

2018

K147

JULEFROKOSTKASSEN

4 PERSONER

Af Morten Schou og Magnus Laier Sonne



Morten Schou er uddannet kok, tjener og sommelier, og har bl.a. været køkkenchef på restaurant Musling og restaurant Ensemble. Morten er med til at udvikle Aarstidernes grønne univers tilsat sin store kærlighed: fisk i alle afskygninger.

Magnus Laier Sonne er produktudvikler hos Aarstidernes og udtalt smagsnørde. Hver dag tryller han med diverse råvarer og udvikler smag og nye produkter til Aarstidernes kasser.

Menu

Stegt syltet sild med sur-sød
kartoffelsalat, æbler og dild

-

Røget mørksej med røræg, purløg,
rødløg og hytteost

-

Rødbede med karsevinaigrette, gedeost
og ristede hasselnødder

-

Grønkålstatar med kapers og skalotteløg

-

Mørbradbøffer af gris med svampekompot
og syltede agurker

Sådan læser du opskrifterne: Grøntsagerne og frugten i ingredienslisterne er efterfulgt af en parentes, hvor der står, hvordan de skal håndteres, fx "i både", "groft revet", "i tern" osv.

Det grønne julebord

Her er din JulefrokostKasse med råvarer og opskrifter til fem smukke frokostenretninger.

Retterne er sammensat sådan, at fire personer kan prøve lidt forskelligt og blive glade og mætte. Men kassen kan også snildt suppleres op med andre af familiens julefrokostfavoritter, ligesom der selvfølgelig heller ikke er noget i vejen for, at I spiser lidt godt brød til. Retterne kan serveres alle på en gang, eller en eller to ad gangen, det er helt op til dig og dine nærmestes humør.

Sådan kommer du godt i gang

Glem alt om stress, det klæder ikke den gode julemad. Start i god tid med at få dig et overblik over retterne. Opskrifterne er delt op i separate delopskrifter, så du selv kan planlægge og mikse, men sørg under alle omstændigheder for at læse alle opskrifterne igennem, før du går i gang. Mange af tilberedningerne kan foregå på samme tid, ligesom du også kan vælge at klargøre alle grøntsagerne i en omgang, så det hele er klar til køkkensucces. Rødbederne kan snildt koges et par timer i forvejen (eller dagen forinden), ligesom grønkål og krydderurter kan skylles, klargøres og kommes i bølter, så de er lige til at vende i maden senere.

Om du inviterer gæster eller bare vil forkæle dine nærmeste, anbefaler vi samme fremgangsmåde: gør alt klart, og tilbered alt næsten færdigt, så du kun behøver at stå i køkkenet i ganske få minutter lige inden servering – på den måde får du mere tid til det, det hele handler om: samvær og nærvær omkring julebordet.

God fornøjelse i køkkenet, og velbekomme!

Morten og Magnus

Rødbede med karsevinaigrette, gedeost og ristede hasselnødder

Tilberedningstid: ca. 55 minutter

- 1 pose rødbeder
- 2 poser hasselnødder
- 2 bakker karse (klippet)
- 1 rulle gedeost (brudt i mindre stykker)

Tjek, at du selv har: Olivenolie, havsalt og eddike (fx æbleeddike).

1. Sæt vand over til rødbeder, fx i en elkedel.
2. Skyl halvdelen af rødbederne, og kom dem i en gryde med gavmildt saltet vand. Kog dem møre ca. 45 minutter.
3. Skræl resten af rødbederne, og skær dem i små tern a 1 x 1 cm (brug handsker, for farven smitter af).
4. Rist hasselnødderne på en tør, varm pande, til de er let gyldne, og hak dem groft.
5. Klip karsen, og bryd gedeosten i mindre stykker.
6. Kom koldt vand over de kogte rødbeder, og smut skindet af dem. Skær også dem i tern a 1 x 1 cm.
7. Rør en dressing af ½ dl eddike og 1 dl olivenolie, pisk den godt sammen, og vend hakkede hasselnødder, rå og kogte beder samt halvdelen af karsen i.

Servering

Anret den herlige salat i en skål eller dyb tallerken, og kom frisk gedeost og resten af karsen henover.

Stegt syltet sild med sur-sød kartoffelsalat, æbler og dild

Tilberedningstid: ca. 25 minutter

- 1 citron (i både)
- 1 rødløg (i fine strimler)
- 1 pose raja-kartofler (skrællet)
- 1-2 skalotteløg (skåret helt fint)
- 2 æbler (i tern a 1 x 1 cm)
- 1 bundt dild (plukket, stilke skåret helt fint)
- 1 bæger stegte sild i eddike

Tjek, at du selv har: Havsalt, sort peber, sukker, smør og eddike (fx æbleeddike).

1. Sæt vand over til kartofler, fx i en elkedel.
2. Skyl og klargør grøntsagerne, frugten og dilden som angivet i ingredienslisten. Anret citronbåde og strimler af rødløg i små skåle.
3. Kom kartoflerne i en gryde, og overhæld med kogende vand. Tilsæt havsalt, og kog kartoflerne i ca. 15 minutter. Lad dem trække møre 5 minutters tid, og afdryp.
4. Kom imens 2 spsk. smør og skalotteløget i en kasserolle, og smelt smørret ved svag varme. Pisk 1 spsk. eddike og 1 tsk. sukker i, til sukkeret er opløst. Dressingen skal smage sødt, syrligt og rigt af smør.
5. Sving dressingen, æbleternene og dildstilkene rundt med de lune kartofler, og krydr med havsalt og sort peber.

Servering

Anret de stegte sild fint på et fad, kom den lune kartoffelsalat henover, top med rødløg, drys med plukket dild, og server citronbåde til.

Røget mørksej med røræg, purløg, rødløg og hytteost

Tilberedningstid: ca. 25 minutter

1 pakke mørksej
4 æg
1 bæger fløde
2 rødløg (finthakket)
1 citron (fintrevet skal og saft)
1-2 bundter purløg (skåret helt fint... ingen guirlander!)
1 bæger hytteost

Tjek, at du selv har: Havsalt, sort peber, smør og evt. muskatnød.

1. Skær mørksejen i tynde flager.
2. Pisk æg og fløde sammen, krydr med havsalt, sort peber og gerne lidt revet muskatnød, hvis du har.
3. Skyl og klargør løg, citron og purløg som angivet i ingredienslisten.
4. Varm en pande op til lav-middel varme, og kom en klat smør på.
5. Hæld æggemassen på panden, og lad den stå og sætte sig et par minutter. Rør derefter i den, til du får store flotte flager af røræg.
6. Rør hytteosten med rødløg, citronskal og -saft, og krydr med sort peber.

Servering

Kom flager af mørksej på et flot fad, drys med purløg, dryp lidt citronsaft udover, og server fisken sammen med lune røræg og frisk hytteost.

Grønkålstatar med kapers og skalotteløg

Tilberedningstid: ca. 20 minutter

1 pose grønkål (ribbet og i fine strimler)
1 skalotteløg (finthakket)
1 citron (fintrevet skal og saft)
1-2 breve dijonsennep
1 glas kapers (afdryppet og skyllet fri for salt)

Tjek, at du selv har: Olivenolie, havsalt, sort peber og eddike (fx æbleeddike).

1. Skyl og klargør grønkålen, løget, citronen og kapersene som angivet i ingredienslisten.
2. Kom grønkålen og skalotteløget i en skål, drys med lidt havsalt samt citronskal og -saft, og knug kålen grundigt.
3. Rør en vinaigrette af 1 del eddike til 2 dele olivenolie, og pisk sennep i, til du har en homogen masse.
4. Vend grønkålen med dressingen og kapersene, og krydr med sort peber.

Servering

Anret gerne grønkålstataren i et par skåle, så den fremstår let og elegant.

Mørbradbøffer af gris med svampekompot og syltede agurker

Tilberedningstid: ca. 30 minutter

1 net amposta-roséløg (i 1 cm tykke ringe)
1 agurk (skåret helt tyndt – fx på et mandolinjern)
4 portobellosvampe (i tern)
1 pakke svinemørbradbøffer
1 bundt kruspersille (skåret fint)

Tjek, at du selv har: Olivenolie, havsalt, sort peber, peberkorn, smør, sukker og eddike (fx æbleeddike)

1. Skyl og klargør alle grøntsagerne, svampene og persillen som angivet i ingredienslisten.

2. Kom alle løgene i en rummelig gryde, tilsæt olie, og steg dem møre og gyldne ved middel varme, ca. 10 minutter. Krydr med havsalt.

3. Knug agurken med en smule havsalt, og lad den smide lidt væde

4. Kog imens en syltelage af 1½ dl eddike, 1½ dl vand og 1½ dl sukker samt et par peberkorn, til sukkeret er opløst. Køl lagen ned til stuetemperatur, og hæld den over agurkerne.

5. Steg svampene gyldne på en brandvarm pande i olie, 5-6 minutter – kom gerne en skefuld smør ved til sidst, og krydr med havsalt og sort peber. Tag svampene af panden, og tør den hurtigt af.

6. Varm panden op igen, og steg mørbradbøfferne i 2-3 minutter på hver side. Krydr med havsalt og sort peber, og tag dem af panden. Lad bøfferne hvile lidt, og del hver bøf i to.

7. Smag løgkompotten til med eddike eller en anden form for syre, og vend frisk kruspersille i

Servering

Anret bøfferne på et varmt fad, kom stegte portobellosvampe og løgkompot henover, og nyd hele balladen sammen med de syltede agurker.

Kassen indeholder:

- ☐ 1 pose raja-kartofler, 1 kg (Dan Organic, DK)
- ☐ 1 bæger stegte sild i eddike, 400 g (Hirtshals Fiskehus, DK)
- ☐ 1 pakke koldrøget mørksej, 300 g (Hesselholt, DK)
- ☐ 2 piroutte-æbler (Allesø, DK)
- ☐ 1 bundt dild, 40 g (Aba, IT)
- ☐ 1 pakke mørbradbøffer af gris, 500 g (Friland, DK)
- ☐ 1 bakke æg, 4 stk. (Dueholm, DK)
- ☐ 1 pose skalotteløg (Ø-Grønt, DK)
- ☐ 3 citroner (IT)
- ☐ 1 bæger hytteost, 200 g (Naturmælk, DK)
- ☐ 1 bæger fløde, 100 ml (Øllingegaard, DK)
- ☐ 2 bundter purløg (Biolatina, IT)
- ☐ 3 rødløg (Ø-Grønt, DK)
- ☐ 1 pakke gedeost i rulle, 100 g (Tebstrup, DK)
- ☐ 1 pose rødbeder, 1 kg (Marienlyst, DK)
- ☐ 2 bakker karse (Klostergaarden, DK)
- ☐ 1 pose grønkål, 300 g (DK)
- ☐ 2 bakker portobellesvampe, 2 stk. (NL)
- ☐ 1 net amposta-roséløg, 400 g (Trebole, ES)
- ☐ 1 agurk (ES)
- ☐ 1 bundt kruspersille (Grønholtgaard, DK)
- ☐ 2 poser hasselnødder, 20 g (Biogan, DK)
- ☐ 1 glas kapers i havsalt, 35 g (Produceret for Aarstiderne A/S)
- ☐ 2 breve dijonsennep, 15 g (Produceret for Aarstiderne A/S)

Tjek desuden, at du selv har:

- ☐ Olivenolie
- ☐ Havsalt
- ☐ Sort peber
- ☐ Peberkorn
- ☐ Sukker
- ☐ Saltet smør
- ☐ Eddike (fx æbleeddike)
- ☐ Evt. muskatnød