som går langt tilbage i historien - helt præcist siden 1838 - og de har stadig den dag i dag fingeren på pulsen og udarbejder nye spændende produkter. Senest har de modtaget tre stjerner hos International Taste Institute og fået certificeringen "Superior Taste Award" for deres A.H. Riise Spirits.

Deres seneste certificering er kun en lille bid af den lange og fine historie, som A.H. Riise har bag sig. Du kan læse meget mere om historien og se deres fine priser på deres **hjemmeside** og **Facebook-profil**.

Vi håber, at du vil lade dig inspirere og nyde vores fem sommer cocktails med mørk rom.



'DEN MED HINDBÆR'

1 cocktail | Nem opskrift

Fregatten Jylland
Hindbær
Limesaft
1 dl piskefløde
Isterninger
1 stedmoderblomst til pynt

Der er intet som smagen af friske hindbær i løbet af den danske sommer. Derfor er det fuldstændig umuligt for os ikke at lave en hindbærcocktail. Vores cocktail er stylet med den maritime A.H. Riise' Fregatten Jylland rom, og kan næsten nydes på samme måde som en dessert.

Kom hindbær i en shaker, og mas dem grundigt med en muddler.

Tilsæt mørk rom, limesaft og isterninger, og ryst i 30 sekunder.

Finestrain cocktailen i et afkølet glas, og pynt med letpisket flødeskum og en stedmoderblomst.



'DEN MED JORDBÆR'

1 cocktail | Nem opskrift

3 cl Frogman Navy
10 frosne jordbær
2 cl limesaft
2 cl sukkersirup
6 isterninger

I løbet af den varme sommer, skal der også være plads til mere nedkølede cocktails, og hvad er bedre end en frozen cocktail med jordbær? 'Den med jordbær' er en forfriskende og iskold fornøjelse at drikke, og så er den lavet på A.H. Riise' Frogman Navy rom.

Kom alle ingredienserne i en blender, og kør cocktailen til en cremet og lind sorbet konsistens.



'DEN MED RABARBER'

1 cocktail | Nem opskrift

4 cl Frogman Navy
2 cl limesaft + ½ limefrugt i skiver
1 tsk. rørsukker
3 cl koncentreret rabarbersaft
2 stængler mynte
1 rabarber til pynt
Danskvand
Knust is

Det er fortsat sæson for de skønne danske rabarber, og det er bare om at nyde det. Derfor har vi udarbejdet en frisk og sommerlig rabarber-mojito. For at matche syren fra vores rabarbersaft og den karakteristiske mynte, har vi brugt en rom med høj alkoholprocent og en stærk sødme. Derfor passer A.H. Riise' Frogman Navy rom helt perfekt.

Kom mørk rom, rørsukker, limesaft og mynte i et glas, og mas det grundigt med en muddler til rørsukker er opløst.

Tilsæt rabarbersaft, limebåde og knust is i glasset.

Hæld danskvand til glassets kant, og pynt med frisk mynte og friske rabarber-strimler.



'DEN MED RIBS'

1 cocktail | Mellemsvær opskrift

3 cl Frogman Navy
1 cl sukkersirup
1 cl flydende honning
2 stængler med friske ribs
2 cl lime
Ribs til pynt

*Ribs kan være en sur fornøjelse, men hvis bare de kombi-
neres med de rigtige råvarer, kan de smage helt igennem
fantastisk. Vi har i Gadtoft & Visholm lavet en skøn og
syrlig cocktail med friske ribs og sød honning. Cocktailen
er lavet med den mørke A.H. Riise' Frogman Navy rom.*

Kom ribs i en shaker, og mas dem grundigt med en
muddler.

Tilsæt mørk rom, sukkersirup, flydende honning,
limesaft og isterninger, og ryst i 30 sekunder.

Finestrain cocktailen i et glas, og pynt med en stæn-
gel friske ribs



'DEN MED ÆBLE'

1 cocktail | Svær opskrift

3 cl Copenhagen Gold medal
2 cl æblemost
2 cl citronsaft
2 cl æggehvider
1 cl sukkersirup
1 æble til pynt
Isterninger

Lige nu er æbletræerne i blomst, og det varer ikke længe, før alle haverne igen bliver fyldt op med den skønne frugt. Smagen af syrlig æblemost og cremede æggehvider går hånd i hånd med en sød og mørk flaske rom. Derfor har vi lavet vores cocktail med A.H. Riise Copenhagen Gold medal rom.

Kom mørk rom, æggehvider, citronsaft, sukkersirup og æblemost i en shaker og ryst i 30 sekunder.

Tilsæt nu en håndfuld is i shakeren, og ryst i yderligere 30 sekunder.

Strain cocktailen i et afkølet glas, og pynt med en skive frisk æble.



3 DESSERTER MED IS

Vi står midt i den varme sommer og det betyder for mange, at fryseren skal fyldes op med kolde forsyninger. Vi er vilde med is i alle afskygninger, og er kommet med 3 stærke bud på dette års favoritter. I artiklen gemmer sig både en super simpel og sund skyris med blåbær, en mellemsvær solbæris med mørk chokolade og sidst men ikke mindst en tidskrævende (men ALT besværet værd) cookie sandwich med smarties is.

Vi på redaktionen ønsker jer held og lykke med opskrifterne, og håber, at de kan køle jer ned, når I har allermest brug for det.

SKYRIS MED BLÅBÆR

Denne lækre ispind er en frisk, cremet smoothieis. Her har du en god undskyldning for at spise flere end bare en enkelt, da den kan kategoriseres som en sund en af slagsen. What's not to like?

6 is | Nem opskrift

4 dl blåbærskyr
1 dl frosne blåbær
1 tsk. vanilje

Blend blåbærskyr med vanilje og frosne blåbær.

Hæld den blendede ismasse i 6 isforme, og kom dem i fryseren.

Skyrisene skal fryse i 6 timer eller mere.



SOLBÆRIS MED MØRK CHOKOLADE

6 stk. | Mellemsvær opskrift

Solbæris

1 tsk vaniljesukker
110 g solbær (må gerne være frosne)
30 g sukker

2 æggeblommer
60 g sukker
1 knivspids salt
1,5 dl kold piskefløde

Chokoladeovertræk

200 g mørk chokolade 82%

Solbæris

Kom vaniljesukker, solbær og sukker i en gryde.

Kog solbærmassen op, og lad det simre i 5-10 minutter.

Sigt solbærmassen fint, og kom den på køl.

Pisk sukker med æggeblommer til en lysegul og luftig masse.

Kom solbærmassen i æggesnapsen, og vend den forsigtigt i med en dejskraber.

Pisk kold fløde til en letpisket skum, og vend den i æggemassen.

Fyld isforme med ismassen, og kom dem på frys i 6 timer, gerne længere.

Chokoladeovertræk

Hak chokolade fint, og smelt det over vandbad eller i mikroovnen.

Kom den smeltede chokolade i et højt glas, og dyp de frosne solbær is i.

Kom strak solbærisene på frys igen indtil de skal serveres.



COOKIE SANDWICH MED SMARTIES IS

6 stk. | Svær opskrift

Cookies med chokolade

100 g blødt smør
1 æg
90 g sukker
60 g brun farin
1 tsk. vaniljesukker
150 g hvedemel
½ tsk. salt
½ tsk. bagepulver
100 g mørk chokolade

Flødeis med smarties

3 æggeblommer
¾ dl sukker
3,5 dl piskefløde
1 vaniljestang
1 knivspids salt
120 g smarties

Cookies med chokolade

Pisk blødt smør, æg, brun farin og sukker.

Tilsæt hvedemel, bagepulver, vaniljesukker og salt, og pisk dejen til en ensartet masse.

Hak mørk chokolade groft og vend det i dejen.

Tril dejen til kugler, der har samme størrelse som en bordtennisbold.

Bag cookies i 8-10 minutter på 200°C varmluft, og læg dem til afkøling på en rist.

Flødeis med smarties

Pisk æggeblommer, sukker og vaniljekorn til en tyk og luftig æggesnaps.

Kom piskefløde og salt i en gryde, og varm det op til kogepunktet. Rør i gryden, så fløden ikke brænder på i bunden.

Tag gryden af varmen, og kom æggesnapsen lidt af gangen, mens der piskes.

Kom gryden tilbage på komfuret, og pisk i ismassen til den tykner. Det er vigtigt at den ikke koger.

Lad ismassen køle ned i køleskabet, og hæld den herefter i en form.

Kom hele eller hakkede smarties i ismassen, og sæt ismassen på frys i 8 timer, gerne længere.



Sådan samler du din sandwich

Pisk smartiesisen kort, så den er nemmere at arbejde med.

Fyld den på bunden af en afkølet cookie, og læg en cookie på som låg.

Kom cookie sandwichene på frys igen til de skal serveres.

INDKØBSLISTE

Grøn = varer fra Grøn Balance

FRUGT OG GRØNT

400 g nye danske kartofler
6 gulerødder
500 g ærter i bælg
1 bundt grønne asparges
1 citron
5 radiser
3 løg
10 cherrytomater
1 agurk
1 salathoved

MEJERI

250 g smør
2 L sødmælk
6 ½ dl fløde
13 økologiske æg
2 spsk. mayonnaise
3 spsk. creme fraiche 18%

KØD OG FISK

4 flåede rødspætteleter
500 g hakket svinekød
250 g kulmule
250 g havørred
1 kylling

KRYDDERURTER

2 bundt persille
1 bundt purløg

TØRVARER

Rugmel
Hvedemel
2 dl rasp
8 skiver ristet rugbrød
10 peberkorn
2 luerbærblade

KOLONIAL

2 dl grøntsagsbouillon
2 L hønsebouillon
1 spsk. kapers
1 spsk. syltede agurker
2 dl lagereddike

DU SKAL OGSÅ BRUGE

Salt og friskkværnet peber
Sukker
Rørsukker
Gurkemeje
Kulør
Balsamico
Rapsolie

DOWNLOAD LISTEN HER

OG TAG DEN MED PÅ INDKØB



NÆSTE NUMMER

Næste nummer bærer temaet 'DET VEGETARISKE EFTERÅR' og byder på en masse smagfulde opskrifter - vegetarisk såvel som vegansk. Vi glæder os til at kunne vise kødelskeren, at vegetarisk og vegansk mad giver en god mæthed og bærer på en masse skønne smagsnuancer.

Det vegetariske køkken kommer blandt andet i spil, når vi forvandler 5 klassiske kødretter til en symfoni af grøntsager. Glem alt om spaghetti med kødsovs og bøf stroganoff. Grøntsager er vejen frem.

Derudover står halloween for døren. Følg med når det søde køkken bliver forklædt med uhygge og gys. Lad dig inspirere, når vi kommer med 3 bud på spændende halloweenslik til ungernes rasletur.

På gensyn!



ANNONCERING

Hvis du ønsker en annonce i *Gadtoft & Visholm*, så send os endelig en mail:

info@gadtoftvisholm.dk

FØLG MED PÅ VORES INSTAGRAM

