# Happydays' STORE kogebog

Æde med glæde

HAPPYDAYS 10 ÅR ...lidt bedre!

# Happydays' STORE kogebog

Æde med glæde

Rejser med glæde
Happydays®

Udgivet i anledning af Happydays' 10 års jubilæum 1. april 2014.

Opskrifter, tekst og fotos: Folk fra Happydays.
Redaktion: Inger Hess Ekmann og Karin Wenzel.
Tegninger og layout: Inger Hess Ekmann.

Tak til alle Happydaysere for jeres madglade bidrag
og andre positive input, og fordi I også valgte at støtte
kogebogen finansielt med midler fra personalekassen.

Særlig tak til vores husfotografer Rasmus Visti og
Nils Amdisen for at løfte portrætkunsten og historien
om champagnebussen i denne kogebog.

# Rettidig omhygge!

En virksomhed er ikke kun benhårde kalkuler, slidsomt arbejde og lutter seriøsitet. Nej, en virksomhed er også et socialt arrangement. Et fællesskab. En dagligdag på godt og ondt.

Vi har alle snitflader til hinanden i hverdagen, og hvis vi glemmer de små meningsudvekslinger, respekten og følingen med hinandens luner og alle nuancerne fra dagligdagens små forsagte smil til de brølende, kulørte latterkaskader – som jo alt sammen i sig selv er håbløst ukommercielt – ja, så er vi på vej ud af det forkerte spor. Det handler om at finde balancen.

Da Happydays så dagens lys i 2004 var det med den ambition, at vi ville skabe en arbejdsplads, hvor det var rart at være. Vi havde tænkt på balancen, og vi justerede frisk og frejdigt et i forvejen yderst kendt citat fra forretningsverdenen, fordi vi ønskede at rykke balancen lidt. Vores mantra blev: Rettidig omhygge! Og dermed skabte vi også et helt nyt ord; omhygge.

Omhygge betyder to ting – dels betyder det omhyggelig eller omhu i den klassiske forstand, men det betyder også det at hygge om (hinanden). Når vi således forbandt disse to forskellige betydninger med rettidigheden – altså timingen – så kom det for os til at være svaret på vores idealer. Vi skal altid huske balancen – vi skal vide at udføre alle vores professionelle opgaver dygtigt, fornuftigt, velovervejet og efter absolut bedste evne, og vi må på den anden side aldrig i et eneste splitsekund glemme, at vores virksomhed også er et socialt arrangement. Nogle gange er det mest rettidigt at have 110% fokus på den kommercielle side af virksomheden, og andre gange skal vi lade champagnepropperne springe og slippe gækken løs.

Denne kogebog har været på vej i snart to år nu. Efter de bedste idealer om rettidighed er den blevet syltet utallige gange, fordi arbejdsbalancen har krævet det. Men nu er den her. Et socialt projekt. Et udsnit af alt det, vi godt kan lide, og et levende tværsnit af Happydays i dag – her 10 år efter vi så dagens lys.

På vegne af alle os i Happydays:
Rigtig god fornøjelse.

Søren Idun
Partner og adm. dir.

Kogebogen er finansieret af personaleforeningen i samarbejde med Happydays. Marketing har taget det helt store slæb med organisering og layout. Alle medarbejdere har bidraget med opskrifter. Ingen vil tage ansvaret – held og lykke!

Paris 2006

MENU

# INDHOLD

## *fra Ailinda til Åsa*


| | |
|---|---|
| Ailinda | Kylling med cashewnødder, *9* |
| | Panang karry, *10* |
| | Cashewnøddesmåkager, *11* |
| Alex | Kyllingebryst med grøntsager, *13* |
| Anders | Kidneybønne-chokoladekage, *15* |
| | Hyggelig kokosfætter, *16* |
| | Retromenu for to…, *17* |
| | Rejecocktails med hvedeflütes, *17* |
| | Bøf i stanniol med flødekartofler, *18* |
| | Fløderand med dåsefrugt, *19* |
| Andreas | I-dag-er-en-god-dag-sandwich, *21* |
| Anna | Blåmuslinger i tomat à la Peter, *23* |
| | Mums for en tomatchutney, *24* |
| | Det bedste knækbrød!, *25* |
| Annie | Annies lussebullar, *27* |
| | Prinsesstårta, *28* |
| | Semlor, *29* |
| Birthe | Kanelsnegle, *31* |
| | Fedtebrød, *32* |
| | Jordskokkesuppe med ristet bacon, *33* |
| Britt | Madklubbens spicy rodfrugts rösti med rejer og rosenkål, *35* |
| | Blomkålssuppe med kantareller, *36* |
| Britta | Proteinbarer med tørret frugt og mørk chokolade, *39* |
| Christina | Marketings jordbær-/champagnebus, *41* |
| | Varme hveder, *43* |
| | Grilltilbehør, *44* |
| | Fuglekød i rød pesto, *45* |
| Ditte | Kylling på porre og baconbund, *47* |
| | Lækker kanelkage, *47* |
| Flemming | Italiensk torskegryde, *49* |
| | Æblekage, *50* |
| | Solbærrom, *50* |
| Helena | Mango kyckling, *53* |
| Helle K. | Helles daimkage, *55* |
| | Helles fiberboller, *56* |
| | Nem æblekage, *57* |
| Helle R. | Oksemørbrad med rødvinssovs, *59* |
| Inger | Mexicaner Æg, *61* |
| | Oldemors vanillekranse, *62* |
| | Bjæsk…, *63* |
| John | Fisk i god sauce, *65* |
| | Softice med daim, *65* |
| Jonas | Kinesiske frikadeller, *67* |
| | Rejebowle, *67* |
| Jørgen | Fegato alla veneziana – venetiansk lever, *69* |
| | Radicchio-risotto, *70* |
| Karin | Canadian Caesars Salad, *73* |
| | Hyldeblomstsaft, *74* |
| | Fantastiske fødselsdagsboller, *76* |
| | Lykkelige lagkagebunde, *77* |
| Keld | Tiramisu, *79* |
| Knud | Frutti di mare da Bratten – havets frugter, *81* |
| Kristian | Mørbradgryde, *85* |
| Lea | Græsk tærte med rejer og soyabønnesalat, *87* |
| | Blomkålssalat, *88* |
| | Fennikelsuppe, *88* |
| | Langtidshævede speltboller, *88* |
| | Mormosterens surdejsrugbrød, *89* |
| Lenard | Fragilite-roulade med jordbær, *91* |
| Lisbeth | Kaiserschmarrn, *93* |
| Lone | Æggekage. "Hvad skal vi ha' at spise i dag - det ved jeg ikke? - nå, vi kan få en æggekage"-opskriften, *95* |
| | Mormors nougathorn, *95* |
| Lotte | Grove fastelavnsboller, *97* |
| | Pandekager med hytteost og skinke, *98* |
| Mads | Kartoffelsuppe a la Stevie G, *101* |
| | Kjærs pølsehorn, *102* |

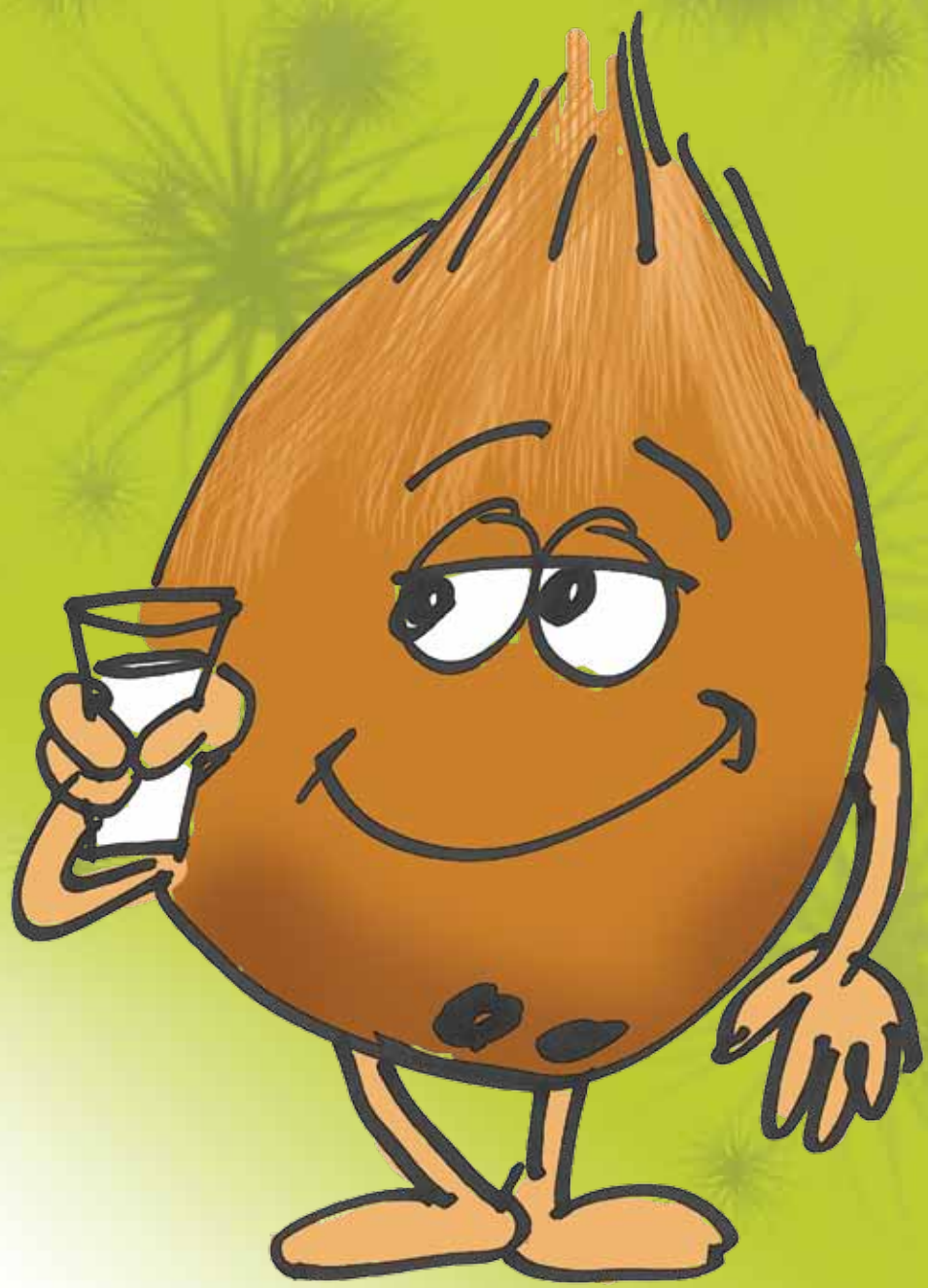
| | |
|---|---|
| Maria | Calzonepizza, *105* |
| | Jordbærkage med mars, *106* |
| | Luksustoast, *107* |
| Mette | Ingstrups Sonja salat, *109* |
| Morten | Farmors gule ærter, *111* |
| Nicola | Forloren hare, *113* |
| | Nem kartoffel/porretærte, *114* |
| Nikolaj | Nikolajs stærke chilisuppe, *117* |
| Per | Ægte spansk paella, *119* |
| Rasmus | Falafel, *121* |
| | Tzatziki, *121* |
| Sarangan | Mango Lassi, *123* |
| | Stegte nudler med kylling i wok, *123* |
| | Chopped Cuisine, *124* |
| Simone | Marillenknödel, *127* |
| | Wienerschnitzel, *128* |
| Sune | Grønlandsk fiskesuppe, *131* |
| Søren I | Tomatsuppe, *133* |
| | Krydderurtesalt, *134* |
| | Direktørens gastrik, *135* |
| Søren T | Sund fiskesuppe med laks og rejer, *137* |
| Tina | Grandpa Jacks Speedy Spinach Lasagna, *139* |
| | Svigermor Toves saftige boller, *140* |
| Torben | Torbens kones hindbærsnitter, *143* |
| Vibeke | Tuckage, *145* |
| Åsa | Åsas Svarta vinbärssaft, *147* |
| | Ylvas nötiga mysli, *147* |
| | Krestens grillade fisk, *148* |
| | Vardags sushi, *149* |


## *... og den store finale – champagnebussen*


Champagnedampede muslinger, *152*
Champagnebussens særlige røde, bløde pesto, *154*
Champagnebussens genialt gode, grønne pesto, *154*
Champagnebusmiddagens hovedret, *157*
Iduns rødvinssauce, *159*
Blødende chokolademuffins med rørt mocca-is, *160*

Indeks, *165*

**Ailinda Pedersen**
***Økonomiassistent***



# Kylling med cashewnødder

***Familiefavoritten...***

Bland kyllingetern med mel.

Skær peberfrugt, løg og forårsløg (skær dem gerne lidt forskelligt).

Steg cashewnødder ved medium varme i ca. 2 min. indtil de bliver gyldne. Tag dem op, og stil dem til side.

Steg kyllingetern indtil de er næsten færdige. Tag dem op, og stil dem til side.

Steg chili ved medium varme i ca. 2-3 min. Tag dem op, og stil dem til side.

Tilsæt hvidløg på panden og få sekunder efter tilsættes kødet. Efter et par minutter, tilsæt cashewnødder, chili, østerssauce, sojasauce, ketchup og sukker. Rør lidt rundt og herefter tilsæt peberfrugt. Når det hele er vendt godt rundt, tilsætter du forårsløg lige før du serverer.

Retten serveres med varme ris.

***INGREDIENSER:***

- **3 kyllingebrystfileter, skåret i tern**
- **1 peberfrugt (bedst i rød)**
- **1 lille pose cashewnødder**
- **1 bdt. forårsløg**
- **1 spsk. finthakket hvidløg**
- **5-6 tørrede røde chili (kan bruge friske)**
- **Olie til stegning**
- **1 spsk. sojasauce**
- **2 spsk. østerssauce**
- **1 spsk. ketchup**
- **1 tsk. sukker**
- **2 spsk. mel**

# PANANG KARRY

Skær kødet i små stykker. Opvarm lidt olie på stegepanden og steg kødet og karrypasta indtil kødet er næsten færdigt. Fjern det fra panden og sæt det til side.

På den samme pande tilsættes kokosmælk og lad den koge op.
Læg kødet tilbage på panden under omrøring.
Tilsæt fiskesauce og sukker.
Pynt med et par friske basilikumblade og rød chilli.

Serveres varm med ris.

***INGREDIENSER:***

- **500 g kød (oksekød, svinekød eller kylling**
- **1 dåse kokosmælk**
- **100 g panang karrypasta (kan købe fra Føtex eller asianbutik)**
- **2 spsk olie**
- **2 spsk fiskesauce eller sojasauce**
- **2 spsk sukker (bedst med palmesukker)**

**Til pynt**

- **1 rød chilli i tern**
- **Koriander blade**

# Cashewnøddesmåkager

***Min søns yndlingssmåkager...***

Bland alle ingredienser sammen.

Form kugler af dejen, og sæt dem på en bageplade.

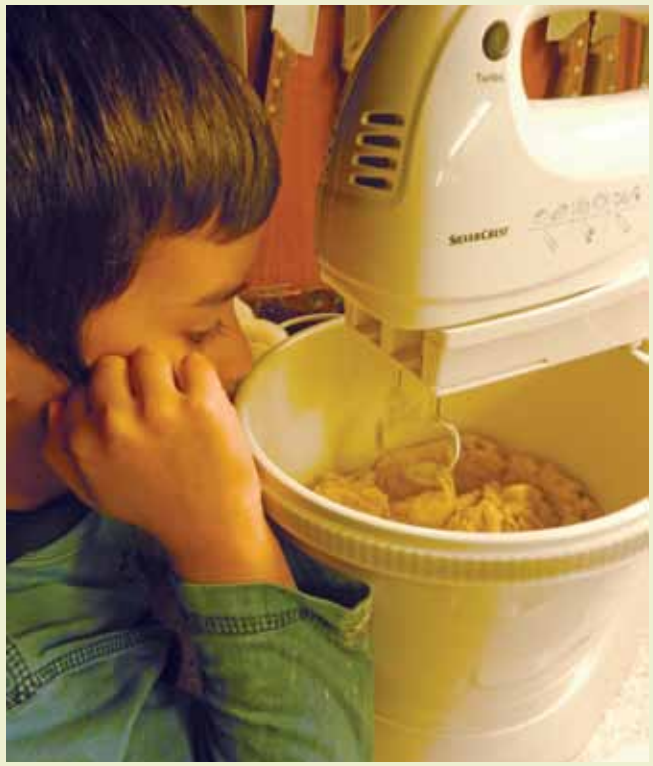
Bages ved 180 grader i ca. 10 – 12 min.

***INGREDIENSER:***

- **300 g mel**
- **1 æg**
- **120 g flormelis**
- **40 g stødt cashewnødder**
- **½ tsk. bagepulver**
- **½ tsk. salt**
- **120 g smør**
- **2-3 spsk vegetabilsk olie**

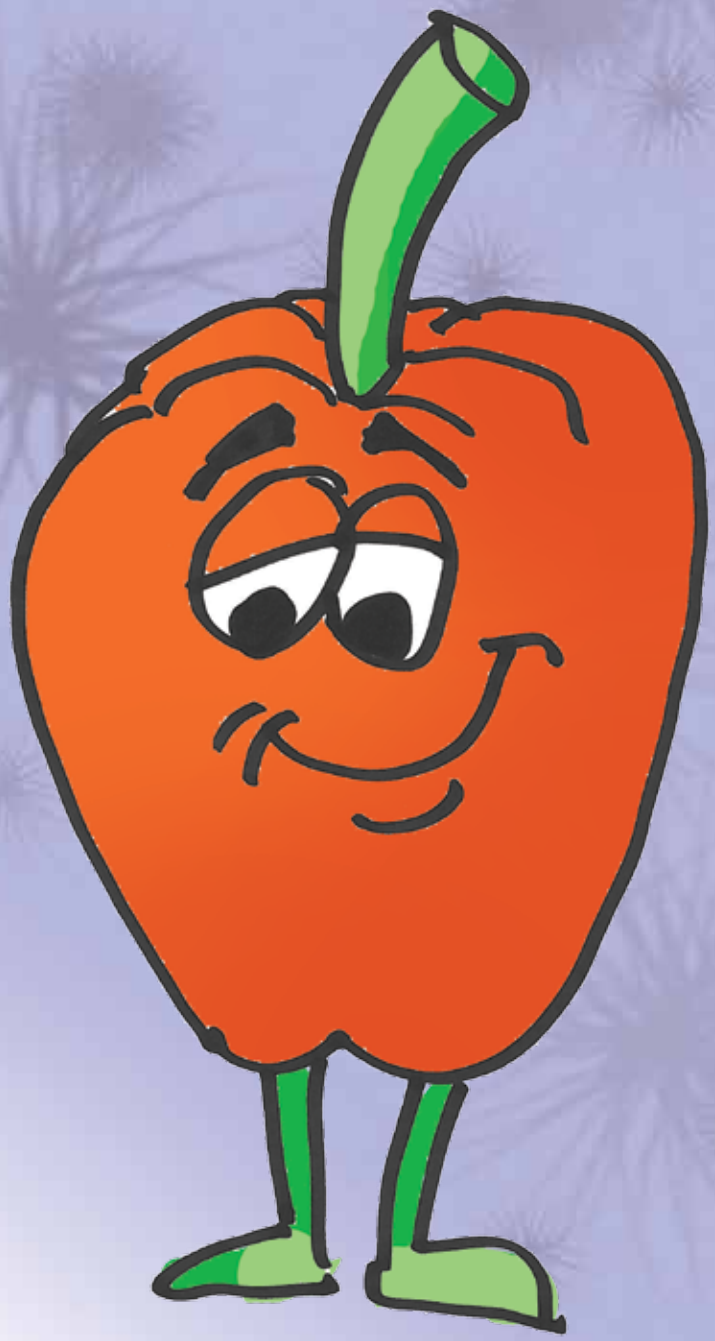
**Til pynt:**

- **Ca. 1 kop cashewnødder**



## Alex Brønnum Berg Kristiansen

*IT-medarbejder/Programmør*



# Kyllingebryst

## med grøntsager

4 pers.

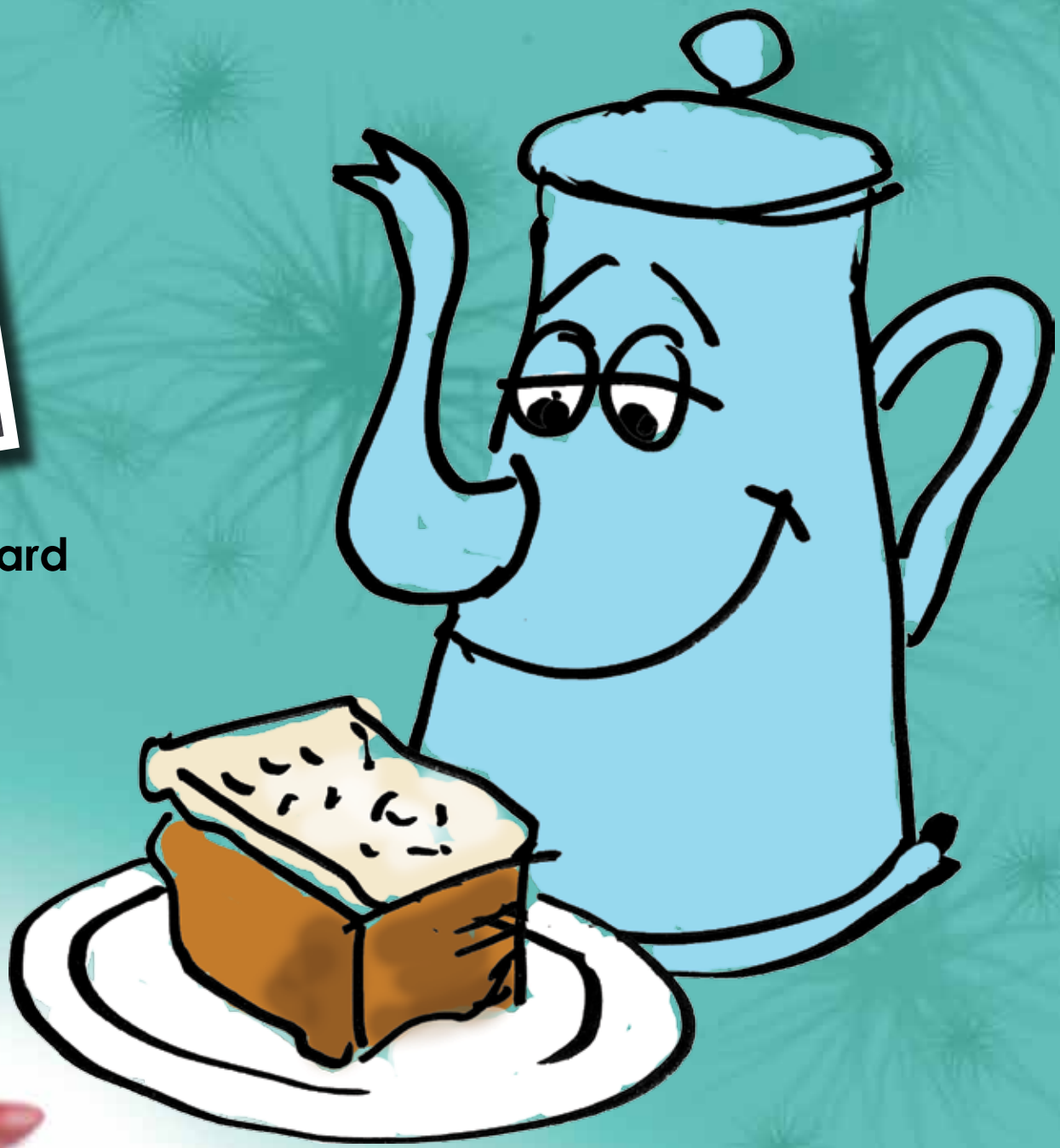
***INGREDIENSER:***

- **300 g kyllingebryst**
- **2 porrer**
- **½ agurk**
- **1 rød peberfrugt**
- **15 g smør**
- **1 dl fløde (13%)**
- **2 spsk hakket basilikum**
- **4 tomater**
- **2 fed hvidløg i skiver**
- **1 tsk citronskal**
- **Salt og peber**

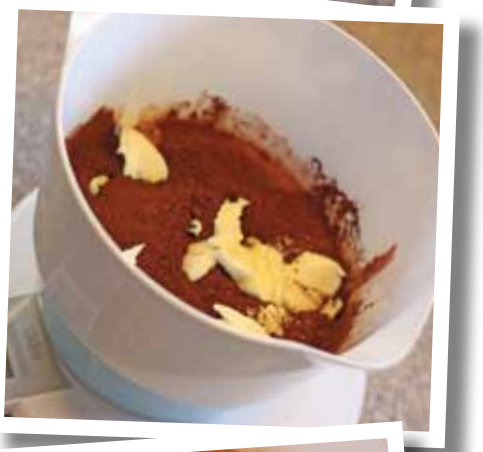
Skær kyllingebrystet i tynde strimler.
Skær porrerne i tynde skiver, agurken i tynde stave og peberfrugten i strimler.
Svits porrer, agurk og peberfrugt i smør.
Hæld fløden ved.
Læg kyllingekødet ovenpå, drys basilikum over.
Lad det dampe ved jævn varme ca 5 min.
Vend kyllingekødet. Skær tomaterne i både og tilsæt sammen med hvidløg og citronskal.
Kog retten yderligere ca. 5 min under låg, til kødet er mørt.

Kan serveres med pasta, ris eller salat.

**Anders Holmsgaard**
*Mediegrafiker*



# Kidneybønne-chokoladekage



***Dette må være min favorit chokoladekage – på trods af, at den faktisk er lavet på en lettere mystisk basis af bønnemos. Kagen er nem at lave, og har en intens smag af kakao og en lækker blød konsistens. Den egner sig til glutenallergikere, da den ikke indeholder mel.***

Forvam ovnen til 160 grader. Kom bønnerne i en si og skyl dem grundigt fri for lagen. Blend dem grundigt med stavblender eller i en blender sammen med æggene, til det har en silkeblød konsistens uden bønnestykker. Tilsæt resten af ingredienserne og blend sammen. Hæld dejen i en mellemstørrelse smurt bradepande eller muffinsforme. Bag i 40-45 minutter indtil man kan stikke en tandstik ned midt i kagen, uden der sætter sig kagerester på den.

Glasur: Smør, kakao, flormelis piskes sammen. Drys evt. med kokosmel.

***INGREDIENSER:***

- **Lidt under 1 ½ dåse kidneybønner**
- **4 æg**
- **1,25 dl kakao**
- **1 tsk vanille**
- **6 spsk. smør**
- **En kvispids salt (med mindre bønnerne har været i saltet lage)**
- **3,5 dl farin eller muscovadosukker**
- **1 tsk. bagepulver**
- **1/2 tsk. natron.**

**Glasur: Smør, kakao og flormelis i magelige mængder.**

# HYGGELIG KOKOSFÆTTER

Forvarm ovnen til 160 grader.

Varm mælk, sukker, sirup, smør og kokosmel op under omrøring i en gryde, til det hele er smeltet sammen.

Lad blandingen køle en smule. Rør æg i blandingen og sigt mel og natron i. Vend melet forsigtigt i dejen.

Bag i en smurt 20 x 20 cm form i ca. 45 minutter.

Lad kagen køle af og tag den ud af formen. Rør smør og flormelis sammen til en smørcreme. Smør og fordel det ud over kagen og drys med gavmild hånd kokosmel ud over den bløde creme.

Skær kagen ud i ca. 12 firkanter.

***Denne kage er hurtigt lavet og egner sig formidabelt til en god kop kaffe. Smager bedst nybagt.***

***INGREDIENSER:***

- **¾ dl mælk**
- **25 g rørsukker/farin**
- **175 g lys sirup**
- **40 g kokosmel**
- **2 store æg**
- **175 g hvedemel**
- **½ tsk natron**

- **100 g blødt smør**
- **200 g flormelis**
- **kokosmel**

**Anders Holmsgaard**
*Mediegrafiker*

# Retromenu for to...

**Christina Hjortshøj**
*Marketingassistent*

***Til en vaskeægte grand prix-aften hører en vaskeægte retro-menu. Efter flere uger med hovederne i blød nåede vi frem til denne fremragende 3-retters middag a la 1980'erne. Menuen blev selvfølgelig serveret sammen med en pose Menu Chips og en Jolly Cola!***

***INGREDIENSER:***

- **200 g rejer (frosne)**
- **1 kinakål**
- **1 flaske Thousand Island dressing i glasflaske fra Kraft (den langsomme)**
- **Tomat, agurk og citron**
- **2 Hatting flutes**

## *Rejecocktails med hvedeflutes*

Tø rejerne op (blidt og venligt i køleskabet natten over eller brutalt under vandhanen lige før du skal bruge dem).

Skyl 2-3 blade kinakål og snit dem i fine strimler.

Tag to dessertglas (eller bare nogle almindelige, høje glas, hvis de andre er givet væk til genbrug, da 80'erne sluttede) og fyld kinakål i bunden af glassene.

Fordel de optøede rejer i de to glas.

Hæld Thousand Island dressing over rejerne (det SKAL tage sin tid – ryst gerne flasken eller bank den hårdt i bunden for at fremskynde processen).

Skær to skiver agurk og to skiver citron og lav et snit fra midten af skiven og ud i alle skiverne.

Skiverne placeres forsigtigt stående på toppen af anretningen.

Skær to både af tomat og brug dem som pynt.

Serveres straks eller kan opbevares på køl. Før servering varmes to flutes til skorpen er sprød og hvert flute skæres på skrå i tre stykker.

Server med lune flutes og Jolly Cola.

# Retromenu for to... fortsat

## Bøf i stanniol med flødekartofler

***INGREDIENSER:***

- **1 kg kartofler**
- **½ l piskefløde**
- **400 g hakket oksekød (ikke fedtfattig)**
- **1 peberfrugt**
- **2 løg**
- **Salt og peber**
- **1 pose menuchips**

Skræl kartoflerne og skær dem i skiver (ca. 2 mm).
Pil et løg og skær det i tern.
Smør et ildfast fad.
Fordel 1/3 af kartoffelskiverne og løgternene i et lag. Krydder med salt og peber og hæld 1/3 af fløden i fadet. Gentag to gange.

Sæt fadet i ovnen i ca. 60 minutter ved 200 grader.

Del kødet og form to lidt for runde bøffer.
Fjern kernerne fra peberfrugten og skær den i skiver.
Pil løget og skær det i skiver.
Tag to stykker stanniol og læg en bøf på hver.
Fordel peberfrugt og løg oven på bøfferne.
Krydder med salt og peber og luk stanniolpakkerne.

Sæt stanniolpakkerne i ovnen og bag i ca. 40 min. ved 200 grader.
Server med menuchips og Jolly Cola.

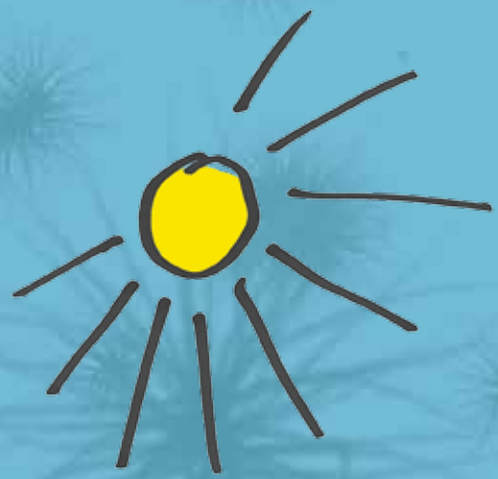
# *Fløderand med dåsefrugt*

***INGREDIENSER:***

- **1 fløderand fra Polaris**
- **1 dåse blandede frugter på dåse**

Sæt fløderanden i køleskabet (efter anvisning på emballagen).

Åbn en dåse blandet frugt i tern og hæld lagen fra.
Vend den kolde fløderand ud på et fad og pynt med dåse-frugt.
Server straks (evt. krydret med Det Europæiske Melodi Grand Prix og stemmesedler).



**Andreas From Bock**
*Mediegrafikerelev*

# I-DAG-ER-EN-GO-DAG SANDWICH

***INGREDIENSER:***

**Dressing:**

- **3 spsk hytteost**
- **2 spsk cremefraiche**
- **1 fed hvidløg**
- **Salt**
- **Peber**

- **2 store kyllingefiléter**
- **4 skiver rugbrød**
- **Mozzarellaost**
- **Mandler**
- **Napolitan salat-blanding**
- **½ agurk**
- **6 cherrytomater**
- **Blåbær**
- **Pesto**

**Rugbrødssandwich med kylling**

Put 3 spsk hytteost i en skål, og bland derefter 2 spsk creme fraiche i og rør rundt.
Pres så 1 fed hvidløg i.
Smag til med salt, peber og evt .lidt citronsaft.

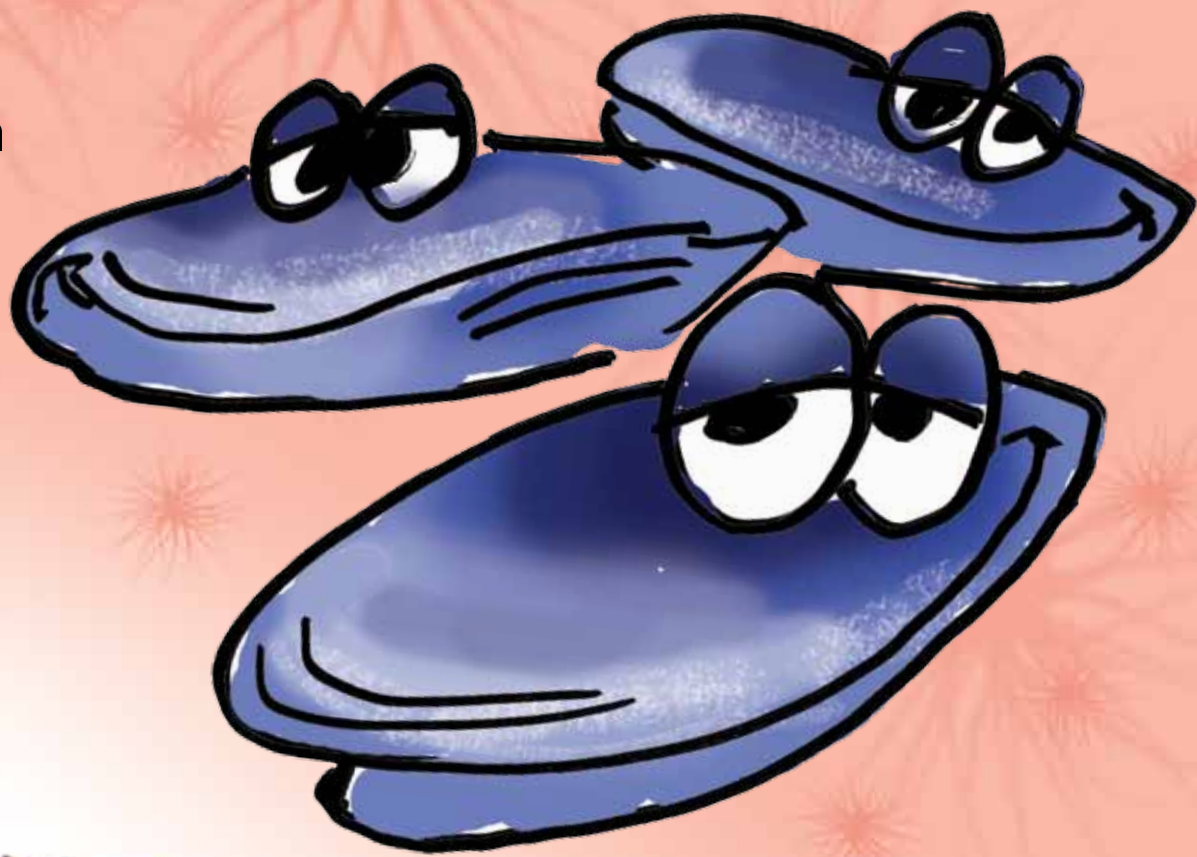
Steg to store kyllingefiléter på panden el. i ovn. Skær dem derefter i halvstore strimler.
Herefter skyller du salaten, og skærer de andre grøntsager samt mozzarellaen ud.
Rist 4 skiver rugbrød og del dem på tværs.

Læg nu to skiver rugbrød i bunden, derefter putter du lidt af dressingen på. Nu tilsætter du salaten, tomater, agurker og mozzarellaost. Læg nu kyllingestrimlerne på, og tilsæt nu resten af dressingen. Drys lidt blåbær og mandler ud over sandwichen. De to sidste skiver rugbrød ligger du ovenpå.
Tilsæt lidt pestoklatter tilfældigt.

**2 pers.**

## Anna Bladh Olesen

*Salgscontroller*



# Blåmuslinger i tomat à la Peter

## – *ferieminde fra Toscana 2008*

4 pers.

***Når man er på ferie i Italien, er der næsten en lov om at der skal handles friske råvarer ind hver dag – & udvalget af fisk og skaldyr er så meget større, friskere og billigere end der-hjemme (til trods for at man bor i en fiskeby = Frederikshavn).***

***Jeg har altid tidligere prøvet muslinger i hvidvin, fløde, evt. hvidløg og krydderurter – og det har aldrig været "super", mere "ok". Så min skepsis var lidt stor, da vi kastede os ud i disse muslinger, som for øvrigt ser fantastiske ud at servere, men NØJ hvor blev jeg overrasket – det smagte BENISSIMO!***

***INGREDIENSER:***

- **En ordentlig røvfuld blåmuslinger (ca. 2 kg)**
- **Ca 5 spsk olivenolie**
- **2 hakkede hvidløg**
- **1 bundt persille**
- **3 dåser flåede CHERRY tomater (vigtigt med cherrytomater – de smager af så meget mere!)**
- **Lidt cayennepeber**

Svits hvidløg indtil den begynder at få farve (ikke for høj varme). Tilsæt tomater, persille og cayennepeber – lad simre i ca 1 time.
Lav en smagstest – det skal være tilpas "hot" – hvis ikke, tilsæt lidt mere cayennepeber, smag igen osv.
Tilsæt de vaskede og tjekkede blåmuslinger (anvisninger til hvordan man tjekker muslinger – google?) og lad dem koge med i ca 8-10 minutter – eller til de lige åbner sig. Nogle gange har jeg oplevet at det har taget 15 minutter. Men lad være med at lade dem stå for længe – hvis de har åbnet sig, så er de klar til at blive spist.

Så mangler der bare lidt groft brød, vino rosso og cikader…

Buon Appetito!

# Mums for en tomatchutney

***INGREDIENSER:***

- **2 spsk smør**
- **50 gr mørk sirup**
- **½ tsk fennikel frø (hele)**
- **¼ tsk Nigella frø (jomfru i det grønne)**
- **¼ tsk hele spidskommen**
- **¼ tsk hele sorte sennepsfrø**
- **1-2 laurbærblade**
- **½ tørret Piri-Piri (chili)**
- **¼ tsk stødt gurkemeje**
- **½ tsk havsalt**
- **600 gr tomater**

Fennikel frø, nigella frø, spidskommen og de hele sorte sennepsfrø knuses i morter og ristes på svag/mellem varme i 6-8 minutter – eller til det dufter helt himmelsk og eksotisk!

Varm smør og sirup i gryde, og tilsæt krydderier og sauter en smule, tilsæt tomaterne som er skåret i lidt mindre stykker. Lad det simre i 45 minutter og nyd den helt fantastiske duft som spreder sig i huset… Det bliver en sødlig smag på chutneyen, som står i superkombination sammen med alt salt.

Nydes til ALT muligt, feks som tilbehør til al slags kød & fisk, i sandwiches, som appetizers smurt ud på butterdej – prøv dig frem!

# Det bedste knækbrød!

## Svensk når det er bedst!

Bland først alle tørre ingredienser, og tilsæt så de våde, rør godt sammen. Del dejen (som er meget våd) i 2 portioner, og læg det på bagepapir, og endnu et bagepapir ovenpå, så kan du herefter rulle dejen nemt ud.

Bag i varmluft 175 g i 15-20 minutter.

Skær ud i passende størrelser med f.eks. en pizzaslicer mens den stadigvæk er varm.

Knæk og bræk!



***INGREDIENSER:***

- **1 dl havregryn**
- **1 dl sesamfrø**
- **1 dl hørfrø**
- **1 dl solsikkekerner**
- **1 dl græskarkerner**
- **3,5 dl mel (jeg blander forskellige slags)**
- **1,5 dl olie (vælger ofte at mindske mængden af olie, og øge mængden af vand i stedet)**
- **2,5 dl vand**
- **1 tsk bagepulver**
- **2 tsk fint salt**

**Annie Kærsgaard Sørensen**
*Rejselivselev*

# Annies lussebullar

ca. 40 stk

***INGREDIENSER:***

- **50 g jäst**
- **200 g smör**
- **5 dl mjölk**
- **3-4 paket (1 ½ - 2 g) saffran**
- **½ tsk salt**
- **1 ½ - 2 dl socker**
- **1 ägg**
- **Ca 1 ½ liter (900 g) vetemjöl**

Starta med att smula sönder jästen i degbunken.

Smält smöret, tilsätt mjölken och låt den bli fingervarm (37 C). Rör ner saffran i mjölken (om saffranet inte är finpulveriserat, stöt det i mortel med lite socker).

Häll blandningen över jästen och rör om så att den löser sig.

Tillsätt salt, socker, ägg och nästan allt mjöl (lite åt gången).

Arbeta degen kraftigt så att den blir blank och släpper bunken. Tillsätt mer mjöl om degen är kladdig.

Strö mjöl över degen och låt den jäsa under bakduk.
Låt den jäsa till dubbel storlek i ca. 40 min (det gör inget om de jäser i en timme).

Ta upp degen på mjölat bakbord och knåda den smidig.

Baka ut till lussekatter, längder eller kransar.

Lägg det utbakade brödet på plåtar med bakplåtspapper.
Lägg på bakduk och låt brödet jäsa 20-40 minuter.

Pensla med ägg och garnera med russin, pärlsocker eller hackad mandel.

Sätt in bullar i 225-250 C i ca 5-10 min.
Kransar eller större bröd i 200-225 C 15-25 min.

# PRINSESSTÅRTA

Smörj och bröa en rund form, ca 26 cm i diameter.

Vispa ägg och socker pösigt.
Blanda de båda mjölsorterna och bakpulvret.
Vänd ner detta i smeten och blanda om väl. Häll den i formen.

Grädda i nedre delen av ugnen ca 40 min.
Ugnstemp: varmluft 175 C.

Stjälp upp kakan och låt den svalna.

Fixa fyllningen. 1 paket vaniljkräm (läs anvisning på paketet). Dela vaniljstången, skrapa ut vaniljfröna och lägg dem i krämen. Ställ in vaniljkrämen i kylskåpet i ca 20 min. Vispa 5 dl grädde tjock. Vänd sedan försiktigt ner grädden i vaniljkrämen.

Skär tårtan i 3 bottnar. Den översta ska vara knappt 1 cm tjock. Lyft lite på kakan och placera smörpapper under, så blir fatet inte kladdigt när du lägger på fyllningarna.

Häll lite mjölk på bottnarna innan du lägger på fyllningarna (så får du en saftigare tårta). Bred på hallonsylten och lägg på nästa botten. Lägg på ett lager gräddkräm. Lägg på den sista bottnen och låt ev. fyllningen bli lite högre på mitten så tårtan blir lite bullig. Bred resten av krämen runtom kanten.

Färga marsipanen och kavla ut den till en rund, tunn slät kaka. Den ska räcka att täcka hela tårtan med, även kanten. Rulla upp den på en kavel och för försiktigt över den på tårtan utan att det blir några veck nedtill. Ett bra tips är att kavla ut marsipanen mellan 2 lager plastfilm. Jämna av med en kniv.

**ca. 20 bitar**

***INGREDIENSER:***

- **4 ägg**
- **2 dl socker**
- **1 dl vetemjöl**
- **1 dl potatismjöl**
- **2 tsk bakpulver**

**Fyllning 1:**

- **ca 4 dl hallonsylt**

**Fyllning 2:**

- **1 paket vaniljkräm**
- **1 vaniljstång**
- **5 dl grädde**
- **Lite mjölk**

**Garnering:**

- **300 g marsipan**
- **Grön hushållsfärg**
- **Florsocker**

# SEMLOR

12-15 stk

***INGREDIENSER:***

- **100 g margarin eller smör**
- **3 dl mjölk**
- **50 g jäst**
- **½ tsk salt**
- **1 dl socker**
- **1 ägg**
- **Knappt 1 liter vetemjöl**

**Pensling:**

- **1 ägg**

**Fyllning 1:**

- **150 g mandelmassa**

**Fyllning 2:**

- **125 g sötmandel + inkråm**
- **ca 1 dl het mjölk**
- **1 dl socker**

**Garnering:**

- **2 dl vispgrädde**
- **Florsocker**

Smält matfettet och häll i mjölken. Ljumma till 37 C.
Smula ner jästen i en degbunke.
Tillsätt salt, scker, degspad och ägg.
Blanda i mjöl efter hand och arbeta degen smidig och blank.

Låt den jäsa 30 min. i degbunken.

Ta upp degen på bakbordet och arbeta den ytterligare. Baka ut till runda bullar. Lägg dem på smorda plåtar eller bakplåtspapper. Jäs väl.

Pensla med uppvispat ägg. Grädda bullarna mitt i ugnen 8-10 min vid 250 C, varmluft 225 C. Låt bullarna kallna.

Skär av lock och gröp ur inkråmet. Fyll semlorna med någon av fyllningarna.

Fyllning 1: Lägg i en bit mandelmassa. Ev kan massan först röras mjuk och smidig med lite av grädden till garneringen.
Fyllning 2: Skålla, skala och mal mandeln. Häll den heta mjölken över inkråmet. Tillsätt mandeln och sockret. Fyllningen ska vara ganska lös.

Spritsa eller klicka vispad grädde på de fyllda bullarna. Lägg på locken.
Sikta över florsockret.

**Birthe Bech Rasmussen**
*Økonomiassistent*

ca. 24 stk

# Kanelsnegle

Smør og mælk varmes til smørret er smeltet og mælken er fingervarm. Gæren smuldres og opløses i den lune mælk. Sukker og salt tilsættes og der røres til sukker og salt er opløst. Kardemomme og mel tilsættes og dejen æltes smidig – hæver ca. 40 minutter.

Fyldet røres sammen.

Dejen rulles ud, fyldet fordeles og dejen rulles stramt sammen og skæres ud i ca. 24 snegle.

Den løse "snip" bøjes ind under sneglen og den bages med snippen nedad.

Efterhæver ca. 40 minutter.

Pensles med sammenpisket æg og bages ved 225 grader i 6 – 8 minutter.

Kan evt. pyntes med glasur.

***INGREDIENSER:***

- **5 dl. mælk**
- **100 gr. smør**
- **50 gr. gær**
- **1,5 dl. sukker**
- **½ tsk. salt**
- **2 tsk. kardemomme**
- **800 gr. hvedemel**

**Fyld:**

- **150 gr. smør**
- **2 dl. sukker**
- **2 spsk. kanel**

# FEDTEBRØD

ca. 50 stk

Bland mel og hjortetakssalt. Skær det kolde smør i mindre stykker og smuldr det i melet. Ælt kokosmel og sukker i og saml hurtigt dejen.

Tril dejen i 2 cm. tykke stænger i bradepandens længde. Læg dem på bagepapir med lidt plads imellem – der bliver 4 stænger. Tryk dem flade.

Bages øverst i en 200 grader varm ovn, til de er lysebrune – ca. 10 min.

Rør glasur sammen imens – den må ikke være for tynd.

Tag kagerne ud af ovnen og lad dem køle af i få minutter.

Smør et tykt lag glasur på stængerne, mens de stadig er varme og skær dem i skrå stykker med en skarp kniv.

Lægges på en rist til afkøling.

***INGREDIENSER:***

- **250 gr. mel**
- **½ tsk. hjortetakssalt**
- **250 gr. koldt smør**
- **125 gr. kokosmel**
- **125 gr. sukker**

**Glasur:**

- **200 gr. flormelis**
- **Mørk rom og lidt vand**

4 personer

# Jordskokkesuppe

## med ristet bacon

***INGREDIENSER:***

- **300 gr. jordskokker**
- **250 gr. kartofler**
- **200 gr. løg**
- **2 spsk. olivenolie**
- **8 dl. hønsebouillon**
- **1 tsk. friskrevet muskatnød**
- **2,5 dl. piskefløde eller cremefine**
- **2 spsk. friskpresset citronsaft**
- **Peber og groft salt**
- **200 gr. ristet bacon til pynt**

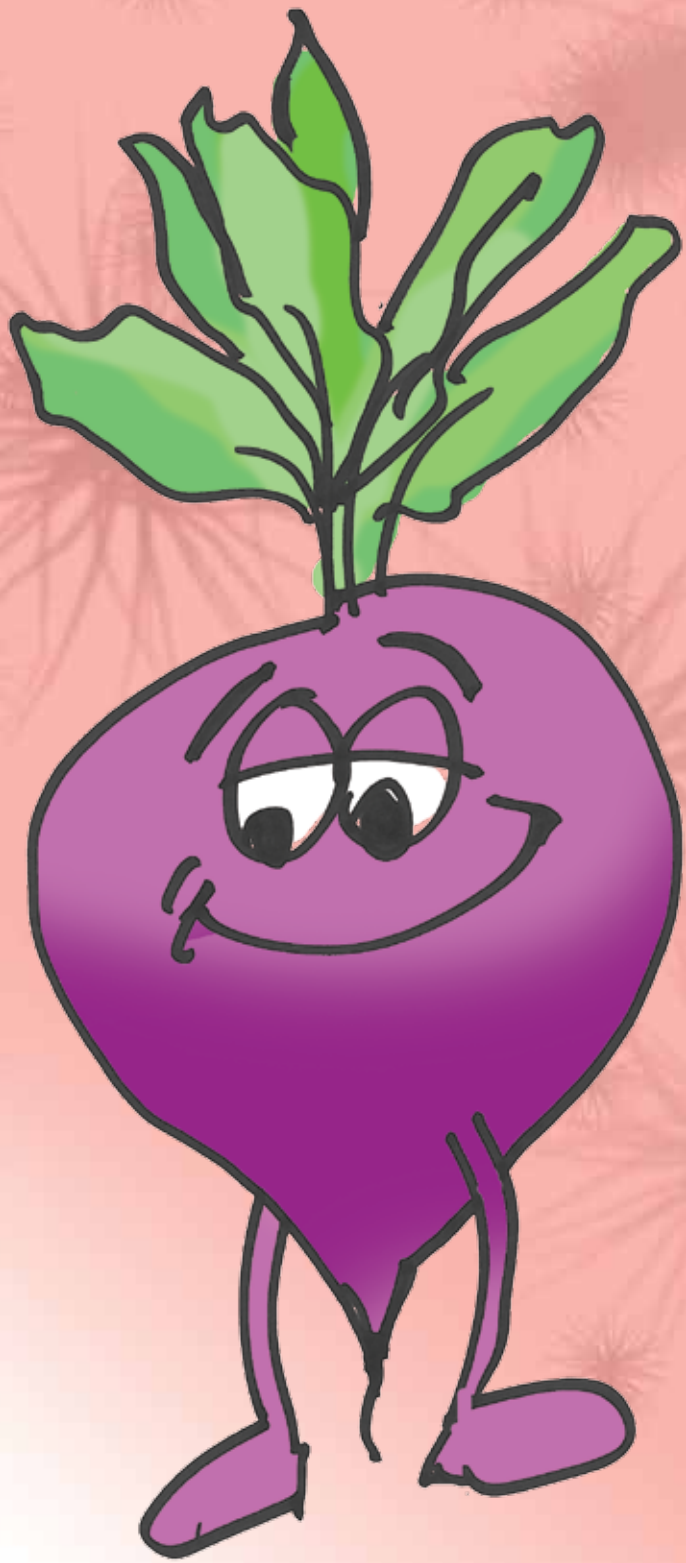
Skræl jordskokker og kartofler og skær dem i grove tern.

Pil løget og skær det i grove tern.

Rist grøntsagerne i olivenolien og tilsæt hønsebouillon.
Lad det simre i ca. 20 minutter og tilsæt fløde og muskatnød.
Lad det simre yderligere 10 minutter til alt er kogt.
Blend suppen og smag til med salt, peber og citronsaft.

Pynt med ristet bacon og server med hjemmebagt brød.

**Britt Reese**
*Salgschef*



# Madklubbens

# Spicy rodfrugts rösti

## med rejer og rosenkål

***Torsdagsmadklubben på arbejdet, er efterhånden en ren legeplads for mig. Jeg prøver at kokkerere nye retter, gerne med råvarer efter årstiden – alt sammen afprøves på kollegaerne. Denne gang har jeg mixet 3 opskrifter, samt ændret totalt i fyldet… Det bestod af følgende:***

***INGREDIENSER:***

- **Ca 10 kartofler eller 3-4 store bagekartofler**
- **4 gulerødder**
- **3 rødbeder**
- **3 æg**
- **1 frisk, rød chili, udkernet og finthakket**
- **1 tsk. spidskommen**
- **4 forårsløg, fintsnittet**
- **1 håndfuld frisk, finthakket persille**
- **Salt, friskkværnet peber**
- **75 g revet ost**

**Fyld:**

- **Ca 400 g rejer**
- **Ca 200 g rosenkål**
- **Timian**
- **2 dl madlavningsfløde**
- **Friskpresset citron**
- **Salt og peber**

Bland ingredienserne og vrid alt væsken ud af det, før æggene tilsættes.
Tag lidt olivenolie på en pande og fyld halvdelen af fyldet på.
Tryk det fladt og lad det stege i ca 12-15 min ved middel varme.
Vend "pandekagen" ud på et låg og steg den anden side 12-15 min.
Sættes på et fad, mens den anden "pandekage" laves på samme måde.

Rens rosenkålene, skær dem i halve og blancher dem på panden i lidt smør.
Når de har fået lidt farve, blandes de med rejerne og de andre ingredienser.

Enten kan det serveres med det samme, eller sættes i køleskabet.

Varm ovnen op til 200 grader og varm de 2 bunde i ca 10min.

Put fyldet på den ene bund, og brug den anden som låg.

Server med en let salat til, evt. med tomat, mozarella og avocado.

Velbekomme!

# Blomkålssuppe...

***Efter at have samlet en masse kantareller på Læsø, fandt jeg på denne ret, som oprindeligt var med rejer...***

***Jeg har afprøvet den på kollegaerne i madklubben på arbejdet, og efterfølgende på familien. ☺ Den er virkelig nem at tilberede. God fornøjelse.***

Tag ca. 100 g blomkål fra og riv eller hak det groft – gem det. Bring bouillonen i kog og tilsæt kartofler og resten af blomkålen. Bring det i kog og kog det ved jævn varme og under låg i ca. 10 min. – eller til grøntsagerne er møre. Blend suppen med fx en stavblender til suppen er jævn. Tilsæt fløde, salt og peber og bring suppen i kog under omrøring. Smag til.
Svits kantarellerne i smør, vend dild og det revne blomkål sammen i en lille skål.

Grøn olie: Blend olie, dild og salt sammen og smag til.

Server suppen sammen med blomkålsblandingen, kantarellerne tilsættes og der tegnes en ring med den grønne olie og evt. lidt ekstra dild.

Serveres med rugbrød.

*Den uundværlige kantarelkniv (som man i øvrigt altid glemmer at tage med, når turen går til Læsø i kantarelsæsonen).*

# med kantareller

*INGREDIENSER:*

- 1 blomkål i små buketter og stokken i tynde skiver (ca. 550 g)
- 2 store kartofler i mindre stykker (ca. 250 g)
- 1¼ liter hønsebouillon
- ¼ liter madlavningsfløde
- 1 tsk groft salt
- Friskkværnet peber
- Kantareller, ca 350 g
- 3 spsk grofthakkede friske dildkviste

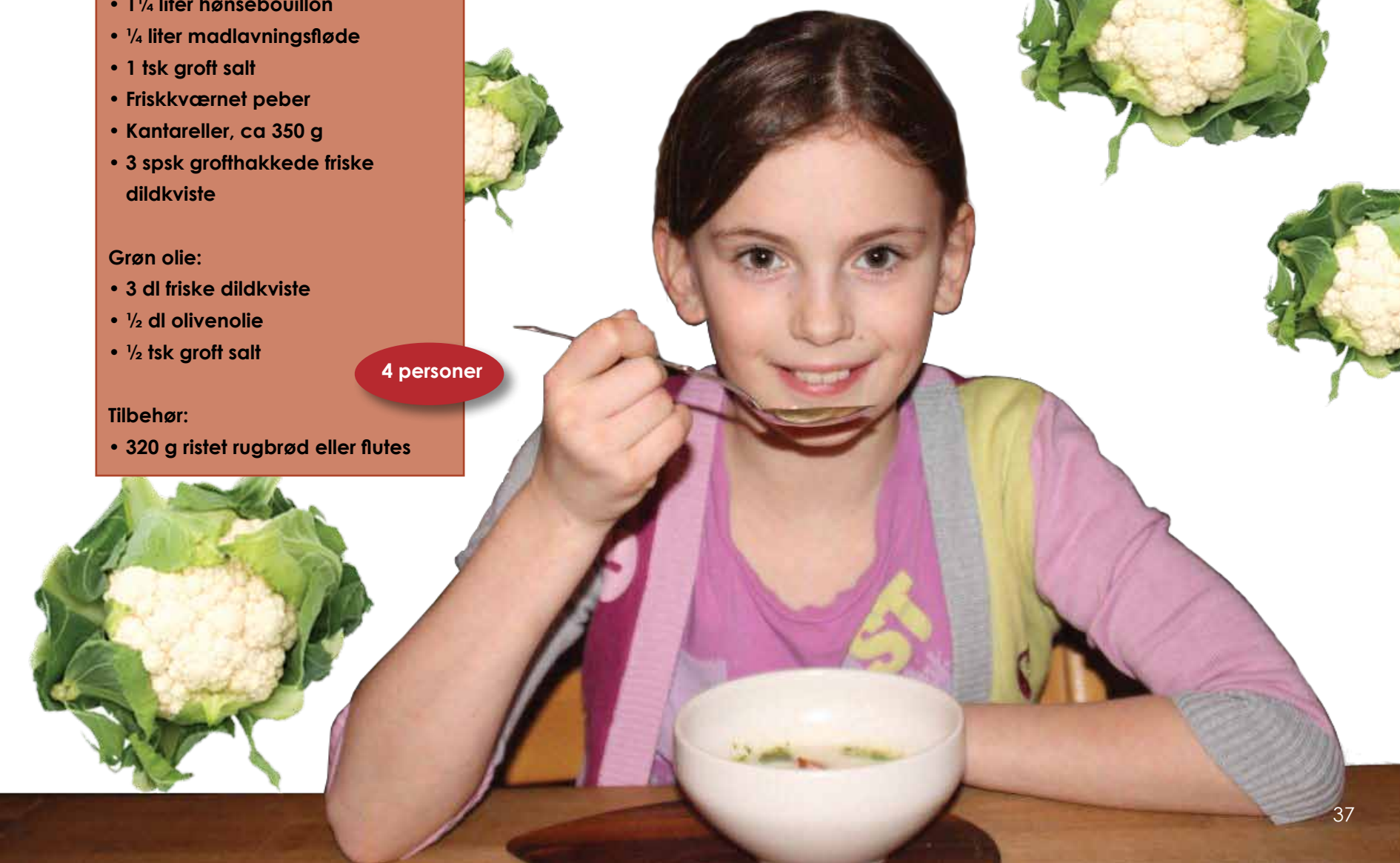
Grøn olie:

- 3 dl friske dildkviste
- ½ dl olivenolie
- ½ tsk groft salt

4 personer

Tilbehør:

- 320 g ristet rugbrød eller flutes



**Britta Olsen**
*Service- & bookingkonsulent*

ca. 36 stk.

# proteinbarer

## med tørret frugt og mørk chokolade

***INGREDIENSER:***

- **80 g mandler**
- **80 g valnødder**
- **80 g hørfrø**
- **80 g sesamfrø**
- **80 g solsikkefrø**
- **80 g græskarkerner**
- **40 g hakkede figner**
- **40 g tørrede tranebær**
- **50 g hakket mørk chokolade (kakaoindhold min 70%)**
- **5 æg**
- **3/4 dl rapsolie**
- **2 tsk. havsalt**

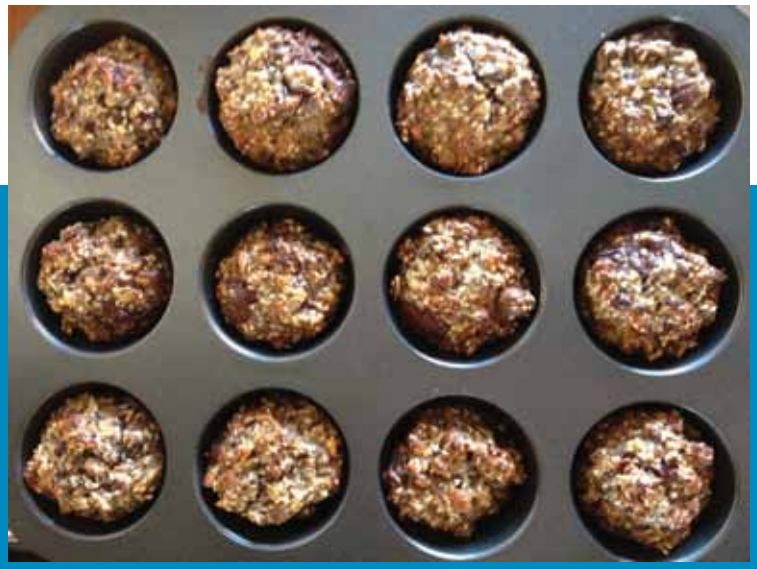
Blend mandler let groft, og bland sammen med de øvrige kerner og nødder.

Rør tørret frugt og chokolade i.

Tilsæt æggene et ad gangen, og rør godt mellem hver. Rør olie i sammen med salt.

Fordel dejen i smurte forme og bag dem i en 170 grader varm ovn i 10 minutter. Afkøl på rist...

Velbekomme!



**Christina Hjortshøj**
*Marketingassistent*

# MARKETINGS jordbær-/champagnebus

**INGREDIENSER:**

**Kagebunde**
- 8 æg
- 200 g flormelis
- 130 g hvedemel
- 130 g majsstivelse
- 2 tsk. bagepulver

**Champagnemousse**
- 4 pasteuriserede æg
- 250 g sukker
- 8 blade husblas
- ½ dl citronsaft el. limesaft
- 1½ dl mousserende vin

**Jordbærmousse**
- ½ liter fløde
- 300 g jordbær
- 1 spsk sukker
- 1 vaniljestang

***Marketings jordbær-/champagnebus blev lavet til Happydays' (tidligere) mest kageglade afdelings feriekagebord. Nogle af sukkerfigurerne er stadig at finde bag glas og i selskab med et stykke indtørret citronmåne på Wenzels museum. De andre er… spist?!!***

Del æggene i to skåle – blommer i en skål og hvider i en anden og pisk hviderne stive.
Pisk blommerne med flormelis, til massen bliver luftig.
Bland hvedemel, majsstivelse og bagepulver i den tredje skål og pisk det sammen med ægge-/sukkermassen.
Vend hviderne forsigtigt i, så dejen bliver let og luftig.
Del dejen i tre lige store portioner.

Læg et stykke bagepapir på en bageplade og fordel så dejen i et tyndt lag (ca. 1 cm), så det passer i størrelsen til din bus.

Forvarm ovnen til 225°C og bag bunden i ca. 10 minutter. Læg evt. stanniol over bunden, hvis den begynder at blive mørk.
Lad bunden køle af før bagepapiret fjernes.
Bag de sidste to bunde på samme måde.

***Champagnemousse***
Pisk æg og sukker let og luftigt.
Blød husblassen op i vand.
Lun lime- eller citronsaft og smelt husblassen heri. Rør lime og champagne i æggeblandingen.

***Jordbærmousse***
Pisk fløden helt stiv og tilsæt sukker.
Skrab kornene ud af vaniljestangen og rør dem i fløden. Mos jordbærene og lad den overskydende væske dryppe fra.
Vend jordbærene i fløden.
Sæt begge mousser på køl i et par timer.

***Dekoration***
Som "lak" på bussen skal der bruges 500 g fondant (evt. indfarvet). Husk også fondant til dekoration (vinduer, hjul, kofanger, lygter osv.).

***Kagen samles***
Læg bundene sammen med jordbærmousse i et lag og champagnemousse i det andet lag og skær så kagen ud i den størrelse, din bus skal have.
Dæk kagen med et tyndt lag neutral fromage.
Rul fondanten ud i et tyndt lag (1-2 mm) på et stykke bagepapir. Læg den udrullede fondant over kagen og glat den, så det passer til bussens form.
Sæt kagen på køl, mens du forbereder de enkelte dele til dekoration. Ellers bliver den for blød at arbejde med.
De løse dele limes fast med tyloselim, hvis de ikke klistrer fast af sig selv.
Passagerer til bussen kan laves af fondant.
Den færdige bus pakkes ind i husholdningsfilm og sættes på køl indtil servering.

God fornøjelse!

# Christina er lidt af en kagenørd

***Hun har bl.a. bagt et kamera til vores lille husfotograf Nils' svendegilde! Champagnebuskagen var inspireret af projektet af samme navn (læs om den på s. 151). Den blev serveret i september 2012 til en tilbagevendende, populær happening i huset: Marketings store undskyld-vi-æder-så-meget-af-jeres-andres-kage-kagebord. Ombord på bussen var alle kollegaerne i Marketingafdelingen – hver og en modelleret i fondant med umiskendelige personlighedstræk og lige til at spise.***

***Historien om de varme hveder***
***…er en af dem, vi fortalte på Happydays' facebook i 2013, og det gør vi nok hver gang st. bededag nærmer sig fremover! For den virale udbredelse af den lille interne, opskriftudveksling og snak om traditioner mellem kollegaer medførte også meget fin fokus på Happydays' storytelling i verden omkring os – foruden at vi åd mange, dejlige hveder på kontoret i de dage!***

# VARME HVEDER

***INGREDIENSER:***

- **2 dl sødmælk**
- **2 dl vand**
- **100 g smør**
- **100 g gær**
- **1 tsk sukker**
- **2 æg**
- **4 tsk kardemomme**
- **1 kg mel**

**18 stk.**

Du kan få alt at vide om traditionen bag hvederne! Tjek Happydays' blog på www.happydays.nu

Mælk og vand blandes og varmes. Smørret smeltes og hældes i.

Blandingen køles ned til lillefingertemperatur og gæren røres ud heri. Sukker, æg og kardemomme røres i, og melet tilsættes lidt efter lidt.

Dejen æltes godt igennem og stilles til hævning et lunt sted i en halv time.

Efter hævning æltes dejen og deles op i 18 stykker, som formes til boller og sættes på en bageplade med ca. 1 cm mellemrum. Herefter skal bollerne efterhæve under et viskestykke i 20 minutter.

Bollerne pensles med vand eller mælk og bages i 15-20 minutter ved 200 grader.

# GRILLTILBEHØR

***Det skal være nemt og hurtigt at lave tilbehør til bøfferne, hvis det pludselig bliver grillvejr. Her er et par bud på tilbehør, som ikke kræver ret meget forberedelsestid.***

**4 personer**

***Sød og salt salat***

Skær bacon ud i stykker og steg dem sprøde. Hænd det meste af fedtet væk og vend mandlerne på den varme pande Bland!

***INGREDIENSER:***

- **Noget salat**
- **En pakke bacon i skiver**
- **En håndfuld mandler**
- **En håndfuld tørrede tranebær**

***Melonsalat***

Skær det hele ud i store tern og bland!

***INGREDIENSER:***

- **En halv vandmelon**
- **En halv galiamelon**
- **En halv honningmelon**
- **En halv pakke fetae**

***Små grillkartofler***

Vask kartoflerne og læg dem i en bakke. Læg en lille klat smør og en teskefuld flødeost på hver kartoffel. Drys let med salt. Riv skallen fra en hel citron over kartoflerne. Pynt med dild. Sæt på grillen ved indirekte varme i cirka en halv time.

***INGREDIENSER:***

- **Små, nye kartofler**
- **Smør**
- **En pakke flødeost med urter**
- **En citron**
- **Noget dild**
- **Salttranebær**

4 personer

# FUGLEKØD I RØD PESTO

***Kyllingeret – det' nemt og det smager godt!***

***INGREDIENSER:***

- **300-400 g kyllingefileter**
- **1 pakke bacon**
- **2 porrer**
- **2 store snackpebre**
- **4 gulerødder**
- **1 glas rød pesto**
- **½ liter fløde**

Skær bacon i tern og brun dem på panden.
Tag de stegte bacontern af panden og læg dem på fedtsugende papir.
Skær kyllingefileter i store tern og steg dem i baconfedtet.
Hak grønsagerne groft og bland dem med de stegte bacon- og kyllingetern i et fad.
Fordel pestoen i store klatter oven på kød og grønsager.
Hæld fløden i fadet.

Sæt fadet i ovnen i 25-30 min. ved 200 grader.

Server med pasta, ris eller kartoffelbåde.

**Ditte Maria Nielsen**
*Salgsassistent*

4 personer

# KYLLING

## PÅ PORRE OG BACONBUND

***INGREDIENSER:***

- **4 stk. kyllingebryst (eller inderfilet)**
- **1 stor porre**
- **2 dl madlavnings-fløde**
- **En pakke bacon**
- **1 dl hvidvin**
- **Salt, peber**
- **Lidt revet ost**

Rens porren og skær den i tynde skiver. Svits bacon på en tør pande. Tilsæt derefter porre og svits begge dele et par minutter. Tilsæt vin og fløde og kog blandingen sammen et par minutter. Smag til med salt og friskkværnet peber. Kom blandingen i bunden af et smurt ovnfast fad. Brun kyllingefileterne på begge sider og krydr dem med salt og friskkværnet peber. Læg dem ovenpå porre-/baconblandingen.

Drys med revet ost og sæt fadet i en 220 grader varm ovn i 25 minutter. Vent evt. med osten til der ca. er ti min tilbage.
Server med løse ris og grønsager.

## -og til kaffen...

# LÆKKER KANELKAGE

20 personer

***INGREDIENSER:***

- **200 g margarine**
- **600 g sukker**
- **8 dl kærnemælk**
- **600 g mel**
- **3 tsk. natron**
- **6 tsk. kanel**

**Glasur:**

- **75 g margarine**
- **400 g flormelis**
- **3 tsk. vaniliesukker**
- **6 spsk. kaffe færdiglavet**
- **2 tsk. kakao**

Smeltet margarine røres grundigt sammen med sukkeret, brug af håndmikser anbefales. Derefter hældes kærnemælken i lidt efter lidt.

Hvedemel, kanel og natron sigtes derefter i lidt ad gangen under omrøring. Det anbefales, at man sigter melet da dejen så ikke laver melklumper.

Når man så har rørt det hele godt og grundigt sammen hældes det i en stor bradepande.

Bages ved 200 grader i alm. ovn/185 grader i varmluftsovn i ca. 30 minutter.

Glasur: Smelt margarine og tilsæt resten. Smør derefter på den afkølede kage.

**Flemming B. Vilhelmsen**
*Regionschef Danmark*

4 personer

# Italiensk Torskegryde

***Retten er nem at lave og kan laves i god tid, således den blot skal varmes ved spisetid.***

Løg og hvidløg hakkes og svitses i olie på en pande til de er gyldne. Herefter tilsættes bouillon, tomater, tomatpurè, hvidvin og basilikum. Koges sammen på panden og småsimrer 5 minutter. Torskefilet krydres med salt og peber og steges i lidt olivenolie på panden.
Saucen hældes i et fad og torsk anrettes på toppen.

Serveres med enten kogte ris eller frisk kogt pasta.
Som tilbehør er min egen favorit salte chips og et glas rosè eller hvidvin.

Variation: Torskefilet kan dampes og fisk og sauce serveres på hvert sit fad.

***INGREDIENSER:***

- **1 stort løg**
- **3 fed hvidløg**
- **2 spsk. olivenolie**
- **1 grøntsagsbouillon-terning**
- **1 ds. flåede tomater hele eller hakkede**
- **3 spsk. hvidvin**
- **1 spsk. italiensk tomatpurè**
- **1 spsk. basilikum**
- **Salt og peber**

- **500 gr. torskefilet**

# ÆBLEKAGE

***INGREDIENSER:***

- **200 gram smør**
- **200 gram sukker**
- **150 gram mel**
- **50 gram havregryn**
- **Hakkede nødder**
- **Æbler**

Smør, sukker, mel og havregryn røres sammen.
Æbler skrælles og kernehuset fjernes, hvorefter æblerne skæres i passende stykker og fordeles jævnt i et ovnfast fad/ tærteform.
Herefter smuldres dejen henover æblerne og fadet sættes i en forvarmet ovn på 200 grader i ca. 35 minutter.

Kan serveres lun med enten creme fraiche eller flødeskum.

Variationer: Drys lidt kanel over æblerne inden dejen smuldres – smager god hvis man kan li´det.

Prøv også at lave den med rabarber i stedet for æbler.

# SOLBÆRROM

***INGREDIENSER:***

- **225 gram solbær**
- **225 gram sukker**
- **¼ liter 80% Stroh rom**
- **Vand**

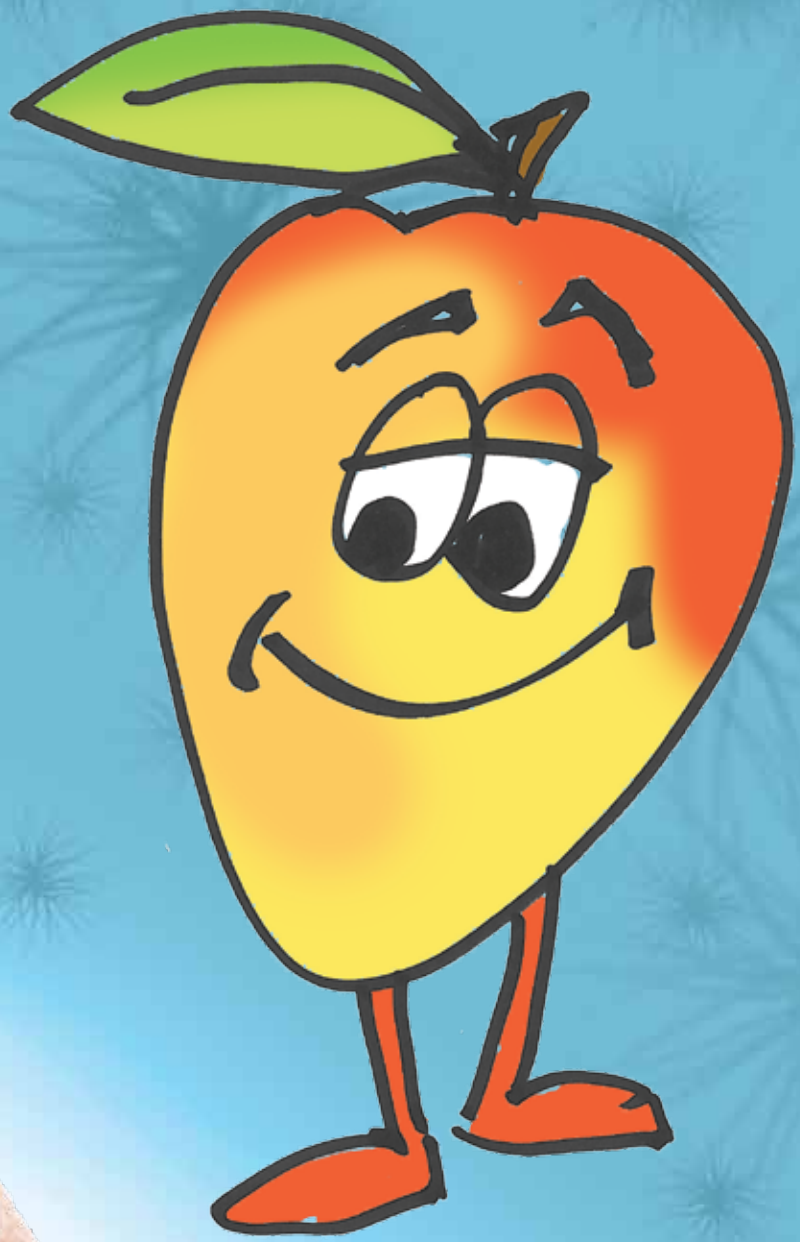
**Sådan gør du:**
Fyld solbær, sukker og rom i en 1/1 liters flaske, gerne med patentprop. Fyld op med vand.
Stil flaske mørkt og lidt køligt i ca. 4 uger. Vend flaske og ryst den lidt ca. 1 gang ugenligt.

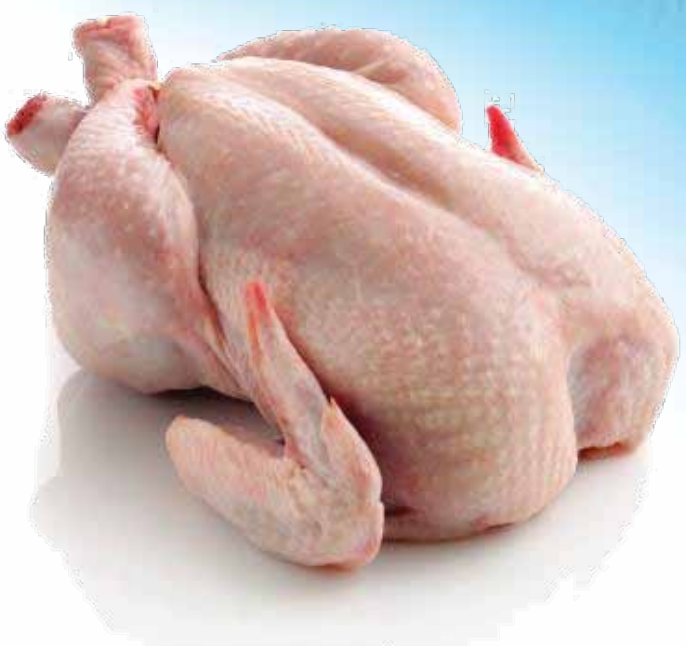
Si indholdet og hæld det på karaffel eller flaske.



Solbær kan opbevares på køl og er meget fine til en hjemmelavet is eller til brug i en kage.☺

**Helena Thidé**
*Svensk tekstforfatter*





# MANGO KYCKLING

6 portioner

***INGREDIENSER:***

- **5-6 kycklingfiléer**
- **2 dl vatten**
- **1 ½ st hönsbuljongtärning**
- **1 ½ msk soya**
- **1 ½ - 2 tsk sambal oelek**
- **1 stor purjolök**
- **1 storröd paprika**
- **3 dl creme fraiche**
- **3 msk mango-chutney**
- **1-2 st mangofrukter**

**Så gör du:**

Dela kycklingfiléerna i mindre bitar. Bryn dem i lite olja. Flytta över i en gryta.

Tillsätt vatten, buljongtärning, soya och sambal oelek. Koka under lock i 15 minuter.

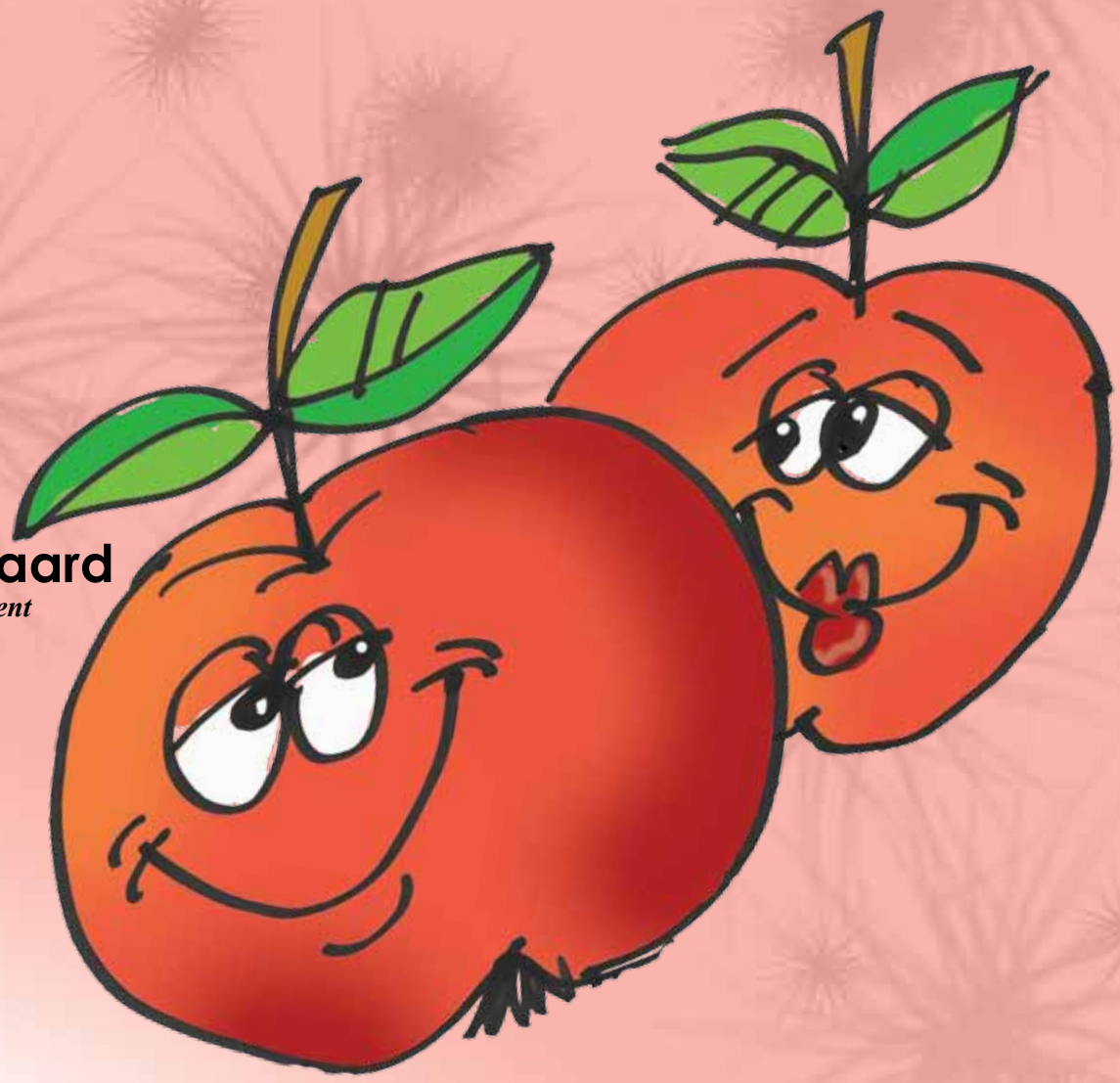
Skölj och grovstrimla purjolöken, hacka paprikan och rör ned i grytan. Tillsätt creme fraiche och mango-chutney. Koka i ytterligare 5 minuter.

Skala mangon och skär den i bitar. Rör ned i grytan.

Servera med kokt ris.

Porrer pynter
– i mangel af bedre!

**Helle Krœmer Aagaard**
*Gruppeleder, Service- & bookingkonsulent*



# Helles daimkage

Æg og sukker piskes hvidt og resten røres i – kommes i en stor bradepande.
Bages ved 190 grader midt i ovnen i ca. 20 min.
Glasuren blandes og smøres på kagen når den er kold.
4 daim hakkes og kommes på kagen.

***INGREDIENSER:***

- **5 æg**
- **380 gr. sukker**
- **3 spsk. kakao**
- **300 gr. smeltet margarine/smør**
- **4 dl. mælk**
- **4 tsk. vanillesukker**
- **4 tsk. bagepulver**
- **500 gr. mel**

**Glasur**

- **450 gr. flormelis**
- **6 spsk. varm kaffe**
- **3 tsk. vanillesukker**
- **9 spsk. smeltet smør**

# Helles Fiberboller

***INGREDIENSER:***

- **5 dl. lunkent vand**
- **50 gr. gær**
- **1 æg**
- **2 tsk. honning**
- **2 tsk. salt**
- **½ dl. olie**
- **5 dl. Fiberbag**
- **Ca. 14 dl. mel / ca. 800 gr.**
- **4-5 fintrevne gulerødder**

Gæren opløses I vandet.

Resten af ingredienserne blandes i.

Melet røres i og dejen æltes til den slipper.

Dejen hæver i 45 min.
Formes til 18 stk.
– efterhæver i 30 min.

Pensles med vand og bages ca. 20. min. v/200 grader.

4 personer

# Nem æblekage

**NEM ÆBLEKAGE**

En hurtig og billig kage, der kan spises lun som dessertkage med flødeskum eller creme fraiche, men den er også god kold, f. eks. til kaffe.

***2 æg, 150 g sukker, 75 g mel. 2-3 syrlige æbler, kanel, sukker, smørklatter.***

Pisk æg og sukker hvidt og skummende, vend melet i dejen og fordel den i en velsmurt, rund form. Vask, udkern og skær æblerne i tynde snitter, der lægges taglagt over dejen.

ALT 13

*Nem og god æblekage, der kan spises lun som dessertkage eller kold som kaffekage.*

Drys kanel og sukker over og læg tynde smørskiver tæt på hele kagen. Bag den i ovnen ved 200° i godt og vel en halv time, til den er gylden og gennembagt.

***Nogle gange er den bedste opskrift man har – bare en man har klippet ud af et blad for mange år siden. Sådan en opskrift er denne nemme æblekage som jeg har lavet et hav af gange...***

***INGREDIENSER:***

- **2 æg**
- **150 g sukker**
- **75 g mel**
- **2-3 syrlige æbler**
- **Kanel**
- **Sukker**
- **Smørklatter**

Pisk æg og sukker hvidt og skummende.
Vend melet i æggemassen og fordel dejen i en velsmurt rund form.
Vask, udkern og skær æblerne i tynde snitter og læg dem oven på dejen i formen.
Drys kanel og sukker over kagen og dæk den med tynde smørskiver.
Bag kagen ved 200 grader i cirka 30 minutter.

**Helle Rasch**
*Salgsassistent*

# Oksemørbrad med rødvinssovs

4 personer

Drys bøfferne med salt og peber og brun dem hurtigt i en varm pande. Læg dem over i et ildfast fad og lad dem afkøle.

Rør ost, nødder og creme fraiche sammen.

Løget hakkes fint og koges sammen med vin, vand, kalvefond, tomatpure og peber i ca 5 minutter. Tilsæt maizena udrørt i lidt vand.
Alt dette kan forberedes i god tid.

Sæt ovnen på 225 gr. Bred ostblandingen over bøfferne. Steg dem i midten af ovnen ca. 10 minutter (medium).

Varm sovsen og rør smøret i.

Server med salat og kartoffelbåde.

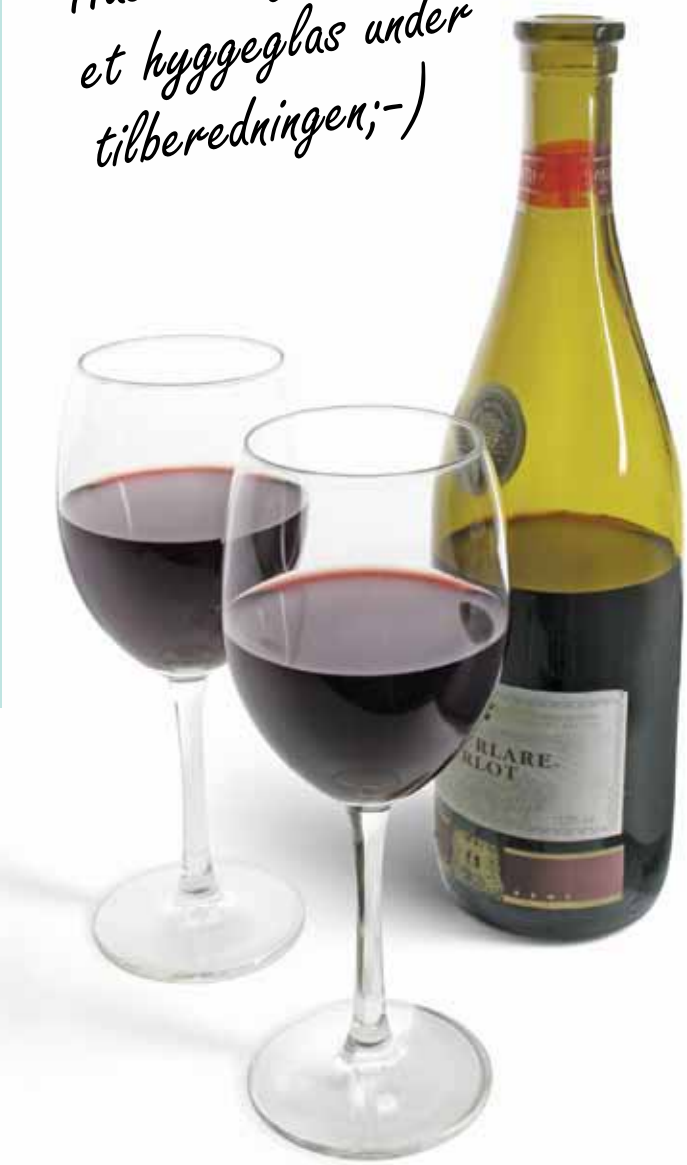
***INGREDIENSER:***

- **4 skiver oksemørbrad (ca 600 gr)**
- **Salt**
- **Peber**
- **smør**
- **1½ dl groftrevet lagret ost**
- **½ dl grofthakkede valnødder**
- **½ dl creme fraiche**

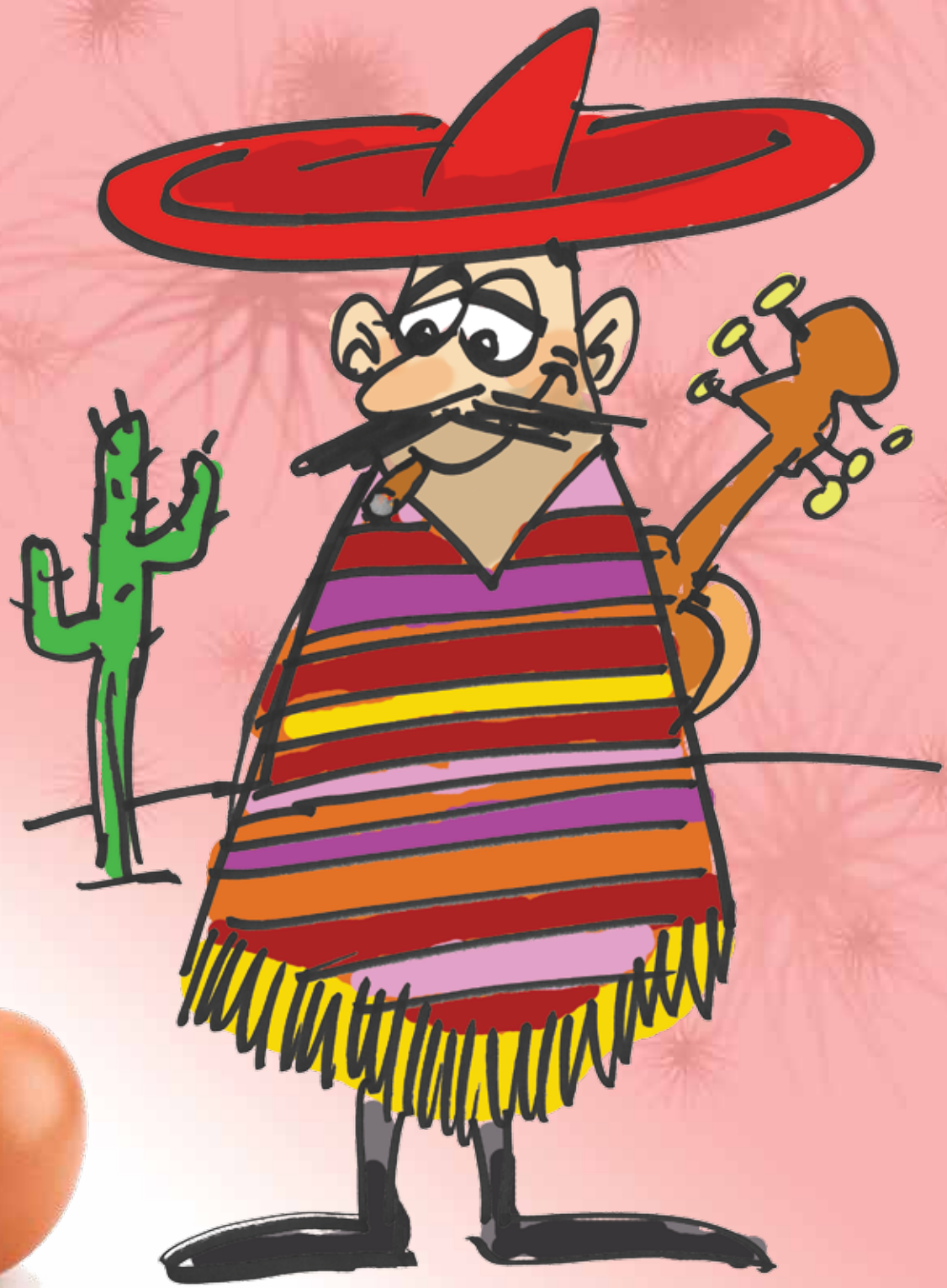
**Rødvinssovs:**

- **1 skalotteløg**
- **2 dl rødvin**
- **½ dl vand**
- **2 spsk koncentreret kalvefond**
- **½ spsk tomatpure**
- **Hvid peber**
- **½ spsk maizena**
- **50 gr smør**

*Husk at nyde et hyggeglas under tilberedningen;-)*



**Inger Hess Ekmann**
*AD'er og grafusker*



# Mexicaner Æg

4 personer

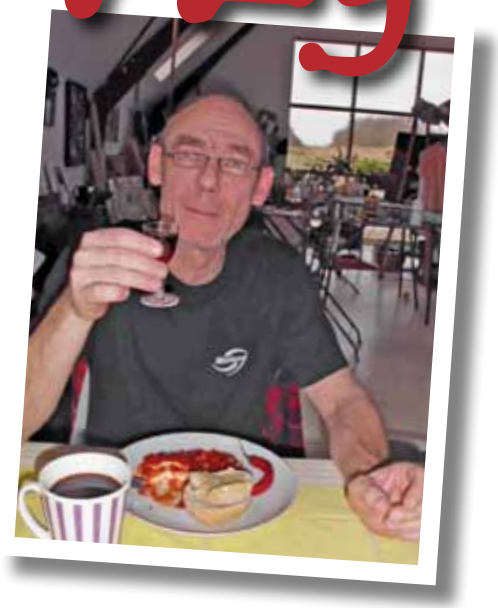
*Denne opskrift er jeg vokset op med. Det var søndags-hygge-morgenmad da jeg var barn, men blev også flittigt brugt som tømmermænd-morgenmad, da den kan blive rimelig stærk. (Sveden løb ned af panden på min far når han spiste, – til gengæld var han fuldkommen frisk igen bagefter).*

*Opskriften stammer oprindeligt fra en lille kogebog der hedder "Chi-yun's kogebog" fra 1958. (Chi-Yun Fei Eskelund kom fra Kina og var gift med journalist og rejsebogsforfatter Karl Eskelund – der skrev bogen "Min kone spiser med pinde". De fik iøvrigt datteren Mei-Mei Eskelund, der blev fotomodel og endda flere gange var i det amerikanske Playboy Magazine. Det er også hende, Louis Miehe-Renard falder for i den sidste Soldaterkammerater-film... men nu er vi vist kommet for langt omkring...).*

*Min opskrift er lidt anderledes end den oprindeligt var i bogen… den er blevet tilpasset – først af min far – og siden af mig og Per. Retten er iøvrigt gået videre som forbyggelse mod tømmermænd til tredje generation…*

***INGREDIENSER:***

- **1 kop hakkede løg**
- **1 kop bouillon (fra terning)**
- **1 kop ketchup (En ordentlig ketchup... ikke "pølsemandens")**
- **Tørret chili (kan evt. erstattes med Sambal Oelek)**
- **4 – 6 æg**
- **1 klat smør**



Rist forsigtig chilien (så meget chili du kan holde ud – det skal være en meget stærk ret) i det afbrusede smør I ca. 2 min. (må endelig ikke blive branket).
Tilsæt løgene og rist dem "blanke" (må ikke blive brune). Tilsæt ketchup og dernæst bouillion – og lad simre et par minuter. Slå æggene ud i sovsen og læg låg på til æggene er "hårdkogte".

Spises med rundstykker (med tandsmør i dagens anledning), kaffe og en lille boonekamp... så er søndagen klar til at blive indtaget. ☺

# Oldemors Vaniliekranse

***Uhhhmmm... Oldemors vaniliekranse...***
***HVER JUL!!!***

Vaniljestangen skrabes og mandlerne smuttes og hakkes. Bland hvedemel og hjortetaksalt sammen Skær smørret i mindre stykker og smuldr det i melet. Tilsæt vanilje, mandler og sukker. Saml dejen med ægget.

Læg dejen tildækket og koldt mindst et par timer. Lad dejen gå gennem køkkenmaskinens kagestjerne, skær stængerne i ca. 10 cm lange stykker og form dem til kranse.

Bages 8-10 min. ved 180 grader... uuuhhhhmmm ;-)

***INGREDIENSER:***

- **500 gr mel**
- **1 tsk hjortetaksalt**
- **375 gr smør (KUN SMØR!)**
- **250 gr melis**
- **100-125 gr mandler**
- **1 æg**
- **1 stang vanilje**

# BJÆSK...

***Når man bor i Vendsyssel er det en stor fornøjelse at tage ud i naturen og samle urter og rødder til sin egen bjæsk. I de sidste mange år har vi samlet til essens hver sommer (vi har essens tilbage fra 1998, den bliver bare bedre og bedre). Her er et lille "udtræk" af tre af de rigtig go'e... For alle tre gælder det, at de filtreres igennem et kaffefilter, og det færdige produkt er en essens, der skal fortyndes. Disse tre passer desuden rigtigt godt sammen i en blandingsbjæsk. SKÅL!***

Blodrod kendes på den gule blomst med 4 kronblade... kun 4...

Det er nemmest om sommeren, for så kan man se blomsterne, men roden kan graves op året rundt...

Det værste jord renses af. Det er et stort arbejde at få al jorden af; brug en lille urtekniv og rindende vand.

Roden skæres i små stykker... Under processen begynder de så småt at blive røde.

Lægges i et syltetøjsglas, overhældes med vodka og trækker i ca. en mdr. Blandingsforhold ca. 1:10.

## BLODROD

**Tormentil - Potentilla erecta.**
**Modvirker røde hunde, hals-, tandkøds- og mundbetændelse.**

## PERIKON

**Hypericum perforatum.**
**Modvirker alle slags maveonder, gigt, brysthoste, epilepsi, feber og bylder.**

Plukkes i juli-august. De gule blomster nippes af...

...og lægges i et syltetøjsglas. Overhældes med vodka og trækker i ca. 10 døgn. Blandingsforhold ca. 1:5.

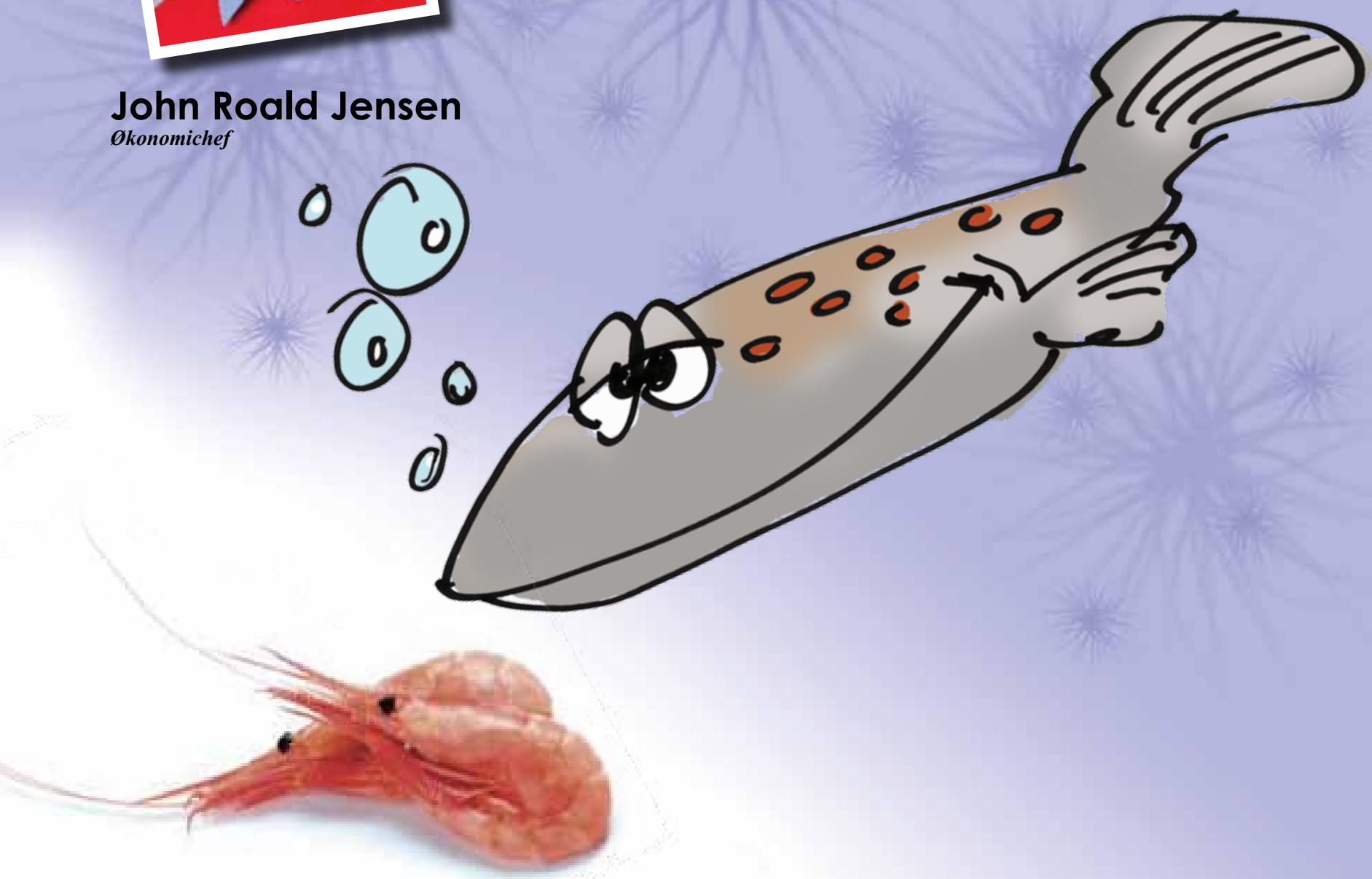
## PORSE

**Myrica gale.**
**Smertestillende og bedøvende.**
**Modvirker fnat, skurv og lopper.**

Porsen dufter meget karakteristisk, så når man først har fundet det én gang, er man aldrig i tvivl mere. Plukkes i maj-juni, glasset fyldes med 1/3 blade og overhældes med vodka og trækker i ca. 14. dage. Blandingsforhold ca. 1:10.

En hurtig bjæsk kan nydes på høstdagen, hvis den plukkes i maj og de stadig er lysegrønne. En lille håndfuld til en halv flaske trækker 4-5 timer... og så er den klar.

**John Roald Jensen**
*Økonomichef*



4 personer

# Fisk i god sauce

***INGREDIENSER:***

**Fisk:**

- **500 g fiskefileter**
- **½ tsk. salt**
- **½ tsk. peber**
- **Smør eller margarine**

**Sauce:**

- **1 ds. champignon ca. 100 g**
- **Smør eller margarine**
- **2 spsk. hvedemel**
- **Lage fra svampe + fiske-bouillon**
- **1 dl fløde**
- **Salt + peber**
- **100 g rejer**
- **Dild**

**Sådan gør man:**

Fisken skæres i stykker og lægges i et smurt ildfast fad. Drys med salt og peber. Dæk med folie og sæt det i ovnen ved 200 grader ca. 25 min. til den er hvid og fast.
Svampene svitses i fedtstof, melet drysses over, og der bages op med lage og fiskebouillon.
Der spædes til med fløde og saucen koges i ca. 5 min.

Saucen smages til og hældes over fisken.
Der pyntes med dild og rejer.
Serveres med ris og/eller flutes.

# Softice med daim

Daimen brækkes/skæres i småstykker.
Lad isen stå ude til den er ved at være blød. Herefter røres daimen i.
Det er nu en helt fantastisk lækker softice med daim, som ikke behøver yderligere tilbehør.
Men hvis man ønsker at pynte det lidt, kan der sagtens serveres noget af følgende:
Flødeskum, chokoladesauce, frugt osv. Kun fantasien sætter grænsen.

***INGREDIENSER:***

- **2 liter is**
- **4 pakker daim**

**Jonas Christensen**
*Mediegrafikerelev*

# KINESISKE FRIKADELLER

Lav alm. frikadeller af 500 g. flæskefars.
Kog panden af for hver portion og hæld det i gryden (beskrives nedenfor).
Gem frikadellerne til senere.

Lad de hakkede tomater, bouillon, tomatpuré, citronskal, fløde, løg, salt/peber og soya sauce koge til løgene er møre.
Skal evt. jævnes med maizena.
Tilpas saucen, så der er nok til at dække frikadellerne – evt. med vand, mælk el. fløde. Frikadellerne kommes i saucen og varmes op heri.
Retten skal være orange.
Server ris, salat og flutes til.

***INGREDIENSER:***

- **500 g. flæskefars til deller**

**Sovsen:**

- **1 ds. hakkede tomater m. hvidløg.**
- **3 dl. bouillon.**
- **1 ds. tomatpuré.**
- **Revet skal af én citron.**
- **Salt/peber.**
- **Ca. ½ l. fløde**
- **3-4 løg i strimler eller så mange som man bryder sig om.**
- **Lidt soya sauce.**

Til forret kunne man jo nappe en

# REJEBOWLE

***INGREDIENSER:***

- **2 dl. fløde**
- **2 tsk. fransk sennep**
- **½ -1 tsk. sukker**
- **½ tsk. salt**
- **200 g. mayonnaise**
- **Saft af 1-2 citroner (smag til)**
- **2-3 spsk. ren tomatpuré**
- **En masse hakket dild**
- **Ca. 200 g. pillede rejer**

Fløden røres med sennep, sukker og salt, hvorpå den lidt efter lidt røres i mayonnaisen (bedst med et piskeris). Citronerne presses, og i en vældig fart røres saften i fløde-blandingen (hurtigt for at den ikke skal skille). Tomatpuré, dild og rejer kommes i, og skålen sættes i en noget større skål med mange små isterninger i – altså i isbad.

Der portionsanrettes i små skåle, eller i stor skål, og der hører kun citronryttere, hvidvin og rigeligt med flutes til denne ret.

**Jørgen Jacobsen**
*Indkøber Italien og Frankrig*

4 personer

# Fegato alla veneziana
## – Venetiansk lever

**INGREDIENSER:**

- 600 g kalvelever
- 3 store løg
- 4 spsk. olivenolie
- 60 g smør
- Citronbåde
- Masser af hakket persille

***I skandinaven vil vi nok savne enten kartofler eller ris til denne ret, men italienerne har sandsynligvis allerede spist en risotto eller pastaret inden, så denne ret serveres uden yderligere tilbehør!***

Skær løgene i halve og siden i tynde skiver. Skær kalveleveren i tynde skiver. Skyld og hak persillen groft. Opvarm olivenolien og halvdelen af smørret i en stor pande og kom løgene i. Lad dem simre ved lav varme i ca. 20-30 min. til de er gyldne og meget bløde. Rør rundt nu og da. Smag til med salt og peber og kom løgene i en skål.

Smelt resten af smørret i panden, skru op og steg kalveskiverne hurtigt brune på begge sider. Skiverne må ikke blive sprøde i kanterne! Hæld løgene tilbage i panden og giv de 1-2 minutter til, eller til leveren er tilpas stegt. Tag panden af varmen, rør persille i og smag evt. til med yderligere salt og peber.

Server nu retten med citronbåde.

**BUON APPETITO!**

4 personer

# RADICCHIO-RISOTTO

Skær radicchio-hovedet i strimler, pil rødløget, pil og knus hvidløget.
Kog bouillonen op.
Opvarm olivenolien og smør i en stor tykbundet gryde. Sautér løg og hvidløg bløde men IKKE brune. Tilsæt risene og skru ned til lavere varme, men så grydens indhold fortsat kan småkoge. Kom evt. salt og peber ved efter smag (OBS: din bouillon kan i sig selv være ganske salt, så måske skal salt udelades!).
Rør godt rundt, så alle riskorn bliver "smurt ind" i fedtstoffet.

Kom nu halvdelen af den strimlede radicchio i gryden og vend den rundt med risene til den "falder sammen" efter ganske kort tid.

Hæld halvdelen af bouillonen ved og lad det simre til væsken er optaget.

Rør fortsat bouillon (1-2 skeer ad gangen) i under omrøring. Når risene har optaget væsken, røres lidt mere ved, indtil risene er færdige efter ca. 18 minutter. Risene er nu al dente (de har bid!), og du skal sørge for at retten er let og smidig, ellers tilføres yderligere bouillon!
Det er ikke sikkert du får brugt al bouillonen – det kan også tænkes, at der skal mere til!
Tag gryden af kogepladen og rør resten af radicchio'en i sammen med parmesanen, og retten er klar til servering evt. drysset med yderligere parmesan.

**BUON APPETITO!**

***INGREDIENSER:***

- **375 g risottoris**
- **ca. 1 l grøntsags- eller hønsebouillon**
- **1 mellemstort radicchio-hoved**
- **1 finthakket rødløg**
- **1-2 knust fed hvidløg**
- **4 spsk. olivenolie**
- **2 spsk. smør**
- **50 g revet parmesan**

At risotto er en italiensk klassiker fik vi øjnene op for på vores studietur til Norditalien i 2012. Her blev vi guidet grundigt igennem egnsspecialiteter fra olivenolie til Amarone – og risotto. Hver dag og flere gange om dagen! På næste side er selskabet skudt under en af de talløse portioner: Denne blev serveret efter turens sidste vinsmagning i Valpolicella – og den var naturligvis smagt til med Amarone.

***TIPS!***
***"Risotto-eksperter" mener, at risotto bliver bedst, når man bruger en grydeske af træ til at røre med!***

**Karin Wenzel**
*Marketingchef*

# Canadian Caesars Salad

***I 1997 var jeg så heldig at bo og arbejde i Vancouver, Canada – og her mødte jeg første gang den berømte Caesars Salad. Da jeg flyttede hjem til Danmark, kunne man hverken opdrive romainesalat eller ordentlige ansjoser (i Nordjylland…) – så jeg måtte købe et nedlagt landbrug og begynde at dyrke min romainesalat selv. Det tog mig måååååneder at finde de gode ansjoser – dem i olivenolie. Der fandtes nogle rædselsfulde dåsetingester i noget ubestemmeligt, vandigt lage, som ødelagde mine første forsøg på at lave Caecars Salad. Men endelig – i sommeren '98 – kunne jeg høste den første romainesalat i køkkenhaven på Kærgården og lave en dressing af mine specialimporterede, sindssygt dyre ansjoser. Kort tid efter blev Caesars Salad en landeplage, og den lokale Føtex begyndte at sprøjte tilbud ud på ansjoser i olie og friske, sprøde romaninesalathoveder…***

Romainesalaten skylles, tørres og rives i mundrette bidder i en meget stor skål.
Parmesanosten rives på den grove side af rivejernet eller høvles i flager.
Brødet skæres i terninger og ristes i olivenolie, salt, peber og lidt cayenne if you like.

Dressingen blendes!
Bemærk: Hvis du sørger for, at alle ingredienser har samme (evt. stue-)temperatur, inden du blender dem, får dressingen en lækker, cremet konsistens.

Vendes i salaten som herefter toppes med brødterninger og parmesan – nammenam!

***INGREDIENSER:***

- **2 store hoveder romainesalat**
  *(man KAN godt bruge de små hjertesalat, hvis romainen ikke kan opdrives, men det er ikke det samme…)*
- **100 gr. friskrevet parmesanost**
- **100-150 gr. daggammelt italiensk brød ell. lign.**
- **Olivenolie, salt, peber og cayennepeber**

**Dressingen**
*– den er hele hemmeligheden!*

- **50 gr. ansjoser (for Guds skyld nogle gode sydeuropæiske, der er lagret i olie)**
- **1 dl. olivenolie**
- **Saften af ¼-½ citron (start med lidt og smag til med resten)**
- **1 stor spsk. god Hellmans mayo (eller en rå æggeblomme)**
- **1 stor tsk. dijon eller anden god sennep (jeg bruger Arffmans taffel – den rene vare!)**
- **1-3 fed pressede hvidløg**
  *(afhængig af, hvor hvidløgselskende du er…)*

# HYLDEBLOM

***INGREDIENSER:***

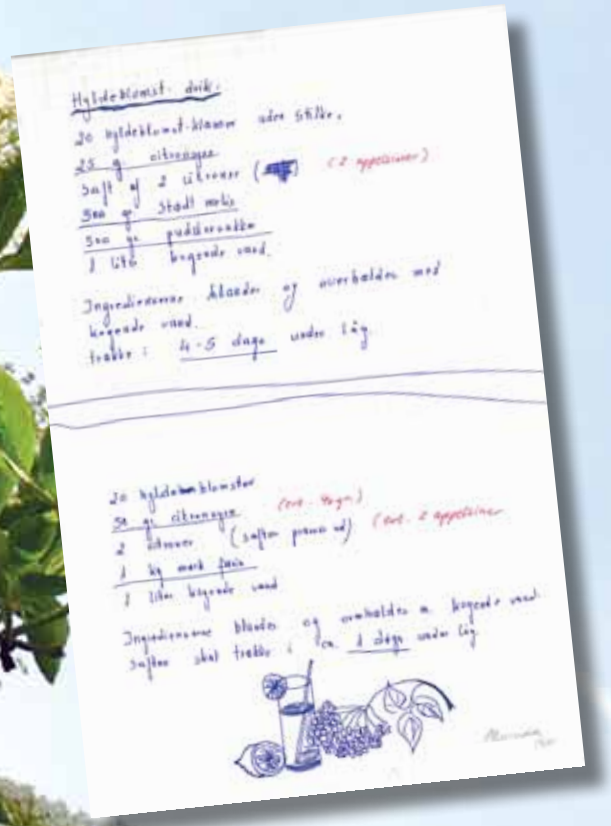
**DEN MØRKE, AROMATISKE:**

- 40 hyldeblomst-skærme
- 60 gr. citronsyre
- 90 gr. vinsyre
- 4 kg rørsukker
- 500 gr. brun farin eller moscavo
- Saften af 3 citroner
- Saften af 3 appel-siner

**DEN LIMONADE-AGTIGE, FRISKE:**

- 40 hyldeblomst-skærme
- 60 gr. citronsyre
- 60 gr. vinsyre
- 5 kg sukker (stødt melis)
- Saften af 5 citroner
- Saften af 2 lime-frugter
- 3 hele økologiske citroner
- 1 hel økologisk limefrugt

***Jeg fik første gang dette lille gastronomiske mirakel præsenteret af en jugoslav – dengang de hed sådan: Alexandra fra Bosnien mødte jeg på Jensens Bureau i Århus i 1991, og hun lærte mig at sige "Tak for kaffe" på bosnisk, og at Balkanhalvøen er andet end al den krig og ødelæggelse, der skulle ødelægge landet i årene lige efter – og så lærte hun mig at lave hyldeblomstsaft. Det er blevet min som-mertradition, et lille stykke passioneret finsmagningsarbejde gennem mere end 20 år, hvor jeg hvert år justerer på ingredienserne og fryder mig, når jeg en mørk vinterdag kan hive en flaske frem af lageret og drikke et glas fuldt af summende sol og sommerminder.***



Alexandras originale opskrift 1991

## Dag 1

***Man tager!***

*- en stor 10-liters suppegryde, skurrer den godt og skyller den i atamon.*

*Går ud i det nærmeste læhegn (sæson ultimo juni) og plukker hyldeblomstskærme.*

*Nipper skærmene for de groveste stængler og insek-ter og lægger dem i gryden.*

*Drysser citron- og vinsyren (som trækker smagen ud af skærmene) og herefter sukkeret (som både søder og konserverer saften) over skærmene.*

*Skærer de økologiske, usprøjtede citrusfrugter i skiver og hælder dem i gryden.*

*Nu skal der presses citrusfrugter! Hæld saften over hele baduljen og suppler ind imellem med kogende vand efterhånden, som du får kogt en ny kedelfuld. Der går ca. 6-7 liter kogende vand til saftbryggeriet – fyld på til gryden er fuld!*

*Nu skal der låg på gryden, og den stilles i køleskabet i minimum 4 dage – jeg har den ind imellem stående op til 1 uge, den bliver sikkert bare bedre af det.*

*Nu breder Hylden de svale Hænder mod Sommermaanen.*

***Johs. V. Jensen, 1910***

# STSAFT

## *– eller hyldenade, som de siger ovre i København*

### Dag 2-4

***(kan sagtens trække længere)***

*Rør dagligt i blandingen (med en ren, atamon-skyllet grydeslev) for at sikre, at sukkeret opløses og ikke blot lægger sig som en stenhård emalje i bunden af gryden.*
*Hvis ikke før, så begynd nu alvorligt at overveje, hvor du skal skaffe de der 6-7 halvanden liters flasker, du skal opbevare saften i…*

### Dag 5

***Forberedelser!***

*Find flasker nok til at rumme 8-9 liter ublandet saft. Rens dem dygtigt, skold dem (hvis de kan tåle det – halvanden liters sodavandsplastflasker kan ikke…) og skyl dem grundigt i atamon. Hvis du gør det ordentlig, behøver du ikke at komme konserveringsmiddel i selve saften, og så kan du gemme din saft i køleskab helt indtil næste sommer.*
*Find dit saftklæde frem (en stor si/dørslag + stofble/viskestykke/ostelærred kan til nød bruges) og plant stativet med det ovenpå en stor skål.*
*Si nu saften fra og hæld den på de rene flasker.*

*Saften blandes 1:5.*

*Og den kan varieres meget efter smag og humør og hvad man lige har ved hånden. Én ting, har jeg dog lært: Der skal ikke for mange skærme i saft-trækkeriet. Oprindeligt troede jeg jo flere jo bedre, men det giver halsbrand!*

Finsmagninger gennem årene

Hip...hip...hurrraaaaa!!! Hip...hip...hurrraaaaa!!! Hip...hip...hurrraaaaa!!!

# Fantastiske fødselsdagsboller

12 stk

**INGREDIENSER:**

- 500 gr. hvedemel
- 50 gr. sukker
- 150 gr. smør
- 50 gr. gær
- 2 dl sødmælk
- 1 (rigtigt) æg
- ½ tsk salt
- Evt. en håndfuld rosiner
- 1 æg til pensling

***Det fornægter sig ikke: Fuldfede ingredienser er hemmeligheden bag de boller, der bliver serveret til alle fødselsdage i min familie. Opskriften er gået i arv fra min bedstemor, men det er altid min mand, der bager dem til højtiderne, og de har også fundet deres faste plads på Marketingafdelingens traditionsrige kagebord – en overdådig begivenhed (når ellers afdelingen kan tage sig sammen), som skattes højt af kagelystne kollegaer i Happydays.***

Mælken lunes, og gæren røres ud heri.
Tilsæt salt, sukker, æg og blødt smør og ælt melet og evt. rosiner i.

Hæver lunt min. ½ time.
Slå dejen ned og saml ca. 12 boller
Efterhæver min. 20 min.
Pensles med æg.
Bages 15-20 min. v. 210 grader.

PS: Bruger KUN mine egne æg fra mine fritgående, forkælede høns. Det giver smukt gule og meget **lykkeligere** boller.

Hip...hip...hurrraaaaa!!! Hip...hip...hurrraaaaa!!!

# LYKKELIGE LAGKAGEBUNDE

***Det er så usigeligt simpelt at lave sine egne lagkagebunde, og de er en træfsikker succes – både, når du skal imponere din svigermor, og når folk sætter tænderne i dem.***
***Og jeg siger det lige igen: Bruger du friske landæg fra fritgående høns, kan selv ikke den mest forhærdede amatør fucke en lagkage op…***

***INGREDIENSER:***

- **5 (rigtige) æg**
- **200 gr. sukker**
- **140 gr. hvedemel**
- **1 tsk bagepulver**

**2 stk eller 1 stor lagkage**

**Sådan gør du:**
Pisk æg og sukker så hvidt som muligt (hvilket er en joke med landæg med orangegule blommer – men pisk til de er rigtigt luftige!).
Bland hvedemel og bagepulver og vend det i æggeblandingen.
Smør 2 runde forme eller 1 stor bradepande, hæld dejen heri og sæt den midt i ovnen.

Bages v. 170 grader i ca. 45 min.
Lad bundene køle af i formen(e).
Herefter kan de deles i 2 eller 3 bunde.

**Lagkagetips**
Keep it simple: Creme, flødeskum, friske bær og glasur giver den gammeldaws lagkage, som alle elsker (og mænd vil gifte sig med dig for).
Lav en kagecreme, stil den på køl og rør den siden op med flødeskum. Smør en bund med syltetøj, kom flødecremen ovenpå, læg låget på. Lav en glasur af flormelis og smør den på låget. Pynt med friske hindbær (eller kom dem indeni kagen og drys noget sukkerkrymmel på ell. lign. ovenpå glasurlåget). Og nu: Frem med tyllerne og pynt kagen med flødeskum i guirlander!

**Uundværligt husgeråd til lagkager**
Den rigtige sprøjtepose i stof med aluminiums-tyller. Den koster ikke alverden, men den får din lagkage til at ligne en million.

**Keld Kronborg**

***Indkøber Nordtyskland og Holland***

# Tiramisu

***INGREDIENSER:***

- **20-24 Savoiardi kiks (Ladyfingers)**
- **4 dl. marsala**
- **1 dl. cognac (efter smag)**
- **4-5 kopper stærk kaffe (espresso) (afkølet/kold)**
- **50 g. flormelis**
- **½ tsk. vanillesukker (efter smag)**
- **3 æggeblommer (pasteuriserede)**
- **2½ æggehvider (pasteuriserede)**
- **250 g. Mascarpone**
- **¼ l. piskefløde**
- **Kakao**

1. Æggehvider piskes stive.
2. Fløden piskes til flødeskum.
3. Æggeblommer, flormelis og vanillesukker piskes kraftigt sammen, Mascarpone tilsættes og piskes indtil osten er opløst, og cremen er flot jævn.
4. Vend æggehviderne forsigtig i cremen.
5. Vend flødeskummet forsigtig i cremen.
6. To skåle fyldes med henholdsvis kaffe og Marsala/cognac og Savoiardi kiksene dyppes med den ene halvdel i kaffe og den anden i marsalaen, sådan at kiksen lige når at suge væsken til sig. Lægges derefter direkte i et fad (5-6 centimeter højt), i lige rækker med et lille mellemrum 4-5 millimeter, så cremen lige kan komme ned.
7. Halvdelen af cremen kommes over kiksene – påsmøres forsigtig med dejskraber for at "presse" cremen ned imellem kiksene.
8. Punkt 6 gentages igen og kiksene lægges ovenpå cremen og "presses" forsigtigt ned i cremen, og den resterende creme hældes over.
9. Kagen stilles i køleskabet og skal helst stå 16 til 24 timer før den serveres.
10. Kakao drysses over kagen lige før servering / fint revet mørk chokolade kan også bruges.

**Knud Nielsen**
*Partner og indkøber Danmark og Norge*

2-4 personer

# Frutti di Mare da Bratten

***INGREDIENSER:***

- **Olivenolie**
- **1-2 fed hvidløg**
- **2-3 spsk kapers**
- **12-15 sorte oliven skåret i skiver**
- **Tørret rød chili**
- **3 dåser flåede tomater – gerne krydret med basilikum og oregano**
- **Persille hakket til retten og til at drysse over**
- **Revet parmesan til at drysse over retten**
- **Pasta – spagetti eller hvad man syntes bedst om**
- **Frutti di mare – havets frugter.**

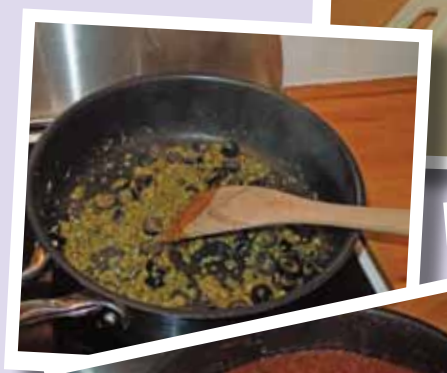
***Når man rejser meget i det store udland og i den forbindelse nyder det gode mad, som serveres i hyggelige rammer, får man altid lyst til at lave det samme, når man kommer hjem. Selv om det lykkes at huske/kopiere opskriften, ja så smager det aldrig på samme måde, når det har været gennem vores egne køkkener – man hva', så laver vi bare opskriften på vores egen måde, så her kommer min opskrift på Frutti di Mare, som er en af mine yndlingsretter når jeg opholder mig i Italien.***

Som med stort set alle Italienske retter er forberedelse og tilberedning ikke nødvendigvis tidskrævende – denne ret tager knap 1-times tid at tilberede.
Det italienske køkken er heldigvis meget enkelt og velsmagende, så brug hvad du har, eller hvad der er nemt at få fat i. Til denne ret skal der bruges hvidløg, kapers, sorte oliven, chili, friske eller tørrede tomater, jeg har ingen drivhus og gider heller ikke alt det forarbejde, så det bliver flåede hakkede tomater på dåse, frisk persille, det uundværlige revet parmesan ost, pasta og naturligvis olivenolie.

Frutti di mare – i dette tilfælde dybfrosne kammuslinger og kæmperejer, denne gang fra Føtex's Princip serie, men alt andet dybfrosset er også godt, hvis ikke det allerbedste alternativ er til at få, nemlig det friske fra fiskemanden eller friskfanget fra havnen.

Denne ret består som det meste andet fra Italien af en god tomatsauce – ikke Italiensk, men min danske udgave.

Sørg for at alle ingredienser er klar. Start med at skære de sorte oliven i skiver, eller køb dem på glas skiveskåret – det er nemt.
Hak kapers fint. Brug bare almindelige kapers på glas eller køb dem, som er saltet og skyl saltet godt af inden brug.
Hak hvidløgene fint.
Skyl persillen så den er klar til at blive kørt igennem persillehakkeren eller hak den fint med en god kniv.
Vej pastaen af: 85 gr. pr. person.
Tag havets frugter ud af fryseren i god tid, så de kan nå at tø op. Skær kammuslingerne i passende mundrette stykker og ha' rejerne klar til den videre forarbejdning.
Om man er til lidt eller meget fisk, må bero på den enkelte. På de Italienske restauranter er retterne små, men mange.



# Frutti di Mare – havets frugter *...fortsat*

Af drikkevarer kan jeg anbefale en god øl f.eks Jacobsens Saazz (man er vel passioneret øldrikker) eller en god rosevin, som jeg syntes italienernes franske naboer er rigtig gode til at producere, ikke mindst fra Bandol i Var provinsen (Provence).
Begge drikke passer fortrinlig til at drikke under tilberedningen.

Der er ikke mange som ved, at Italienerne drikker øl til pizza – de forstår ikke, at alle de tilrejsende fra nord drikker rødvin til pizza!

Når alt er forberedt, er det bare at gå i gang med at lave en grund-tomatsauce. Varm olivenolien op og gå så i gang med at svitse hvid-løgene og tilsæt derefter kapers, oliven, chili og tomater og krydr med salt og peber.
Lad det stå og simre i min. 30 minutter – tomatsaucen smager kun bedre, hvis den får lov til at stå og trække i længere tid. Til denne ret er det en god ide at tilsætte lidt fiskefond, og den rigtige gourmet har selvfølgelig hjemmelavet fiskefond i køleskabet. Er man, som jeg, ikke den rigtige gourmet og ikke leveringsdygtig i de rigtig hjemmelavede ingredienser, så kan lidt færdigkøbt fiskefond også gøre det.

Når tomatsaucen er smagt til, så den passer til dine smagsløg, er tiden kommet til at færdiggøre retten.

Hak persillen. Har man det i haven eller urtepotten er det fint. Jeg henter mit hos min lokale leverandør af grønt-sager, der hvor man tager selv og betaler i den dertil indrettede plastbøtte. Altid frisk og godt.
Tilsæt persillen – det giver altid en god smag. Lad det simre i yderligere 10 minutter.

Så er tiden kommet til at tilsætte frutti di mare, som naturligvis også skal stå og simre til det hele er varmet godt igennem.

Pasta koges i rigelig med vand, tilsat lidt salt og oliven-olie og koges al dente (til de er næsten tyggeklare).

Server retten med pasta, som ikke behøver være spa-getti – personligt spiser jeg hellere fuldkornspasta til retten, gerne fuldkornsmuslinger (de holder også lidt bedre på sovsen). Drys gerne med lidt mere persille og revet parmesan.

**Frutti di Mare da Bratten – Buon appetito.**

PROVINCIA AUTONOMA DI TRENTO
ASSESSORATO ALLA SANITÀ E ALLE ATTIVITÀ SOCIALI

## Kristian Mølholt Nielsen

*IT-medarbejder/SEO og datamining*

3-4 personer

# Mørbradgryde

Mørbraden skæres i centimeter tykke skiver og krydres med salt, peber og paprika på begge sider.
Løg og bacon svitses sammen med de skiveskårne champignon.
Mørbradstykkerne tilsættes og brunes.
1 dåse hakkede tomater hældes i sammen med 3-4 dl. vand og det hele bringes i kog under omrøring.
Frisk basilikum kan tilsættes sammen med retten efter behag.
Retten småkoger i 40-45 minutter.

1 ½ dl madlavningsfløde tilsættes og små koger de sidste 10-15 minutter.
Sammenkoget jævnes og farves med madkulør til det opnår din favorit konsistens og farve.

Serveres med kogte ris, flutes og blancherede fine ærter og karotter.

Der er nok til 3-4 personer.

Velbekomme.

***INGREDIENSER:***

- **1 svinemørbrad (ca. 400 g)**
- **250 g bacontern**
- **1 løg**
- **250 g friske champignoner**
- **1 dåse flåede tomater**
- **1 ½ dl. madlavningsfløde, 18%**
- **Madkulør**
- **Evt. frisk basilikum.**

- **Ris**
- **Flutes**
- **Fine ærter**
- **Karotter (små gulerødder)**

**Lea Ørsted**
*IT-medarbejder/web-programmør*

4 personer

# Græsk tærte med rejer

## med soyabønnesalat

***INGREDIENSER:***

**Tærtedej:**

- **250 g. grahamsmel**
- **100 g. hvedemel**
- **½ dl. olie**
- **½ dl. vand**

**Fyld:**

- **200 g. smuldret fetaost**
- **200 g. optøede, pillede rejer**
- **1 tsk. tørret oregano**
- **3 æg**
- **¼ l 13 % fløde**
- **salt og peber**

Ingredienserne til tærtebunden røres sammen, rulles ud og lægges i formen, prikkes med en gaffel og bages i 10 min ved 200 grader.
Fetaost og rejer blandes og hældes over bunden. Æggene røres sammen med fløde og krydderier og hældes over tærten.

Tærten bages i en 200 grader varm ovn i ca. 30 min.

***INGREDIENSER:***

**Soyabønnesalat:**

- **300 g. frosne soyabønner**
- **100 g. fetaost**
- **½ rødløg**
- **½ fed hvidløg**
- **½ dl olivenolie**
- **3 spsk akacie-honning**
- **Salt og peber**

Soyabønnerne koges efter foreskrifterne på posen. Bønnerne afkøles og blandes med fintsnittet rødløg, fetaost, hvidløg, olivenolie, akaciehonning, salt og peber.

# Blomkålssalat

*Perfekt til f.eks. lasagne*

4 personer

***INGREDIENSER:***

- **Lille blomkål i små buketter**
- **Ca. 3 dl. skyr**
- **¼ l fløde – pisket til skum**
- **2 æbler med skræl (skåret i små stykker)**
- **Pose med tranebær**
- **Smag til med citronsaft og sukker**

4 personer

# Fennikelsuppe

*Perfekt i en influenzatid!*

***INGREDIENSER:***

- **1 spsk. margarine**
- **1 spsk. mel**
- **1 l. vand**
- **2 maggitern (vegetabilsk)**
- **1 dåse flåede tomater**
- **1 dl madlavningsfløde**
- **1 tsk. karry**
- **1 tsk. timian**
- **1 tsk. fennikel**

Margarinen smeltes, karryen "brændes", melet tilsættes og der laves en opbagning.

Vandet, saften fra dåsetomaterne, maggitern, timian, fennikel tilsættes.

Tomaterne skæres i små stykker og kommes i.

Koges godt op.

Tilsæt til sidst fløden og varm op igen.

# Langtidshævede speltboller

24 stk

***INGREDIENSER:***

- **7½ dl koldt vand**
- **25 g gær**
- **1 spsk honning**
- **1 spsk salt**
- **2 spsk blå birkes**
- **125 g grove havregryn (skal være grove)**
- **100 g speltmel**
- **750 g hvedemel**

Rør gæren ud i vandet, tilsæt salt, honning, birkes samt havregryn og speltmel. Rør det resterende mel i dejblandingen lidt efter lidt og lad dejen hæve i køleskabet, tildækket natten over.

Rør dejen igennem og sæt den – ved hjælp af en stor grydeske – som klatter på plader med bagepapir. Lad bollerne efterhæve 10 minutter og bag dem gyldne ved 200-225 grader i 20-25 minutter. Lad bollerne afkøle på en bagerist.

***Bollerne er supergode og kan bruges til "det hele" – f.eks serveret med ost og syltetøj eller til madpakken flækket og fyldt med laks, avokado, granaost og rødløg.***

# MORMOSTERENS SURDEJSRUGBRØD

*(Få evt. en aflægger af en surdej et sted).*

***INGREDIENSER:***

**Dag 1:**

**Surdejen røres sammen med:**

- **7 ½ dl lunkent vand**
- **2 ½ store tsk. salt**
- **250 g. skårne rugkerner (evt. også lidt andre kerner, f.eks. solsikke, hørfrø...)**
- **125 g. groft rugmel**
- **375 g. hvedemel**

Dækkes med et viskestykke og hviler 12-24 timer.

***INGREDIENSER:***

**Dag 2:**

**Dejen fra dag 1 røres sammen med:**

- **2 ½ dl. lunkent vand**
- **500 g. groft rugmel**

Husk at tage surdej fra!

Surdejen sættes i køleskabet i en lukket beholder – drys lidt salt over, så den ikke hæver helt vildt.

Dejen kommes i en stor rugbrødsform og hæver 2-6 timer. Pensles med olie eller margarine og bages nederst i ovnen ved 200 grader i 2 timer – der lægges evt. staniol over efter 1 time. Tages ud af formen med det samme og køles af på en rist.

**Lenard Amdisen**
*Service- og indkøbschef*

Ca. 11 portioner

# Fragilite-roulade

## med jordbær

***INGREDIENSER:***

**Fragilité**

- **200 g marcipan**
- **200 g æggehvider**
- **300 g sukker**
- **100 g hasselnøddeflager**

**Fyld**

- **0,25 l piskefløde,**
- **550 g jordbær, friske**

**Fragilité:**
Ælt marcipan med 50 gram æggehvider. Kom dem i lidt ad gangen.

Pisk 150 gram æggehvider med 300 gram sukker helt stift. Vend de stive hvider i marcipan-massen. Smør dejen ud på en bradepande, cirka 33 gange 40 cm, beklædt med bagepapir. Drys med hasselnøddeflager. Bag bunden ved 180 grader i cirka 15 minutter. Når bunden er helt afkølet, vendes den om på et nyt stykke bagepapir, så nødderne vender nedad.

**Fyld:**
Pisk fløden stiv. Fordel flødeskummet ud over bunden – på nær to cm fra kanten, når bunden er helt kold. Skær jordbærene i grove stykker, og drys dem over flødeskummet.
Brug bagepapiret til at rulle rouladen så stramt som muligt med. Rul på den lange led.
Skær rouladen i skiver på sned.
Servér med friske jordbær, og drys eventuelt med flormelis.

**Lisbeth Anthon**
*Indkøber Tyskland og Østrig*

# Kaiserschmarrn

***Når man kører landevejene tyndt i Sydtyskland og Østrig og besøger det ene traditionsrige hotel efter det andet, kan man ikke undgå at støde på Kaiserschmarnn! En herlig dessert i familie med pandekagen, men alligevel helt sin egen. Kaiserschmarnn betyder vist noget i retning af kejsermave og hentyder til, at retten både var Kejser Franz Joseph I's yndlings-dessert – og at den giver godt med sul omkring livet.***

***INGREDIENSER:***

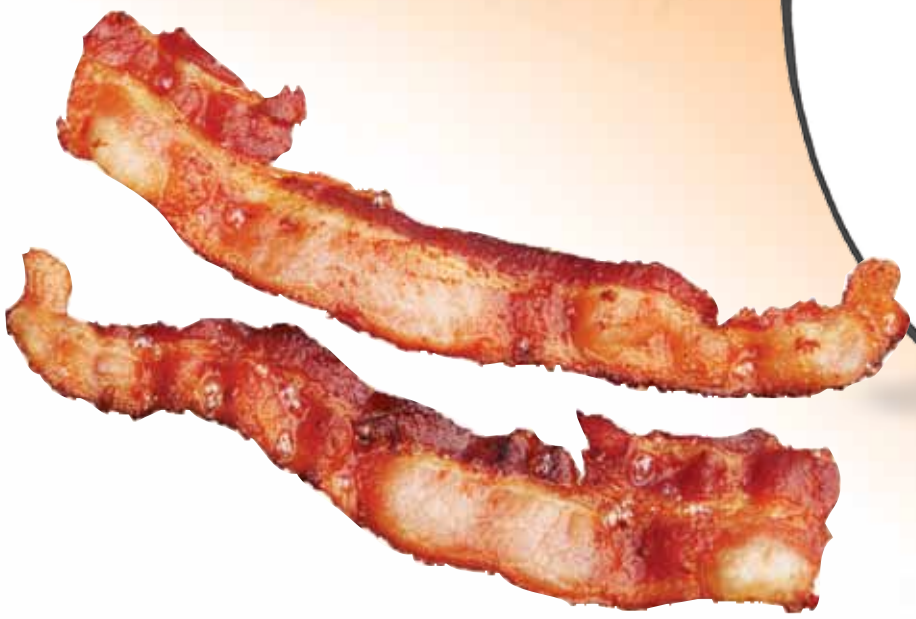
- **4 æggeblommer**
- **30 g. sukker**
- **2.5 dl. mælk**
- **125 g. hvedemel**
- **1 knsp. salt**
- **50 g. rosiner**
- **4 æggehvider**
- **Smør eller margarine til panden**
- **Sukker til at bestrø med**

Æggeblommer og sukker piskes, indtil blandingen er lys og skummende. Mælk, mel, salt og rosiner tilsættes. Æggehviderne piskes stive og foldes forsigtigt ind i dejen.

Panden varmes med lidt smør, en portion dej hældes i og fordeles ved at panden holdes skråt i forskellige retninger. Laget skal være noget tykkere end ved almindelige danske pandekager. Når kagen er let brun på undersiden, vendes den. Efter at den igen har fået lov til at brune let, rives den i småstykker med et redskab. Pas på, hvad du bruger, hvis din pande er teflonbelagt. Stykkerne steger lidt videre, idet man konstant vender dem med en spatel.

Jeg kan anbefale, at man serverer æblemos til.

**Lone Andreasen**
*Gruppeleder, grafiker*



# ÆGGEKAGE

"Hvad skal vi ha' at spise i dag - det ved jeg ikke? - nå, vi kan få en æggekage"-opskriften:

***INGREDIENSER:***

- **12 æg**
- **2 dl. kaffefløde 9%**
- **Salt**
- **Peber**
- **125 gram bacon i skiver**
- **800 gram kogte kolde kartofler**
- **4 tomater**
- **4 spsk. purløg, frisk**

Æg og fløde piskes sammen, salt og peber tilsættes.

Baconskiverne ristes på en pande.

Kartoffeltern og tomatskiver ristes i baconfedtet og fordeles på panden. Æggemassen hældes over og æggekagen steges færdig.

Æggekagen serveres fra panden og drysses med hakket purløg og bacon. Der kan spises ristet rugbrød til.

Tip:
Det er en god idé at røre i æggemassen med en gaffel til denne begynder at stivne.
Baconen kan udskiftes med spansk serrano skinke.

# MORMORS NOUGATHORN

**16 stk**

hurtigt og nemt!

***INGREDIENSER:***

- **250 g. mel**
- **2 tsk. sukker**
- **¼ tsk. salt**
- **1 ½ tsk. bagepulver**
- **50 g. smør**
- **1 ¼ dl. mælk**

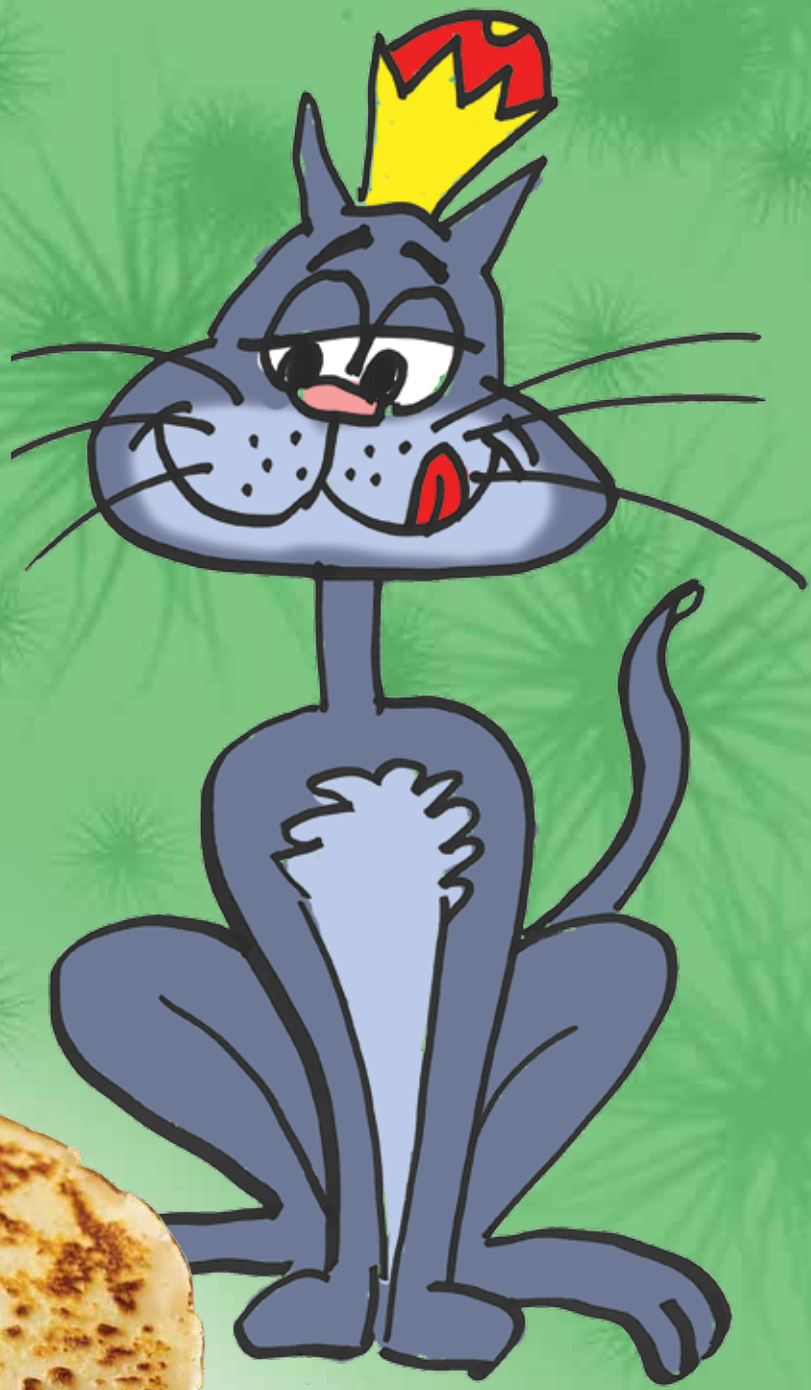
Smørret smuldres i melet, og resten af ingredienserne tilsættes.
Dejen æltes hurtigt sammen, og formes til to lige store kugler, der rulles flade.
Hver dejcirkel skæres i 8 lige store trekanter, der rulles om en 1 cm tyk blød nougat.

Hornene pensles med sammenpisket æg, og drysses med rigeligt perlesukker.

Bages ved 200 gr. i 12-15 min.

I stedet for perlesukker kan man lægge glasur på. ☺

**Lotte Krüger Nygaard**
*PM-ansvarlig*



18 stk

# Grove fastelavnsboller

***INGREDIENSER:***

- **50 g. gær**
- **½ dl. vand**
- **2,5 dl. minimælk (skummetmælk)**
- **1 æg**
- **2 spsk. olie**
- **½ tsk. stødt kardemomme**
- **2 tsk. sukker**
- **1 tsk. salt**
- **200 g. fuldkornshvedemel og ca. 300 g. hvedemel**

**Creme:**
**½ liter vaniljecreme rørt med mælk og afkølet**

Lun vand og mælk sammen, hæld det i en skål og rør gæren ud heri. Tilsæt alle øvrige ingredienser – dog ikke alt melet – og ælt dejen godt. Lad dejen hæve tildækket i ca. ½ time eller til dobbeltstørrelse.

Ælt dejen godt igennem. Del den i to lige store dele og rul dem ud i 2 firkanter på ca. 30 x 30 cm. Del hver firkant i 9 store firkanter og læg kagecreme på hver (ikke så meget, at de ikke kan lukkes sammen) og saml de fire hjørner.

Luk bollen godt omkring cremen ved at trykke kanterne sammen. Sæt bollen på pladen med lukningen nederst og lad dem hæve i yderligere ½ time.

Pensel med æg og bag dem midt i ovnen ved 200 grader C i 12-14 minutter (endelig ikke for længe).

Når de er afkølet kan de pyntes med glasur.
Man kan også vælge af putte chokolade/creme eller marmelade inden i bollerne.

8 stk

# PANDEKAGER
## MED HYTTEOST OG SKINKE

*INGREDIENSER:*

**Madpandekager – ca. 8 stk.:**

- **3 æg**
- **3 dl. mel (erstat evt. 1 dl mel med fint-malede havregryn)**
- **3½ dl. mælk**
- **½ tsk. salt**
- **Margarine til stegning**

**Man kan også vælge købe madpandekager**

**Fyld:**

- **450 g. hytteost**
- **150 g. skinke (strimler)**
- **1 dl. mild revet ost**
- **Ca. 150 g. mozzarella**
- **50 g hasselnøddeflager**
- **1-2 fint snittet forårsløg**
- **1 dl. soltørrede tomater i små stykker**
- **½ -1 rødløg i tern**
- **1-2 spsk. fransk sennep**
- **Salt/peber**

- **Ost til gratinering**

**Sådan gør du:**

**Madpandekager:**

Pisk æg, salt og mel til dejen er jævn. Den kan virke meget tyk. Tilsæt mælken lidt ad gangen. Stil dejen koldt i ca. ½ time, pisk dejen igennem igen og steg pandekagerne i margarine. Tykkelsen bestemmer man selv.

**Fyld:**

Alle ingredienser til fyldet blandes sammen. Lad mozzarellaen dryppe af i en si og mos den med en gaffel inden den kommes i fyldet.

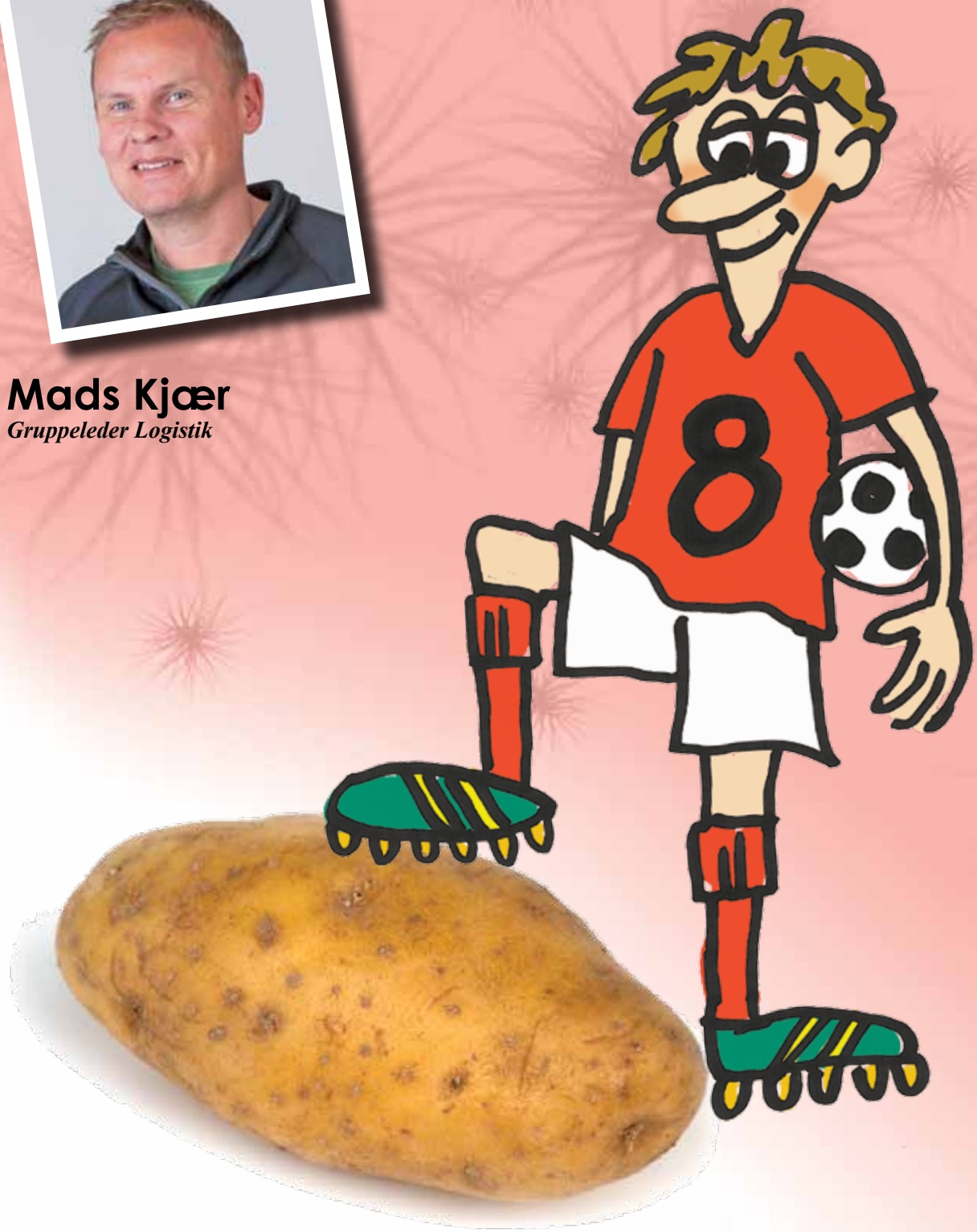
Fordel fyldet på midten af pandekagerne, rul dem sammen og læg dem i et ildfast fald. Drys med revet ost.

Bages i ovnen i ca. 10-15 min. ved 200 gr. og serveres med grøn salat.

**En herlig juletradition**

Helles mors klejner – en hemmelig familieopskrift, som vi endnu ikke har kunnet lokke ud af Helle. Men billederne skal I ikke snydes for!

**Mads Kjær**
*Gruppeleder Logistik*



# Kartoffelsuppe

## a la Stevie G

***Opskriften stammer fra Liverpool og er lavet af en fodboldspiller ved navn Steven Gerrard ( Stevie G ). Jeg fik den i 2008 på en restaurant i Liverpool, der var ejet af en fætter til Gerrard. Den blev serveret med historien om, at han altid spiste denne suppe før en kamp.***

Skræl kartoflerne og skær dem i mindre stykker.
Rens og skær porre i små stykker.
Bouillonen ligges i 1 l vand og opløses ved svag varme.
Kog herefter kartofler og porre i samme gryde
ca 30 - 35 min til de er udkogte.

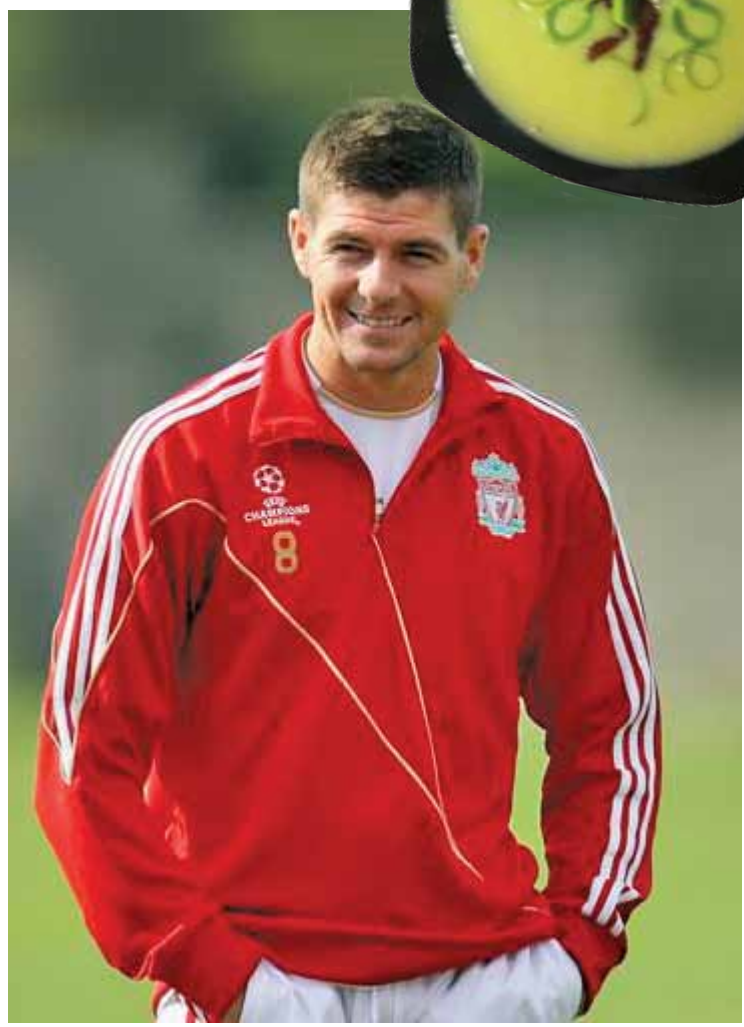
Det hele blendes godt sammen og tilsæt fløden under opkogning.

Steg bacontern (serveres ved siden af).

Smag til med salt og peber.

Serveres evt med flutes.

P.S. Fløden kan erstattes med mælk, men ødelægger lidt den cremede smag.



***INGREDIENSER:***

- **1 kg kartofler**
- **3 stk porre**
- **2 stk hønsebouillon**
- **¼ l fløde**
- **Bacontern**

# Kjærs Pølsehorn

***Jeg kan denne opskrift i hovedet, så den skal da med...***

Smelt margarinen ( eller brug flydende ) i en skål. Rør vand og gær i. Tilsæt salt, sukker og mel. Ælt dejen til den er fast.

Del dejen i 2 klumper og rul det ud på bordet (hæld lidt mel på bordet) til en stor rund pizza.

Skær dejen i 8 trekanter og smør ketchup på dejen.
Rul en halv pølse i hver trekant.

Tænd ovnen på 200 grader og lad hornene hvile ca 20 min.

Pensl med æg og bag dem i 15 min.

***INGREDIENSER:***

- **100 g margarine**
- **2,5 dl vand**
- **50 g gær**
- **1 tsk salt**
- **1 tsk sukker**
- **450 g mel**

- **1 pakke pølser**
- **1 æg**

Harzen 2007
JAKO
JAKO

**Maria Kajgaard**
*Mediegrafiker*

4 portioner

# CalzonePizza

## ...også kaldet Ufo...

**Fremgangsmåde:**
Opløs gæren i det lukne vand og tilsæt salt, olie og mel. Ælt dejen godt og stil den til hævning et lunt sted i ca. 20 min. Rul dejen ud på et meldrysset bord. Form den til en rund pizza og læg den på en bageplade beklædt med bagepapir.
Steg oksekødet og kom oregano og basilikum i. Skær peberfrugter og champignoner ud i mindre stykker.
Fordel fyldet på halvdelen af pizzaen og fold pizzaen sammen på midten. Luk den og tryk kanten med en gaffel. Pensl med sammenpisket æg.

Bag calzonaen ved 200 C i ca. 20 min. Kan fryses.

Tilbehør: Salat, feta og dressing (sherryeddike blandet med ahornsirup)

***INGREDIENSER:***

**Dej:**
- **3 dl vand**
- **50 g gær**
- **1 tsk salt**
- **2 spsk olivenolie**
- **500 g hvedemel**

**Fyld:**
- **500 g oksekød**
- **1 skefuld oregano**
- **1 skefuld basilikum**
- **3 snackpeber**
- **200 g champignon**
- **Revet ost**

**Pensling:**
- ***Æg***

8 personer

# Jordbærkage
## med mars

Pisk fløden og bland det sammen med græsk yoghurt og vaniliesukker til det har den rette smag. Knus kiksene og skær marsbarrene ud i små tern.
Tag en skål og kom lidt flødecreme i bunden, derefter kiks, mars, jordbærgrød og flødecreme. Dette gentages 2 gange. Pynt med hakket chokolade.

***INGREDIENSER:***

- **3 marsbarrer**
- **½ l fløde**
- **¾ spand græsk yoghurt**
- **Vaniliesukker**
- **1 pakke Digestive kiks**
- **Ca. 1 l jordbærgrød**

**Evt. hakket chokolade til pynt**

# Luksustoast

4 personer

***INGREDIENSER:***

- **2 ciabattabrød**
- **Grøn pesto**
- **2 friske mozzarellaer**
- **Parmaskinke**
- **Rucola**

**Sådan gør du:**

Bag ciabattabrødet som der står anvist på pakken. Flæk brødet og smør underdelen med pesto.

Skær mozzarellaen i skiver og læg dem, skinken og rucola på brødet. Læg overdelen ovenpå.

Skær brødet ud i 4 og grill dem i en sandwichtoaster eller vaffeljern til de har skiftet farve (ca. 4 min).

**Mette Ingstrup**
*Indkøber Frankrig og Holland*

2-4 pax.

# Ingstrups Sonja salat

***Da jeg var ung, frisk studerende i Frankrig, boede jeg sammen med en spansk pige som hed Sonja. Ikke en lille nipseting i str. 36 men en solid mama som bare var god til at lave mad og Sangria.***

Opskriften kan varieres men nedenstående er til 2-4 pax.
Er god en søndag aften da man kan bruge alle de små kedelige stykker grønsager man har i køleskabet. Alt kan bruges.

**Dressing:**
Frisk presset citron med lidt salt, peber mikset sammen med en go sjat olivenolie.
Man skal ikke spare på dressingen da kartoflerne suger meget og det må gerne være lidt snasket. Er man til det lidt stærkere, så kan man blot bruge en go olivenolie og noget Balsamico eddike.

**Tilbehør:**
1 glas kold rødvin.
(Kan ikke udlades, da retten smager ganske kedelig og trist med vand eller mælk til!).
Lunt flute og en bid ost.

Alle grønsagerne hakkes fint og anrettes på fad, mens
toppingen mikses sammen og det hele får en god sjat dressing.
Spises med et kold glas vino tinto, lun flute og en bid ost, bare for hyggens skyld.

Bon apétit!

***INGREDIENSER:***

- **Et par kolde kogte kartofler**
- **Lidt salat**
- **Et par tomater**
- **En bid agurk**
- **1 lille dåse majs**
- **En slat soltørrede tomater**
- **En slat solsikke kerner**
- **En slat tørret tranebær**
- **Lidt friske krydderurter hvis muligt**

**Topping:**

- **1 dåse tun**
- **1 dåse hytteost**
- **Olivenolie**
- **Balsamico**
- **En sjat frisk citronsaft**
- **En håndfuld frisk purløg hvis muligt**
- **Salt, peber**

**Morten Nielsen**
*Regionschef Sverige*

ca. 12 liter

# Farmors gule ærter

**Arbejdstid:**
Dagen inden ca. 3 timer til at koge suppe og si den. Selve dagen ca. 4-5 timer.

**Fremgangsmåde:**
**Dagen inden de skal spises koges suppen:**
Kødet kommes i suppegryden, dækkes med vand og sættes til at koge.
Når vandet koger tilsættes lidt salt, og gerne en suppevisk af nogle af grøntsagerne.
Medisteren tages op når den kogt, inden den sprækker, resten koger videre, samlet kogetid ca. 2½ time.
Medisteren og flæsket pakkes ind og lægges i køleskabet, eller andet koldt sted. Det skal bruges som tilbehør når ærterne skal spises.

Suppen sies gennem et klæde, og stilles til afkøling til dagen efter.

Flækærterne kommes i en gryde, dækkes med vand, og koger ind til de er møre, og bliver til en mos.

**Dagen hvor ærterne skal serveres:**
Gulerødder, porre, selleri og kartofler skæres i tern/skiver, og koges knapt møre i lidt af suppen.
Suppen sættes over på middel varme. Inden suppen koger, begynder man at fylde ærtemosen i, en grydeskefuld af gangen. Når den har den rette konsistens (her har alle sin egen mening), røres der grundigt i gryden, så ærtemosen ikke brænder fast.
Når suppen koger, tilsættes de knapt kogte grøntsager, og koger færdig i suppegryden, der smages til med timian, salt og peber.

Det kolde flæsk og hamburgerryg skæres i skiver, medisteren i passende stykker, anrettes på fad, mens gryden med ærtesuppen sættes på bordet.

Flæsk, hamburgerryg, medister, rugbrød, sennep og rødbeder spises af sidetallerknen, mens suppen kommes i dybe tallerkner.

Der nydes kolde øl og et par snapse til.

**Gode råd:**
Jeg bruger en 12 liters suppegryde, som er næsten fuld når jeg koger kødet, så får man ca. 6-8 liter suppe, og når ærtemosen og grøntsagerne kommer i, er der godt 12 liter gule ærter.

Dagen hvor suppen skal serveres begynder jeg i god tid, det tager lang tid inden suppen kommer i kog, og den tager ikke skade af, at stå og småsimre 1 time inden den serveres.

Det suppe der er til overs kan fryses ned, eller spises dagen efter. 2.dags guleærter smager godt, suppen er blevet lidt tykkere, uden at den tager skade af det.

***INGREDIENSER:***

**Suppe:**
- **Et godt stykke letsaltet flæsk**
- **Kraftben**
- **Medister**
- **Evt. et stykke oksebryst eller lignende**
- **Gulerødder**
- **Porre**
- **Selleri**
- **Kartofler**
- **Timian**
- **Evt. et løg**
- **2-3 ps. Flækærter**

**Tilbehør:**
- **Medister**
- **Flæsk**
- **Evt. hamburgerryg**
- **Sennep**
- **Rødbeder**
- **Rugbrød**
- **Øl**
- **Snaps**

**Nicola Walker**
*Logistikmedarbejder*

# Forloren hare

***INGREDIENSER:***

- **500 gram hakket kalv og flæsk, ikke for magert**
- **2 æg**
- **40 g rasp**
- **1 dl sødmælk**
- **80 g røget bacon i tern**
- **1 finthakket zittauerløg**
- **2 pakker røget bacon i skiver**
- **5 dl piskefløde**
- **Lidt smør**
- **Salt og peber**
- **Evt. ribsgelé**

Tænd ovn på 250 gr.

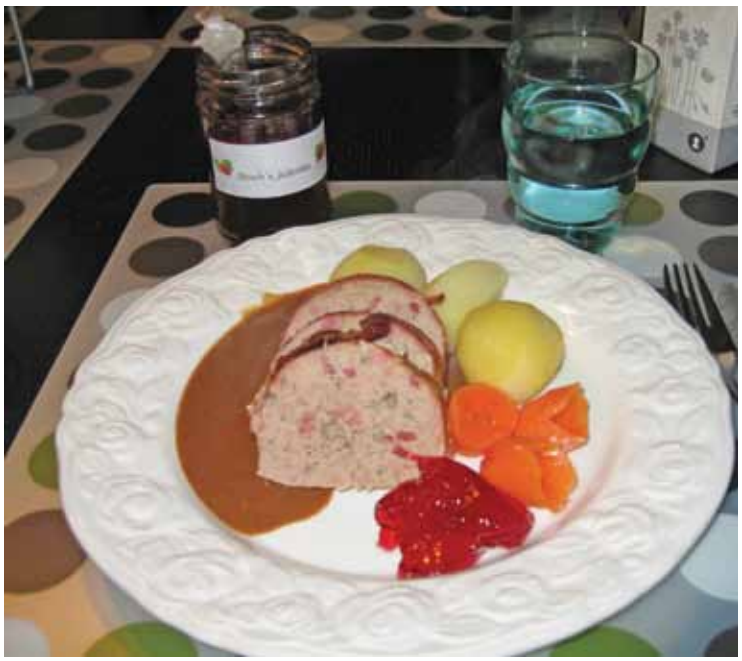
Rør kød, æg, rasp og mælk sammen til en fars. Steg herefter bacontern og zittauerløg let gyldne i lidt smør og kom blandingen i farsen. Krydr med salt og peber.

Form farsen som en hareryg i bunden af et smurt ovnfast fad, drys let med rasp og belæg den med baconskiverne – baconskivernes ender trykkes ind under bunden af farsen, så de holder på farsen.

Stil fadet i den forvarmet ovn i ca. 20 minutter. Hæld herefter fløden ved, sænk temperaturen til 175 grader og steg videre i cirka 30 minutter.

Tag stegen ud af ovnen og sigt fløden over i en kasserolle. Hvis sovsen virker for tynd, koges fløden ind til den ønskede konsistens. Smag sovsen til med salt, peber og evt. lidt ribsgelé.

Serveres med kogte kartofler og gulerødder med ribsgelé.



NEM

# Kartoffel/ Porre tærte

***En nem måde at få brugt de sidste kartofler fra dagen før***

Skær de kogte kartofler i tern og fordel dem jævnt i et smurt tærtefad.
Porren renses og skæres ud og forkoges, fordeles jævnt i fadet.
Tilsæt skinken.
Rør æggene med lidt mælk, salt, peber og karry og hæld hen over.
Bages i en forvarmet ovn på 225 i ca. 45 min.

Tip: Tilsæt evt. lidt bacon tern og hytte ost/revet ost.

***INGREDIENSER:***

- **3-4 kogte kartofler**
- **½ pk skinke strimler**
- **1 porre**
- **4 æg**
- **En skvis mælk**
- **Salt**
- **Peber**
- **Karry**

Paris 2006
evian

**Nikolaj Boel Jensen**
*IT-medarbejder/Programmør*

# Nikolajs STÆRKE Chili suppe

**Fremgangsmåde:**
Hak hvidløg og chili fint, lad endelig kernerne fra chilien komme med, dog kan disse renses fra, hvis man ønsker at suppen skal være mindre stærk.
Forårsløg renses og skæres ud i ringe, og kyllingfileterne skæres i tern af en spiselig størrelse.
Svits forårsløg, chili og hvidløg i bunden af en gryde i olien, og tilsæt kyllingen som svitses til stykkerne er hvide.
Samtidigt bringes ½ l vand i kog i en anden gryde, og oksebouillonen opløses her i.

Når kyllingen er hvid, tilsættes tomatpure og røres grundigt sammen. Tilsæt den opløste bouillon og rør rundt til tomatpure er ordenligt opløst.
Til sidst tilsættes den halve liter fløde, og suppen bringes i kog, og skal simre i ca. 10 min, før den er klar til servering.

Serverings forslag: Med frisk bagte flutes og hjemmelavet hvidløgssmør.

***INGREDIENSER:***

- **Ca. 500 g kyllingfileter**
- **1 bundt forårsløg**
- **3 friske røde chilier**
- **3 store fed hvidløg**
- **1 "stor" dåse tomatpure (eller 2 "små")**
- **2 oksebouillonterninger**
- **½ l madlavningsfløde**
- **½ l vand**
- **1 spk. olie**

**Per Sørensen**
*IT-chef*

# ÆGTE SPANSK PAELLA

4 personer

*INGREDIENSER:*

- 2 rødløg (grofthakkede)
- 1 gul peberfrugt i tern
- 2 fed hvidløg (pressede)
- Havsalt
- Sort peber (friskkværnet)
- ½ fl hvidvin
- 4 kyllingefileter (mindre stykker)
- 6 kammuslinger
- 100 g rejer (drænet vægt)
- Hvidvin
- Lammefilet eller lammemørbrad svarende til 200 gram (kan udelades)
- 12 skiver røget svinemørbrad
- 8 blåmuslinger
- 2 dl ris (koges)
- 2 tsk gurkemeje
- 2 tsk karry
- Bredbladet persille

Løgene og den gule peber kommes på en varm pande med høje kanter. Hæld lidt hvidvin ved og sautér det. Kom kylling, kammuslinger, rejer, lam og svinemørbrad ved og vend det ofte, spæd med hvidvin, og lad det simre i ca. 10 minutter. Kom blåmuslingerne ved og lad dem få lidt varme. Vend ris, gurkemejer og karry i og hold retten våd med hvidvin, ikke for våd, blot så den hænger sammen og ikke i. Smag til.

**Rasmus Visti**
*Dansk tekstforfatter*

# Falafel

***INGREDIENSER:***

- **225 g kikærter**
- **45 g hvedemel**
- **½ finthakket løg**
- **3 fed finthakkede hvidløg**
- **2 finthakkede forårsløg**
- **Finthakket persille (evt. bredbladet)**
- **1 tsk gurkemeje**
- **½ tsk stødt spidskommen**
- **1 knsp stødt koriander**
- **1 knsp cayennepeber**
- **½ tsk bagepulver**
- **Salt**
- **Peber**
- **Solsikkeolie til friturestegning**

Skyl kikærterne i en sigte og blend kikærterne. Husk at sætte kikærter i blød natten over.

Form massen til kugler og steg dem i olie. Server evt. i et fladbrød med salat og hjemmelavet tzatziki.

# TZATZIKI

***INGREDIENSER:***

- **½ liter græsk yoghurt**
- **1 agurk**
- **4-5 fed hvidløg**
- **salt og peber**

Skræl og riv agurken. Pres væden ud af agurkestrimlerne. Hak hvidløgene.
Bland agurk, hvidløg og græsk yoghurt og smag til med salt og peber.
Sæt tzatzikien i køleskabet i en times tid.

**Sarangan Thedchanamoorthy**
*Mediegrafiker*

# MANGO LASSI

***INGREDIENSER:***

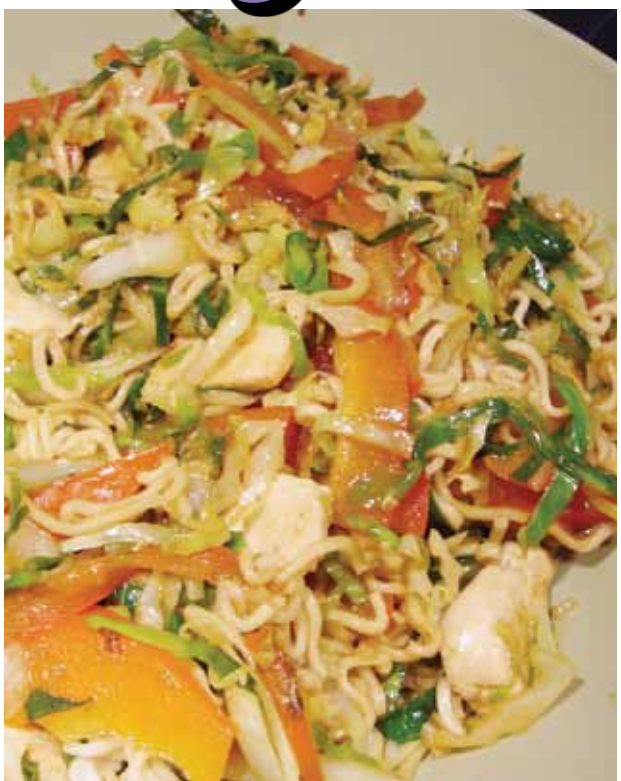
- **1¾ dl yoghurt (A38)**
- **1 knivspids salt**
- **½ mango**
- **1½ kop koldt vand**
- **1-2 tsk sukker eller honning, alt efter hvor sødt du vil have det.**
- **6-8 stk. isterninger**

**Tid: ca. 10 min.**
Tag en blender frem og hæld mango, yoghurt, salt, vand, sukker og isterningerne ned i blenderen, og blend det hele sammen indtil blandingen bliver skummende.

Server det i et glas med enkelte isterninger i.

**2 personer**

# Stegte nudler med kylling i wok



***INGREDIENSER:***

- **1½ pk. kinesiske nudler (250 g)**
- **1 stk. grøntsagsboullion (en terning)**
- **400 g. kylling i strimler (evt. kalkun eller tiger rejer)**
- **2 stk. peberfrugter**
- **4 stk. forårsløg**
- **100 g. usaltede jordnødder**
- **1 dl. sød indonesisk soya**
- **1 tsk. sambal oelek (chili-pasta)**
- **Olie efter behov**

Olien varmes i en wok, til den ryger. Grøntsagerne snittes. Kød og grøntsager steges kort ved høj varme.

Tilsæt soya og chili og bland godt. Samtidig koges nudlerne i rigeligt vand tilsat boullionterningen. Koges i 4 min. Hældes derefter i en sigte og skylles i koldt vand.
Til sidst blandes nudlerne med kødet og grøntsagerne, og det hele steges kort sammen ved høj varme.

Drys derefter med jordnødder og server straks.

# Chopped Cuisine

3-4 personer

***INGREDIENSER:***

**Kødretten:**

- **500 gram oksekød**
- **1 knivspids sennepsfrø**
- **1 løg**
- **Chili pulver (kan købes i de asiatiske butikker)**
- **Karryblade**
- **Hvidløg**
- **Vand**
- **Salt og peber**
- **Smag til med citronsaft!**

**Dejen:**

- **½ pakke gær**
- **2 dl vand,**
- **2 spk. olie**
- **Mel**

**Kødretten:**
Svits løg og sennepsfrø i olie i en gryde.
Skær oksekød i tern, og kom den i en skål, hvor de marineres i olie, chili pulver (alt efter hvor stærk du vil have retten skal være), og salt.
Når løget er brunt, så kommes det marinerede kød i gryden. Brun kødet.
Når kødet er brunt, kom vand i til det dækker, og kom karryblade i og evt. hvidløg.

**Dej:**
Lav en dej.
Lad det hæve en halv times tid.
Tag en klump på størrelse med en tennisbold og rul ud. Helt fladt. Husk at bruge mel, mens du ruller.
Steg den runde flade dej på panden. Helst uden olie.
Derefter skæres det til i fine små tern.

**Finale:**
Svits løg og grøn chili på en pande.
Kom brød i små tern i, og når brødet er lidt blødt eller sprødt (efter smag og behag), så kom kød retten på panden.
Rør æg rundt i en skål, i et godt stykke tid, og kom det på panden med det andet indhold.
Bland det hele sammen (det skal ikke ligne en æggekage). Lad det være på panden til det bliver lækkert.

Desserttallerknen på Landhaus Schulze

Kaninen i Nice

Komaven i Rom

Froie gras'en i Nice

Kagen på Romkerhall

Desserten på Seinen

Frølårene på Seinen

Eisbein'ene på Hofbräu München i Hamburg

Blæksprutte pastaen i Venedig

**Simone Kneringer**
*Service- & bookingkonsulent*

# MARILLENKNÖDEL

(Abrikoskugler)

***INGREDIENSER:***

- **125 g mager kvark**
- **125 g mel**
- **1-2 æg**
- **Smør**
- **Salt**
- **4-6 spsk. rasp**
- **Sukker**
- **16 sukkerknalder**
- **16 abrikoser eller blommer eller store jordbær.**

Kom kvarken i et viskestykke og pres væden ud. Derefter sies kvarken gennem en sigte.

Melet sigtes også. 2 spsk. smør varmes op og blandes med kvarken, melet, æggene og saltet i et fad og æltes til en blød dej.

Kernerne fjernes fra abrikoser og blommer, uden at dele dem (jordbær skal bare lige ha en revne) og i hvert stykke frugt lægges et stk. sukkerknald. Hvert stykke frugt pakkes ind i dej og trykkes fast.

Kom dem herefter i kogende vand, skru ned
og lad dem trække (koge svagt) i 10 minutter.

Smelt ca. 40 g smør i en pande og rist 4-6 spsk.
rasp deri. Tilsæt sukker og rul alle frugt/dej-klumperne deri.

Serveres varme.

8 personer

# Wienerschnitzel

Kødet bankes så tyndt som muligt (skal være så man kan læse avisen igennem det). Drysses med salt og vendes i mel. Ægget piskes sammen med 1 spsk. koldt vand som schnitzlen vendes i. Pas på at der er æg over det hele. Til sidst vendes kødet i fint rasp. Det almindelige er for groft.

Kødet steges i rigeligt godt varmt fedtstof. Den skal svømme. Af og til kommer man lidt af fedtstoffet over schnitzlen. Den skal være pæn gylden. Tages op af panden og drypper af på køkkenrulle.

Serveres kun med citron (INGEN FISK, PEBERROD ÉLLER KAPERS)! Ketchup er tilladt ☺. Dette er den rigtige måde man serverer en Wienerschnitzel på!

**Som tilbehør:**
Ris og en blandet grøn salat. Eller kartoffelsalat med olie/eddikemarinade og grøn salat eller masser af pommes frittes.

***INGREDIENSER:***

- **1 kalveschnitzel pr. person**
- **Salt**
- **Hvedemel**
- **Sammenpiskede æg**
- **Fint rasp**
- **Svinefedt eller olie**

HB
HB
HB

**Sune Ettrup**
*Mediegrafikerelev*

# Grønlandsk fiskesuppe

Rengør råvarerne. Pil løg hak det og svits det i olien i en stor gryde uden at det tager farve. Tilsæt 7-8 dl af fiskebouilonen sammen med tomaterne og bring suppen i kog. Rens peberfrugten og bladselleri. Skær dem i tern og tilsæt dem. Dæmp varmen, læg låg på gryden og lad suppen koge sagte i ca. ½ time. Rør i den af og til, tilsæt resten af bouillonen. Smag til med ekstra krydderier hvis det behøves. Skær fisken i mindre stykker der passer til en mundfuld og læg først de tykkeste bidder i den kogende suppe. Lad den komme op i kog igen og kog så 3-4 minutter. Tilsæt de tynde stykker fisk og kog yderligere 3 min. til fisken er hvid og fast. Tag gryden væk fra varmen, vend rejerne i og lad dem blive gennemvarmet (højst et par minutter!) Server denne pragtfulde mørkerøde fiskesuppe varm med masser af lunt madbrød til.

## Tip:

Når du spiser stærk mad, så prøv aldrig at slukke "ildebranden" i munden med vand!

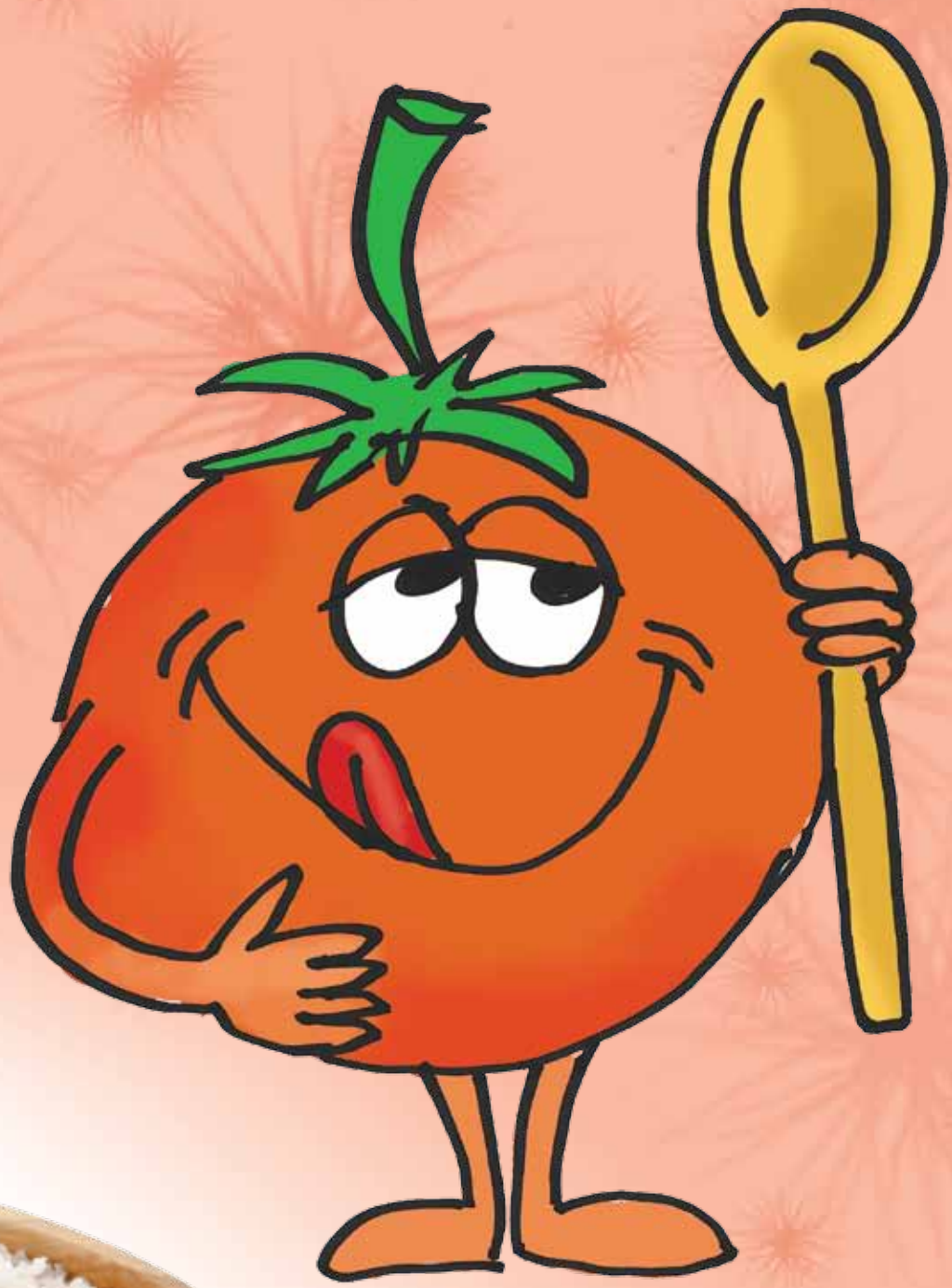
Det gør kun ondt værre. Spis et stykke brød i stedet, det hjælper.

**4 personer**

***INGREDIENSER:***

- **1 stort løg**
- **1 spsk rapsolie**
- **1 rød peberfrugt**
- **1 liter fiskebuillon (vand+terning)**
- **1 ds hakkede flåede tomater med chili**
- **1 stilk bladselleri**
- **150 g store frosne grønlandske rejer**
- **400 g lys fiskefilet (havkat, hellefisk eller sej)**
- **1 madbrød**
- **5 hele fed hvidløg**

**Søren Idun**
*Partner og adm. dir.*



# Tomatsuppe

Ca. 4,5 liter

*INGREDIENSER:*

- Ca. 3 kg tomater
- Rigelige mængder frisk timian, oregano og basilikum
- 3 løg
- 4 fed hvidløg
- 1 halv flaske hvidvin
- 1 liter vand
- 5 kraftterninger
- Godt med salt og peber
- Olivenolie

Pluk omkring 3 kg forskellige tomater – de små tomater indeholder typisk mere smag end de store – og skær dem i tern. Skyl timian og oregano og hak dem let. Hak løg og hvidløg og svits dem bløde i olien i en stor suppegryde. Tilsæt tomater, timian og oregano og lad tomaterne smatte ud under omrøring. Tilsæt en lille halv flaske hvidvin (resten nydes under madlavningen), 1 liter vand og 5 kraftterninger (der skal noget til for at give tomatblandingen noget smagstyngde). Suppen koges op og igennem, indtil tomaterne er godt udkogte. Suppen blendes med en stavblender direkte i gryden, og suppen får lov at koge lidt ind. Den smages til med godt med salt og lidt mindre peber. Hvis man ikke har fået nok krydderurter i, så kan man tilføje noget hjemmelavet krydderurtesalt (se opskrift s. 134). Til sidst skylles den friske basilikum og hakkes let (et par hele blade gemmes dog til pynt), og tilsættes herefter suppen. Vær opmærksom på, at basilikum helst ikke skal i suppen fra starten, da længere kogning fjerner smagen og gør urterne brunlige.

Det tager ca. en god times tid at koge suppen, og overstående opskrift giver omkring 4,5 liter færdig suppe. Spiser man suppen som hovedret, kan det anbefales at komme nogle kødboller i. Rør en almindelig frikadellefars, form bollerne med en ske og kog dem i en gryde med vand.

Denne ret er en oplagt vinder, hvis man har et drivhus, og gerne vil gemme noget af august og september måneds overskudsproduktion af friske tomater. Lav suppen, frys den ned, og oplev et sandt vitaminbombardement, når vinteren har lagt sig over landet.

# Krydderurtesalt

***Når man først har prøvet at krydre en oksesteg eller en god bøf med denne hjemmelavede krydderurtesalt, så vender man næsten med garanti aldrig tilbage til den traditionelle med salt og peber.***

***INGREDIENSER:***

- **En god håndfuld rengjorte krydderurter**
- **Ca. 100 g. groft salt**

*Hemmeligheden i friske krydderurter er de æteriske olier, der er meget flygtige. Det er denne flygtighed, man erfarer, når ens fingre dufter som et sandt eksplosivt sansebombardement efter, man har plukket krydderurter. Disse æteriske olier forsvinder mere eller mindre, når man tørrer krydderurter, men salt har imidlertid den vidunderlige evne at kunne binde de æteriske olier. Dette er baggrunden for, at man skal lave krydderurtesalt af friske krydderurter, og ikke bare blande tørrede krydderier sammen med salt. Forskellen er stor.*

*Man kan lave krydderurtesalt af alle mulige urter, og man kan blande op med chili, hvidløg, appelsinskal eller andet, hvis man har lyst. I denne udgave har jeg valgt timian, oregano og rosmarin.*

*Krydderurterne plukkes, skylles og duppes tørre med et rent viskestykke. Urterne blendes til mos. 100 gram groft salt tilsættes og blendes med, indtil blandingen er konsistent. Krydderblandingen hældes nu ud i et stort fad eller lignende, og stilles herefter til tørring i solen. I løbet af de næste timer vendes saltet jævnligt, indtil det er helt tørt.*

# Direktørens Gastrik

***En gastrik – gastrique på fransk, agrodulce på italiensk – er blot en eddikesirup, der bruges som smagsforstærker i saucer og anden simremad eller som smagskontrast til desserter. Den kan kombineres på mange måder med balsamico, frugter og andet, men det basale er eddike og sukker – altså smagen af det syrlige kombineret med det sødlige. Gastrikken kan også bruges som smagskontrast til en ostetallerken.***

*Jeg plejer altid at have en portion stående i køleskabet (den kan også stå uden for, så længe der ikke er andet end eddike og sukker i), som jeg så pifter mine simreretter op med.*

***SÅDAN LAVER DU EN GASTRIK:***

- **2 dl. æblecidereddike**
- **100 g rørsukker**

*Man karamelliserer rørsukkeret i en lille tykbundet gryde. Herefter tilsætter man æblecidereddiken og reducerer til det halve. Du har nu lavet en gastrik, der er parat til at komme på flaske, syltetøjsglas, eller hvad du nu har. Når gastrikken afkøles, vil det være en mørk, tyktflydende sirup, og du har nu nok til at lave sauce en del gange.*

**Søren Thomsen**
*Partner og indkøber Sverige*

# SUND FISKESUPPE

## MED LAKS OG REJER

***INGREDIENSER:***

- **1 løg**
- **4 mellemstore gulerødder**
- **1 fennikel**
- **3 porrer**
- **1 spsk raps- eller olivenolie**
- **1½ l grøntsags-bouillon**
- **1 tsk gurkemeje**
- **Salt & peber**
- **1 spsk hvedemel**
- **3 spsk cremefraiche 18%**
- **500 g laksefilet (kan erstattes med havkat, torsk el. lign.)**
- **2 spsk frisk timian**
- **200 g rejer**

**(Muslinger kan også med succes tilsættes)**

- **Tilbehør: Groft brød**

**Tilberedning:**
Skær løg, gulerødder og fennikel i tern. Skær porrer i skiver. Opvarm olien i en gryde og svits løg, gulerødder og fennikel, uden at det tager farve. Tilsæt bouillon, gurkemeje, salt og peber. Lad suppen koge i ca. 10 min.

Rør melet ud i lidt vand. Rør meljævningen ud i cremefraichen og kom blandingen i suppen.

Skær laksefileten i tern og kom den i suppen med porreskiver. Lad suppen simre i ca. 5 min ved svag varme og tilsæt derefter timian og rejer.
Varm suppen godt igennem og server med groft brød.

**4 personer**

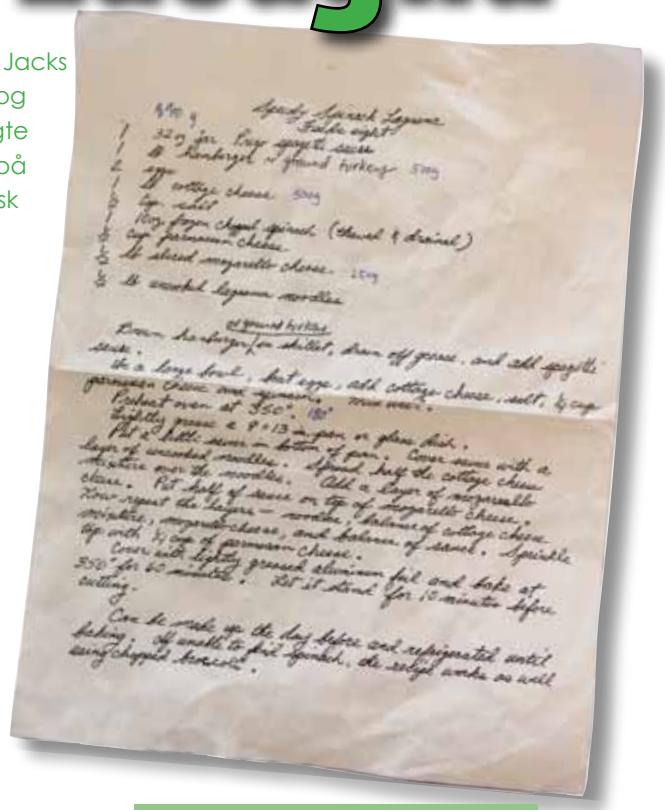
**Velbekomme!**

**Tina Knapp**
***Service- & bookingkonsulent***

# Grandpa Jacks
# Speedy Spinach Lasagna

***Dette er en lasagne som min far, der var bosat i USA, har givet mig opskriften på. Jeg har derfor måtte oversætte den. Jeg har også måtte lave lidt justeringer på målene og ingredienser.***

***Denne lasagne er skyld i at jeg kan få mine børn til at spise både hytteost og spinat. ☺ Da vi var på besøg hos Grandpa, og han havde lavet den, fik børnene besked på, at de SKULLE smage på den, når Grandpa havde lavet den. Nu elsker de den og kalder den: Grandpa Jacks Speedy Spinach Lasagna.***



Grandpa Jacks originale og godt brugte opskrift – på amerikansk

Forvarm ovnen til 180 grader.
Brun kødet i pande og tilsæt pasta saucen. Lad det simre let mens andet tilberedes.
I en skål piskes æggene og tilsæt hytteosten, salt, 50 g parmesanost og spinat.
Røres godt sammen.
Ovnfast fad smøres let med margarine.
Start med et lille lag sauce i bunden. Så et lag lasagne plader. Derefter kommes halvdelen af blandingen med hytteost ovenpå. Halvdelen af mozzarellaosten spredes over dette. Og igen et lag lasagne plader.
Ovenpå kommes halvdelen af kødsaucen.
Så gentages det hele – lasagne plader, hytteost blanding, mozzarella ost, lasagne plader, resten af kødsaucen.
Til sidst sluttes af med resten af den revne parmesanost.

Stanniol smøres let med margarine og lasagnen tildækkes og sættes i ovnen (midt) i 60 min.
Bedst hvis den står 10 min. inden den skæres ud.

Den kan laves dagen før og stilles i køleskab inden den bages.

Spinat kan også udskiftes med broccoli hvis man vil det.

***INGREDIENSER:***

- **900 g (2 glas) pastasauce**
- **500 g hakket oksekød (kan også bruges kylling/kalkun)**
- **2 æg**
- **500 g hytteost**
- **½ tsk. salt**
- **300 g hakket spinat (optøs og alt væske presset ud)**
- **150 g parmesan ost (bedst frisk revet)**
- **200 g revet mozzarella ost**
- **Lasagneplader**

# Svigermor Toves saftige BOLLER

20 stk.

***Det er en opskrift på lækre boller som jeg har fået af min svigermor og de er rigtig gode. Hun viste mig dem første gang til en Tupperware demonstration, og så var jeg jo nødt til at købe en "Tupperware dims" til at hakke æblerne med.*** ☺

TUPPERWARE DIMS

***INGREDIENSER:***

- **50 g gær**
- **50 g smør**
- **5 dl mælk**
- **2 æbler**
- **2 tsk. salt**
- **2 spsk. lys sirup**
- **3 dl fuldkornshvedemel**
- **11-12 dl hvedemel**

**Pynt:**

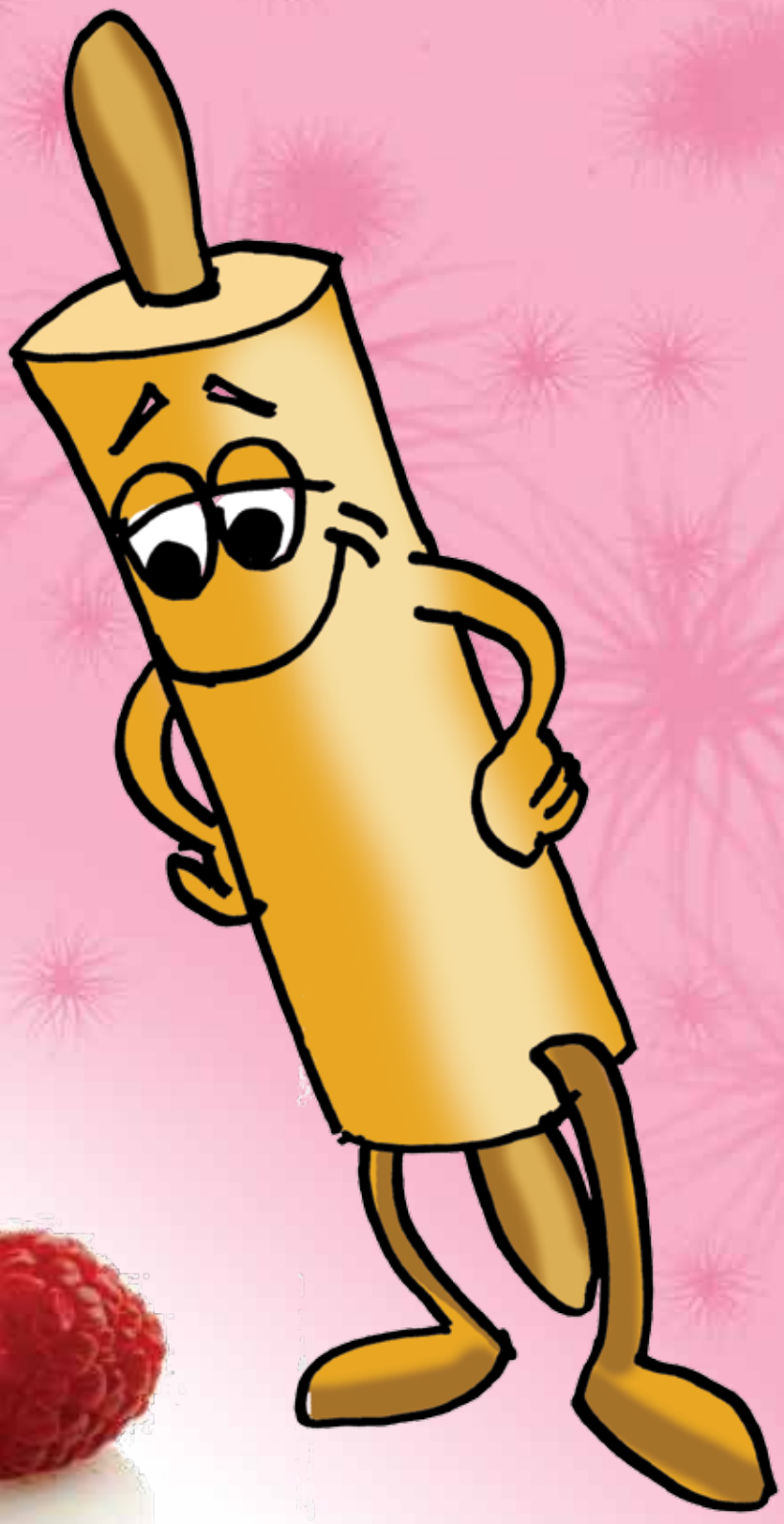
- **50 g finthakkede hassel-nødder el. mandler**
- **Perlesukker**

Smelt smørret og hæld mælken i. Lad det køle og rør gæren ud i mælken.
Skræl æblerne og fjern kernehus, skær/hak æblerne i små stykker.
Rør æbler, salt, sirup og fuldkornsmel i.
Ælt hvedemelet i lidt af gangen og ælt til en blank og smidig dej.
Lad dejen hæve tildækket i 30 min. Ælt dejen igennem og form ca. 20 boller,
Lad dem efterhæve på en papirklædt plade i ca. 30 min. Bag bollerne ved 225 grader i ca. 12 min.

Hvis man vil kan man drysse bollerne med hakkede nødder og perlesukker inden de efterhæver.

Whiskysmagning på Hotel Polar-Stern 2010

**Torben Møller**
*Økonomiassistent*



# Torbens kones
# HINDBÆRSNITTER

ca. 30 stk.

***INGREDIENSER:***

- **200 g sukker**
- **400 g margarine**
- **600 g mel**
- **Evt. lidt mælk eller fløde.**
- **Hindbærmarmelade**
- **Glasur og krymmel**

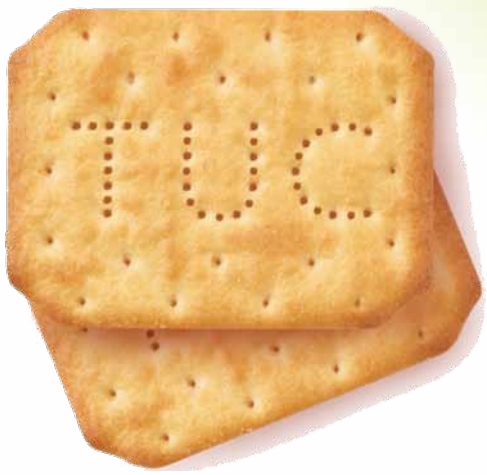
Det hele blandes sammen (evt. i køkkenmaskine), hældes ud på bordet og samles til en fast klump, brug evt. lidt mælk eller fløde.

Dejen deles i to. Første del rulles ud i en stor plade og skæres ud i strimler som passer i længden til bagepladen. Strimlerne smøres med hindbærmarmelade. Den anden klump rulles ud og skæres i strimler som lægges over.

Bages ved 200 C i ca. 12 min. til de begynder at blive gyldne i kanten.
Pyntes med glasur og krymmel og skæres ud.
Sættes på en bagerist uden papir for at "tørre".

Bag enhver mand...
Torben og hans søde kone

**Vibeke Christensen**
*Service- & bookingkonsulent*



# Tuckage

***INGREDIENSER:***

- **1 pk tuckiks**
- **3 æggehvider**
- **100 g hasselnødder**
- **1 tsk bagepulver**
- **2 dl sukker**
- **2 tsk vaniljesukker**
- **Masser af frisk frugt**

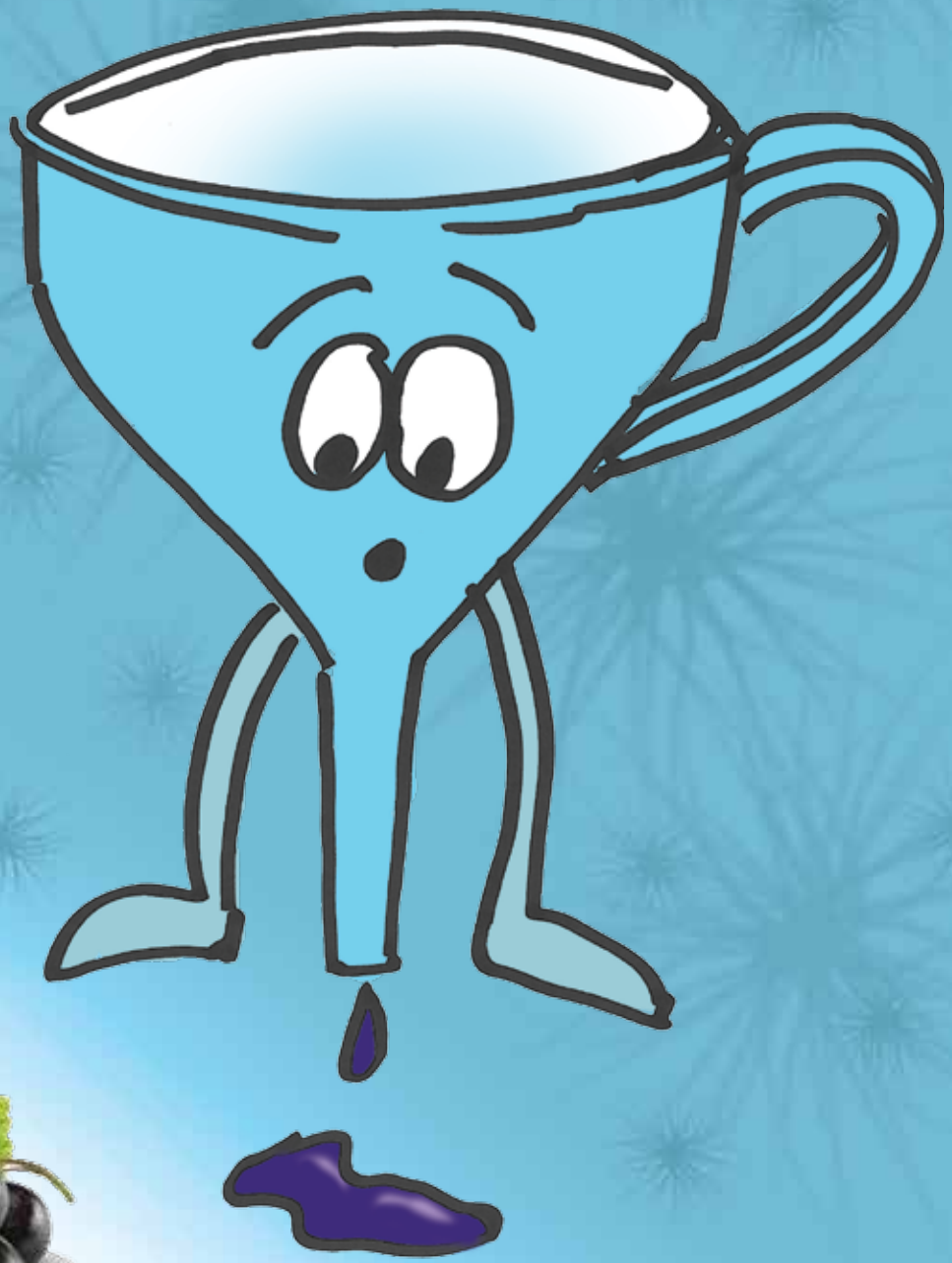
Pisk æggehvider stive.
Pisk æggehvider sammen med sukker, vaniljesukker og bagepulver.
Knus kiks, hak nødderne og bland i.

Bages ved 175 g i ca 25 min.

Pynt med flødeskum og frisk frugt.

**Åsa Nilsson**

*Svensk tekstforfatter*



# Åsas Svarta Vinbärssaft

***INGREDIENSER:***

- **1,5 liter nyplockade mogna svarta vinbär**
- **6 dl. socker**
- **3 teskedar citronsyra**

Skölj 1,5 liter nyplockade mogna svarta vinbär.
Koka 10 minuter i en gryta tillsammans med 1 liter vatten.
Mosa bären mot grytans kant under kokning.
Häll upp och låt rinna av i en silduk i cirka 40 minuter.

Nu har du ungefär 1 liter svarta vinbärssaft som du häller upp i ren gryta.
Blanda i 6 dl. socker och 3 teskedar citronsyra och koka upp ett par minuter.
Skumma av. Häll upp på väl rengjorda flaskor. På med kork och låt svalna av.

*Gott!*

# YLVAS NÖTIGA MYSLI

Hacka nötter och mandlar. Blanda alla torra ingredienser i en skål. Krama in oljan och vattnet med händerna. Lägg bakplåtspapper på en plåt och in i varm ugn på 200 grader i ca 20 min. Rör om i blandningen ungefär var 5:e minut. Klart!

Låt svalna på plåten och förvara i lufttät burk.
Serveras med yoghurt eller filmjölk, gärna med lite färsk frukt till.

Jättegott och räcker länge.

***INGREDIENSER:***

- **1 dl valnötter**
- **1 dl hasselnötter**
- **1 dl mandel**
- **5 dl havregryn**
- **5 dl rågflingor**
- **2 dl solroskärnor**
- **1 dl hela linfrön**
- **1 dl råsocker**
- **¾ dl rapsolja**
- **2 dl vatten**

# Krestens grillade fisk

Koka upp färskpotatis med lite salt i vattnet. Stäng av spisplattan och låt stå kvar och bli klara på eftervärmen.

Stek kantarellerna på hög värme i lite smör. Låt vila på pannan tills fisken är klar.
Salta och peppra fisken efter egen smak, och pensla med lite olja (om du vill ha lite hetare smak blandar du oljan med fint hackad chili och pressad vitlök)
Lägg dem på gallret i en varm klotgrill med skinnsidan neråt.

Grilla cirka 10 minuter utan lock, och låt dem bli färdiga med lock på i cirka 5 minuter till (du ska inte vända på fisken).
Var uppmärksam på att tiden kan variera beroende på temperatur på grillen och tjockleken på fiskfilén.
Klipp färsk dill över fisken.

Servera tillsammans med smörstekta kantareller och färsk potatis;

Mums

4 personer

***INGREDIENSER:***

- **4 lagom stora urbenade långafiléer (går bra med alla sorters vit fisk) helst med skinnet kvar på ena sidan (ca. 200 gram per filé)**
- **200 gram färska kantareller eller så många som du kan hitta i skogen!**
- **Lite smör och olja**
- **Salt och peppar**
- **Ev. chili och vitlök**
- **Dill**
- **Lagom med färskpotatis**

2 personer

# Vardags sushi

***INGREDIENSER:***

- **2 yaki sushi nori-tångplattor**
- **250 gr sushi ris**
- **330 ml vatten**
- **100 gr rökt lax**
- **½ gul paprika**
- **Färska ärter eller gurka**
- **Socker**
- **Salt**
- **Risvinäger**

Koka upp riset med vattnet och låt sjuda cirka 10 minuter, dra av plattan och låt stå 10-15 minuter.

Svalna av och blanda med 1 matsked socker, en **½** tesked salt och 3 matskedar risvinäger.

Bred ut riset på tångplattan, ca 0,5 cm tjockt – spara 2 cm utan ris på ena kanten. Lägg fyllningen i mitten, fyllningen har du preparerat genom att skära tunna strimlor av laxen och långsmala bitar av paprikan. Ärtor lägger du på en rad, eller långsmala bitar av gurkan.
Rulla ihop sushi-rullen. Fäst rullen med lite vatten i kanten utan ris, det klistrar ihop rullen. Låt rullen vila i kylskåpet en halv timme, skär upp lagom stora skivor med en vass kniv.

Servera med soya och wasabi och inlagd ingefära.

## Jag älskar sushi...

# Champagnebussen

Udsigten over Kattegat, som den så ud fra kontoret den morgen… Morgenrøde og gode varsler!

Fik du set filmen fra dagen, hvor alt stod
i champagnebussens tegn?
Klik på "Om Happydays" på www.happydays.nu

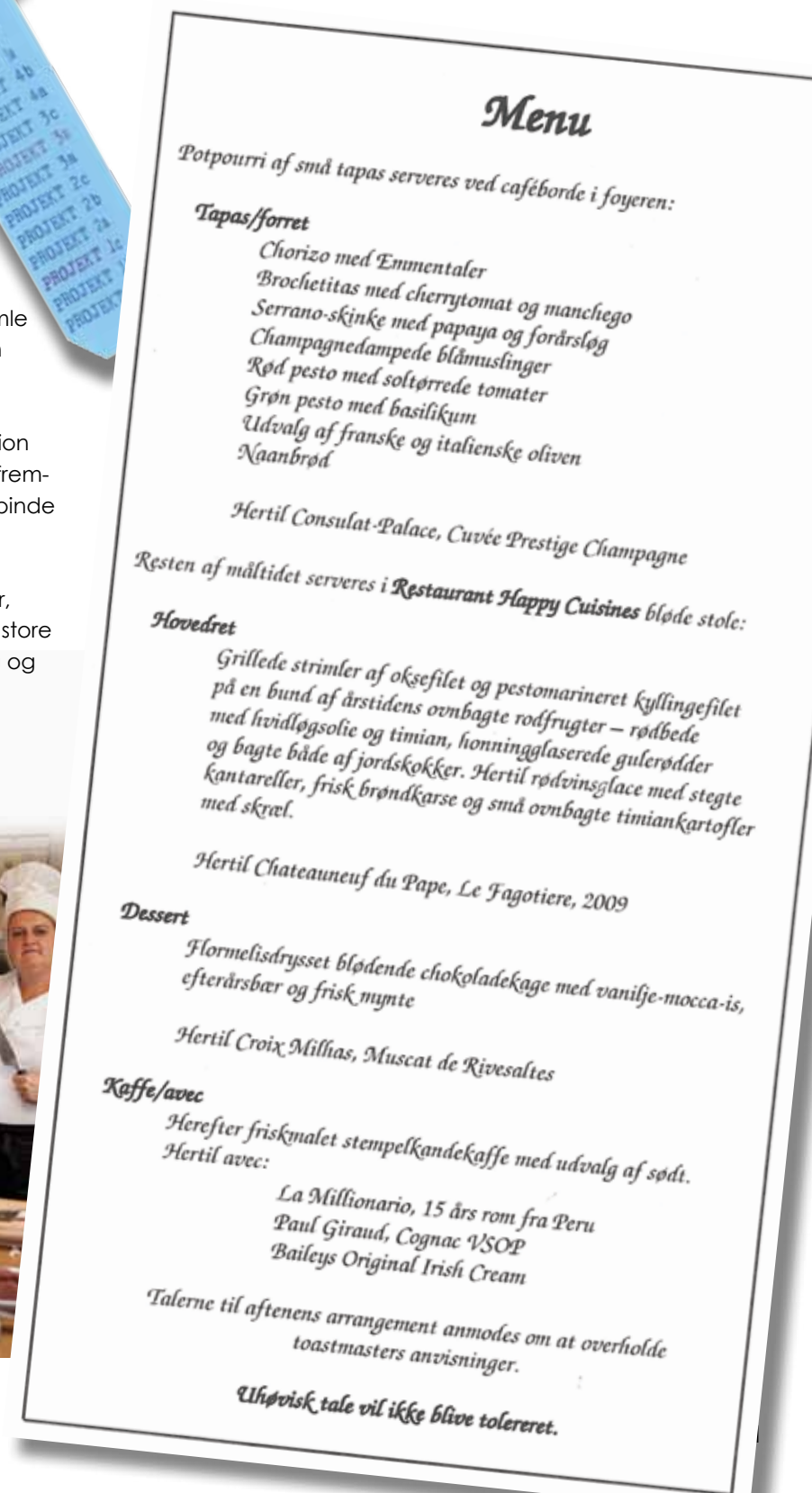
# …køres i garage

Fredag d. 26. oktober 2012 blev dagen, hvor Happydays sagde farvel til sin champagnebus. Champagnebussen var symbolet på Happydays' bindegale årsprojekt med den meget sigende undertitel 'det glade vanvid', hvor alle medarbejdere dedikerede 2011-12 til at samle op på nogle af de hængepartier, som opstår naturligt i kølvandet på en eksplosiv vækst siden begyndelsen i 2004.

Det krævede en massiv fælles indsats, hvor meget blev taget op til revision samtidig med, at der blev søsat nye, ambitiøse projekter med kurs mod fremtiden. Opgaverne blev løst, og det belønnede cheferne med at stå på pinde for medarbejderne hele dagen.

Dagen bød blandt andet på fremlæggelser af samtlige projektresultater, hjemmelavet treretters gourmetmiddag og en rituel afbrænding af den store gameplan – Champagnebussen – der hele året havde fyldt en hel væg og været omdrejningspunktet i det enorme arbejde.

Og så selvfølgelig champagne. Masser af champagne.



**Menu**

*Potpourri af små tapas serveres ved caféborde i foyeren:*

***Tapas/forret***

*Chorizo med Emmentaler*
*Brochetitas med cherrytomat og manchego*
*Serrano-skinke med papaya og forårsløg*
*Champagnedampede blåmuslinger*
*Rød pesto med soltørrede tomater*
*Grøn pesto med basilikum*
*Udvalg af franske og italienske oliven*
*Naanbrød*

*Hertil Consulat-Palace, Cuvée Prestige Champagne*

*Resten af måltidet serveres i* ***Restaurant Happy Cuisines*** *bløde stole:*

***Hovedret***

*Grillede strimler af oksefilet og pestomarineret kyllingefilet på en bund af årstidens ovnbagte rodfrugter – rødbede med hvidløgsolie og timian, honningglaserede gulerødder og bagte både af jordskokker. Hertil rødvinsglace med stegte kantareller, frisk brøndkarse og små ovnbagte timiankartofler med skræl.*

*Hertil Chateauneuf du Pape, Le Fagotiere, 2009*

***Dessert***

*Flormelisdrysset blødende chokoladekage med vanilje-mocca-is, efterårsbær og frisk mynte*

*Hertil Croix Millias, Muscat de Rivesaltes*

***Kaffe/avec***

*Herefter friskmalet stempelkandekaffe med udvalg af sødt.*
*Hertil avec:*

*La Millionario, 15 års rom fra Peru*
*Paul Giraud, Cognac VSOP*
*Baileys Original Irish Cream*

*Talerne til aftenens arrangement anmodes om at overholde toastmasters anvisninger.*

***Uhøvisk tale vil ikke blive tolereret.***

6-8 personer

# Champagne-dampede muslinger

***Til champagnebussens afslutning, skulle salgschefen stå for at tilberede muslinger til 45 personer. Hun fordoblede derfor denne opskrift et par gange, og der var muslinger til hele byen...***

Skrub muslingerne og fjern "skægget" i siden hvis nødvendigt.
Tjek muslingerne for døde eller knuste muslinger. Alle åbne muslingerne skal lukke sig efter et let bank mod bordet. Sker det ikke, kasseres muslingen.

Sauter hakket løg og hvidløg samt snittede gulerødder, rød peber og fennikel i olie. Kom muslingerne i gryden, hæld væden ved og læg krydderurter oven på. Giv muslingerne et drys peber, læg grydelåget på og damp, indtil dampen begynder at slippe igennem mellem gryde og låg.
Muslingerne skal have cirka seks minutter (max).
Når muslingerne er klar, tages gryden af blusset.
Ryst gryden og lad den så trække et par minutter inden servering.
Pynt med mere dild og persille.

***INGREDIENSER:***

- **1 - 1,5 kg muslinger**
- **25 g smør**
- **1 stort hakket løg**
- **2 gulerødder**
- **1 rødpeber**
- **1 hel chili**
- **1 fennikel**
- **3 fed hvidløg**
- **Olie**
- **Peber**
- **3 dl (god) champagne**
- **2 dl fløde**
- **Citron**
- **Dild og bredbladet persille hakket groft**

# Champagne-bussens særlige bløde, røde pesto

***Marketingchefens bidrag til det overdådige tapasbord.***

***INGREDIENSER:***

- **200 g soltørrede tomater i olie**
- **70 g ristede pinjekerner**
- **3 fed hvidløg**
- **100 g parmesanost**
- **4 små chili, skrabet fri for korn (med mindre man er til stærke sager)**
- **Masser af god olivenolie**
- **Salt og peber**

Alle ingredienser kommes i en blender (begynd med ca. ½ dl. olivenolie).

Start blenderen og hæld olie i, indtil du har en tyk flydende masse. Sluk blenderen, smag til med salt/peber og kør en gang mere.

Blend til du har en passende konsistens afhængig af, om du kan lide den grov eller fin.

Pestoen kan fint holde sig nogle uger i køleskabet.

# Champagne-bussens genialt gode, grønne pesto

***INGREDIENSER:***

- **4 dl olivenolie**
- **400 g pinjekerner**
- **3 fed hvidløg**
- **200 g fintrevet parmesanost**
- **2 tsk fint salt**
- **3-4 potter friske basilikum-blade**
- **Evt. en håndfuld rucola og lidt friskpresset citron**

Rist pinjekernerne på panden.

Kom olie, pinjekerner, hvidløg, ost og salt i blenderen Blend ved laveste hastighed i ca. 1-2 min. Tilsæt basilikum-blade med stilke og blend igen, indtil den ønskede konsistens opnås.
Stil pestoen tildækket i køleskabet i mindst ½ time. Smag til.

Blend evt. lidt rucola og citron i til sidst.

# Champagnebusmiddagens hovedret

**Grillede strimler af oksefilet og pestomarineret kyllingefilet på en bund af årstidens ovnbagte rodfrugter – rødbede med hvidløgsolie og timian, honningglaserede gulerødder og bagte både af jordskokker. Hertil rødvinssauce, stegte kantareller, frisk brøndkarse og små ovnbagte timiankartofler med skræl.**

Der laves en tyk italiensk pesto med appelsinsaft i stedet for olie (så olien ikke brænder over grill). Ingredienserne kommes i en blender og appelsinsaft tilsættes i beskedne mængder, så pestoen er forholdsvis tyk. Eventuelt tager du halvdelen fra og tynder op med olie i stedet for appelsinsaft og bruger dette til at pynte tallerkenanretningen (der er pesto nok til begge dele – men vær opmærksom på, at du ikke pensler den rå kylling med pesto og bruger samme pestoskål senere).

Oksefilet og kyllingeinderfilet skæres ud i strimler. Kyllingen pensles med pestoen og oksekødet krydres med salt og peber.

Gulerødder, jordskokker og rødbeder vaskes og skrælles. Gulerødder og rødbeder skæres i aflange stave og jordskokkerne halveres. Gulerødderne forkoges i 5 minutter, afkøles, og glaseres lige inden servering i en pande, hvor man først karamelli-serer rørsukkeret, herefter tilsætter honning og en god klat smør. Gulerødderne skal honningglaseres i omkring 5 minutter.

De halve jordskokker krydres med salt og peber og lægges i et ovnfast fad smurt i olie, mens rødbedestængerne pensles med en kraftig hvidløgsolie og lægges i et andet fad (er hvidløgsolien ikke så kraftig kan det anbefales af bruge et par ekstra fed hvidløg, der knuses og pensles på). Rødbederne drysses med tørret timian. Rødbeder og jordskokker skal have ca. 20 minutter i ovnen ved 200 grader (hvis jordskokkerne er små anbefales kortere tid til disse).

De små vaskede kartofler pensles med olie, lægges i en bradepande og drysses med timian og salt. Kartoflerne skal have 35-40 minutter i ovnen ved 200 grader.

Kantarellerne renses med en pensel (der må ikke bruges vand) og skæres ud i halve eller strimler alt efter størrelse. De steges på en temmelig varm pande med ganske få dråber olie. Først fordampes vandet fra svampene og sidenhen ristes de sprøde. Der tilsættes salt og peber i processen. Kantarellerne skal tilberedes lige op til servering.

Kødet grilles. Oksekødet skal have et par minutter på hver side, mens kyllingen skal være gennemstegt (5-6 minutter på hver side)

Retten anrettes på opvarmede tallerkner. Der bygges et tårn i centrum af tallerknen med kød og grøntsager, rødvinssauce (se opskrift s. 159 – kan med logistisk fordel forberedes dagen før) hældes i en stribe rundt langs kanten, der pyntes med stegte kantareller, og på toppen placeres en grøn dusk af frisk brøndkarse. Kartoflerne og ekstra rødvinssauce serveres i skåle ved siden af, og ekstra kød og grøntsager serveres efterfølgende på fade.

**4 personer**

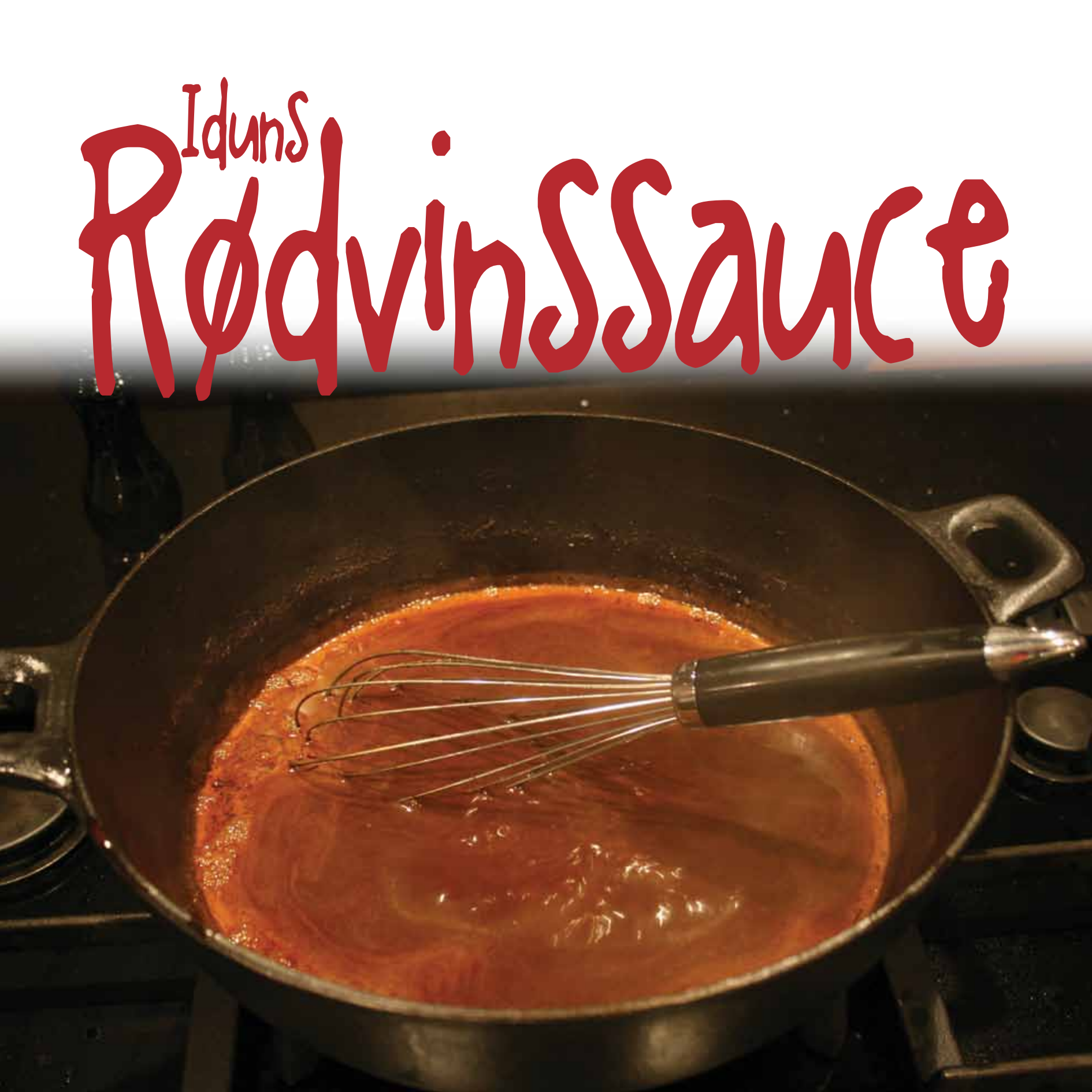
***INGREDIENSER:***

- **400 g kyllinge-inderfilet**
- **400 g oksefilet (evt. 2-3 bøffer, der skæres ud)**
- **5-6 gulerødder**
- **8-10 jordskokker**
- **1 stor rødbede**
- **600-700 g små vaskede kartofler med skræl**
- **150 g kantareller**
- **Honning**
- **Rørsukker**
- **Smør**
- **Olie**
- **Tørret timian**
- **Frisk brøndkarse**
- **Salt og peber**

**Pesto:**

- **Frisk basilikum (typisk en buket eller en potte)**
- **Pinjekerner (1 pose)**
- **3-4 fed hvidløg**
- **50 g frisk parme-san**
- **Frisk appelsinsaft af 1-2 appelsiner**
- **Salt og peber**

# Iduns Rødvinssauce



Ca. 1 liter

Man åbner de to flasker rødvin. Herefter skænker man et glas af den gode til sig selv. Oksebenene brunes i fedtstof i en stegegryde (alternativt kan man give dem en halv time i ovnen ved 200 grader med lidt vand i bradepanden), og herefter overhælder man oksebenene med hele den mindre gode flaske rødvin. Man smager så på den gode vin i glasset. Herefter tilsætter man bouillonen samt de rensede porrer (hver porre deles i 3), gulerødder (halve), selleri (skåret over i 3-4 stykker) samt de to pillede løg. Det hele koges op, og fonden skummes af for urenheder. Der skåles.

Der skrues ned for varmen, låget lægges på stegegryden, og nu skal grydens indhold stå og simre i nogle timer, til det bliver en god og kraftig fond. Kogetiden afhænger af den tid, du har til rådighed, men jo længere tid du koger fonden, jo kraftigere sauce får du til sidst. Jeg plejer at koge fonden under låg i 3-4 timer. Imens kan man hygge sig lidt med et glas rødvin. Grøntsagerne fjernes herefter, og fonden reduceres nu uden låg til det halve (koges ind). Det kan tage noget tid, og her skal man huske at skåle. Oksebenene fjernes.

Du står nu med din færdige fond. Man kan vælge at koge den yderligere ind til en egentlig glace, som bliver meget, meget kraftig, eller man kan fortsætte med denne opskrift på rødvinssauce.

Man tilsætter nu ca. en deciliter af den gode flaske rødvin (hvis flasken er tom, må du åbne en flaske mere), og saucen simrer i yderligere 5 minutter til alkoholen er fordampet, mens den lidt skarpe rødvinssmag stadig er i behold. Herefter tilsættes fløden, og der smages til med salt, peber, japansk soja, ribsgelé og et pænt skvæt af den gastrik (se opskrift s. 135), som man altid har stående i køleskabet. Brug tid på at smage din sauce til, og gå frem med små mængder ad gangen, for du får aldrig en rigtig god sauce, hvis den eksempelvis først er blevet for salt. Du skal sikkert jævne saucen en anelse, selvom den allerede er kogt temmelig tyk allerede (for eventuelle glutenallergikere bruges majsmel). Når, du synes, du har den rigtige smag og konsistens, tilføjer du et par dråber koncentreret trøffelolie. Mængden afhænger meget af trøffeloliens koncentration, og det er vigtigt, at der ikke kommer for meget i. Den helt rette dosis (jeg plejer at bruge 5-6 dråber af en meget koncentreret trøffelolie) kan du kun smage dig frem til, og den giver saucen lige det ekstra pift, der løfter saucen til ukendte højder. Jeg plejer at justere farven med madkulør, for jeg synes ikke, at farven er særlig appetitlig uden, men det er selvfølgelig kun en æstetisk synssag. Frys herefter ned i passende mængder – svarer ca. til 4 portioner á 4 personer.

Du slutter af med et glas godt rødvin – er flasken tom, må du åbne en ny. Hvem siger, at det skal være kedeligt at lave mad.

**INGREDIENSER:**

- **2 fl. rødvin (1 god flaske og en mindre god flaske)**
- **1 l. bouillon**
- **2 kg okseben (suppeben)**
- **3-4 porrer**
- **5-6 gulerødder**
- **1 selleri**
- **2 løg**
- **1-2 dl. piskefløde**
- **Smør/margarine til stegning**

**Smages til med:**

- **Gastrik (se opskrift s. 135)**
- **Salt**
- **Peber**
- **Japansk soya (eks. Kikkoman)**
- **Ribsgele**
- **Trøffelolie (koncentreret trøffelolie – plejer at købe den i Italien i små flasker)**

# Blødende chokolademuffins med *rørt* mocca-is

ca. 16 stk.

*a la servicechefen og økonomichefen*

**Fremgangsmåde:**
Hak chokoladen og smelt den over vandbad. Pisk æg og sukker sammen. Rør smør i chokoladen og vend derefter med æggeblandingen. Sigt mel-let i og vend det hele sammen. Sæt i køleskab i mindst 2 timer. Opvarm ovnen til 200°. Smør muffinsformene og pudr dem let med mel. Fordel dejen i formene. Bages i den varme ovn i 8-10 min., til der netop er dannet en fast skorpe. Kagerne skal være flydende indeni. Lad kagerne stå i formene i 10 min., inden de løftes op.

Vaniljeisen lægges i en skål og røres, tilsæt fløden under om-røring. Riv appelsinskallen i isen og tilsmag med kaffe.
Isen sættes i fryser. Inden server-ingen skal isen være fast men blød. Kagen serveres med en kugle af isen.

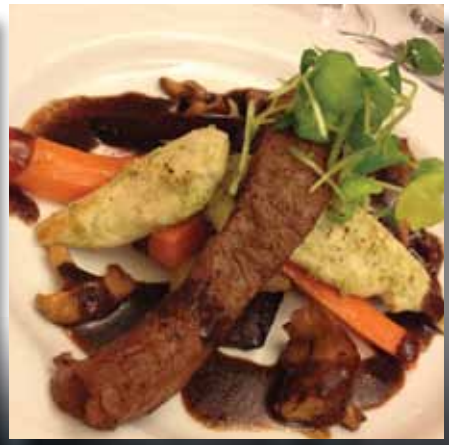
Desserten pyntes med friske hindbær eller brombær. Kagen drysses med flormelis.

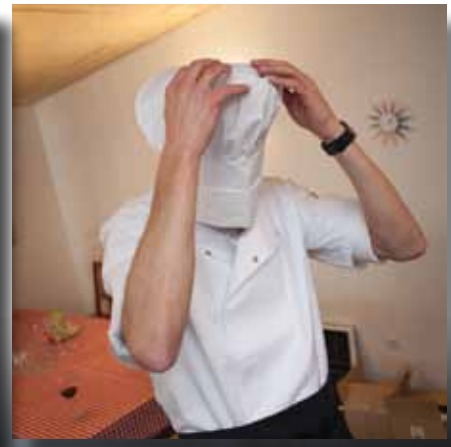
***INGREDIENSER – MUFFINS:***
- **250 g mørk chokolade min. 70% kakao**
- **8 æg**
- **250 g flormelis**
- **100 g hvedemel**
- **225 g blødt smør**

**Muffinsforme af metal eller papir – smøres let med smeltet smør.**

**Tilbehør: Rørt mocca is med smag af appelsin og et par friske hindbær eller brombær.**

***INGREDIENSER – RØRT IS:***
- **2 liter vaniljeis**
- **½ liter piskefløde**
- **Revet appelsinskal fra en hel appelsin**
- **En kraftig brygget og kold kaffe**





# INDEKS

## Bagværk


Annies lussebullar 27
Cashewnøddesmåkager 11
Det bedste knækbrød! 25
Fantastiske fødselsdagsboller 76
Fedtebrød 32
Grove fastelavnsboller 97
Helles daimkage 55
Helles fiberboller 56
Hyggelig kokosfætter 16
Jordbærkage med mars 106
Kanelsnegle 31
Kidneybønne-chokoladekage 15
Kjærs pølsehorn 102
Langtidshævede speltboller 88
Lykkelige lagkagebunde 77
Lækker kanelkage 47
Marillenknödel 127
Marketings jordbær-/champagnebus 41
Mormors nougathorn 95
Mormosterens surdejsrugbrød 89
Nem æblekage 57
Oldemors vanillekranse 62
Prinsesstårta 28
Proteinbarer med tørret frugt og mørk chokolade 39
Semlor 29
Svigermor Toves saftige boller 140
Torbens kones hindbærsnitter 143
Tuckage 145
Varme hveder 43
Æblekage 50


## Dessert


Blødende chokolademuffins med rørt mocca-is 160
Fløderand med dåsefrugt 19
Fragilite-roulade med jordbær 91
Kaiserschmarrn 93
Softice med daim 65
Tiramisu 79


## Det lille ekstra


Champagnebussens særlige gode, grønne pesto 154
Champagnebussens særlige røde, bløde pesto 154
Direktørens gastrik 135
I-dag-er-en-god-dag-sandwich 21
Krydderurtesalt 134
Mums for en tomatchutney 24
Tzatziki 121
Ylvas nötiga mysli 147


## Drikkelse


Bjæsk… 63
Hyldeblomstsaft 74
Mango Lassi 123
Solbærrom 50
Åsas Svarta vinbärssaft 147


## Fisk


Blåmuslinger i tomat à la Peter 23
Champagnedampede muslinger 152
Fisk i god sauce 65
Frutti di mare da Bratten – havets frugter 81
Italiensk torskegryde 49
Krestens grillade fisk 148
Rejebowle 67
Rejecocktails med hvedeflütes 17
Vardags sushi 149


## Hovedretter


Bøf i stanniol med flødekartofler 18
Calzonepizza 105
Champagnebusmiddagens hovedret 157
Chopped Cuisine 124
Falafel 121
Farmors gule ærter 111
Fegato alla veneziana – venetiansk lever 69
Forloren hare 113
Fuglekød i rød pesto 45
Grandpa Jacks Speedy Spinach Lasagna 139
Grilltilbehør 44
Græsk tærte med rejer og soyabønnesalat 87
Iduns rødvinssauce 159
Kinesiske frikadeller 67
Kylling med cashewnødder 9
Kylling på porre og baconbund 47
Kyllingebryst med grøntsager 13
Luksustoast 107
Madklubbens spicy rodfrugts rösti med rejer og rosenkål 35
Mango kyckling 53
Mexicaner Æg 61
Mørbradgryde 85
Nem kartoffel/porretærte 114
Oksemørbrad med rødvinssovs 59
Panang karry 10
Pandekager med hytteost og skinke 98
Radicchio-risotto 70
Retromenu for to… 17
Stegte nudler med kylling i wok 123
Wienerschnitzel 128
Æggekage. "Hvad skal vi ha' at spise i dag - det ved jeg ikke? - nå, vi kan få en æggekage"-opskriften 95
Ægte spansk paella 119


## Salat


Blomkålssalat 88
Canadian Caesars salad 73
Ingstrups Sonja salat109


## Supper


Blomkålssuppe med kantareller 36
Fennikelsuppe 88
Grønlandsk fiskesuppe 131
Jordskokkesuppe med ristet bacon 33
Kartoffelsuppe a la Stevie G 101
Nikolajs stærke chilisuppe 117
Sund fiskesuppe med laks og rejer 137
Tomatsuppe 133

# Opskrifter fra Ailinda til Åsa

Du har en samling opskrifter i hånden, som ikke vil revolutionere kogekunsten.
Men de har alle som én flyttet perspektivet for os hos Happydays – for de er en del af den gode historie på vores arbejdsplads. Her er opskrifter fra Thailand og Grønland, oldemor og internettet, fra 80'er-retro til low carb, på svensk og på dansk.
Kort sagt – de repræsenterer os i al vores raritet fra Ailinda til Åsa, og de har været til fælles glæde, nydelse og heftig udveksling på kontoret efter kageborde, frokostpausen, festmiddagen og alle de andre arrangementer, hvor vores smagsløg har været på spil.

Opskrifterne er krydret med egne fotos og fortællinger fra vores fælles hverdag:
Rejser – med glæde. Der, hvor vi også ofte er blevet bænket og forkælet ved fremmede gryder: På studieturene, hotellerne og rejsedestinationer i hele Europa. Og de er garneret med Ingers velkendte, humoristiske streg – fordi det er sjovt at gå på arbejde.

Alle Happydays' kokke, kogekoner og køkkenskrivere har bidraget, og dem er vi ikke smagsdommere over: Kogebogen er et helt tilfældigt sammenkog af alle de opskrifter og illustrationer , som folk har leveret til projektet gennem de sidste par år. Dem, der på den ene eller anden måde har skabt særlig glæde, har en særlig historie eller bare har smagt så godt, at det har skabt genklang hos kollegaerne. Så de er kun nænsomt redigeret, vi har absolut kun luget ud i de værste stavebøffer og kommakringler,
men ellers står de, som folk har anrettet dem og som en del af charmen.
Knasende ukurante og overraskende inspirerende.
Men vi søger heller ikke det perfekte – vi serverer den gode oplevelse.
Æde med glæde!

**Velbekomme**

Rejser med glæde
Happydays®