

Kantinefolk fra Nord Norge



Hotel- og Restaurantskolen

Brød

Flute

Foccacia

Brødstænger med blandede kærner

Småt men godt

Hønsekødssuppe med kartoffel

Kartoffel vaffel med røget laksecreme

Travlet gris på rugbrødscrouton med rødbede tzatziki

Hoveretter

Kylling stegt med citron og rosmarin

Serveret med braiseret græskar

Nakkekam med chorizo

Serveret med rodfrugtemos

Rødbedesalat med rød rosenkål og brombær

Hjertesalt med fennikel og æbler

Dessert

Knæbrød og ost

Havtorn og gulerodskompot

Æble crumble med havregryn og nødder

Cookies

Brød

Koldhævet dej

2 liter vand
20 g gær
500 g durum
5 spsk sukker
2 spsk salt
Hvedemel – til dejen er sammenhængende men stadig klistret



Sådan gør du:

1. Smør lidt olie på bordet, og vip dejen ud af beholderen.
2. Skær dejen ud i de forskellige former **flute, foccacia og små stænger** (ca 1,5 x 1,5 x 15 cm)
Hver forsigtig med dejen – og pas på ikke at slå luften ud af den.
3. Læg foccaciaen i en bakke med bagepapir, hæld olivenolie på, og pynt med rosmarin og salt.
4. Skær flute ud, og læg på plader.
5. Vend forsigtigt de små stænger i blandede kærner.
6. Stil dejen til efterhævning.
7. Bag ved 200 grader, til de forskellige elementer er færdige.

Det er nemt at have koldhævet dej i et køkken – så man kan starte med at bage, og der kan være nybagt brød.

Hønseskødssuppe med kartoffel

- 2 løg
- 2 fed hvidløg
- 2 porre
- 4 kviste timian
- Flødekartofler (fra dagen før)
- Kyllingekød (fra dagen før)
- Olie til sautering
- 1,5 l hønsfond eller vand

Sådan gør du:

1. Hak løg, hvidløg og skær porren i ringe.
2. Sauter i en gryde.
3. Pluk kyllingekødet af kyllingen, og vurder om kartoflerne skal "smadres" en smule. Held fond på, og tilsæt flødekartoflerne og kyllingekød.
4. Kog det hele op og smag til med salt, peber og evt. æbleeddike.

Raster a la flødekartofler, kartoffelmos, bagte rodfrugter, kylling osv kan bliver til skønne supper.

Kartoffelvaffel med røget laksecreme

Ingredienser:

- 500 g. skrællede kartofler
- 1 kvist timian
- 4 spsk. Hvedemel
- 1,5 dl. skyr
- 2 æg
- 3 spsk. æggeblomme fra flaske
- 1½ tsk. bagepulver
- ½ tsk. salt
- Peber
- 200 g røget laks
- 200 g flødeost
- 200 g creme fraiche
- citronsaft
- purløg



Sådan gør du:

1. Kog kartoflerne møre i vand uden salt.
2. Hæld vandet fra kartoflerne og damp dem tørre.
3. Mos kartoflerne med en kartoffelstamper eller pure jern.
4. Rør hvedemel, bagepulver og skyr i den varme puré, og rør så æg i.
5. Smag til med salt og peber.
6. Bages i et vaffeljern.
7. Rør laksen og flødeosten sammen i en foodprocessor og tilsæt creme fraiche og hakket purløg. Smag til med salt, peber og citronsaft.
8. Server vaflerne med lidt creme og pynt med lidt purløg.

- hvis dejen hænger i vaffeljernet, tilsættes der mere æg til dejen.

Vaflerne kan luges igen i ovnen, umiddelbart før servering.

Trævlet gris på rugbrøds croutons Med rødbede tzatziki

- Braiseret nakkekam (lavet dagen før)
- Hønsfedt
- 4 kviste frisk timian
- 4 spsk. æbleeddike
- 5 stk rødbeder
- 2 fed hvidløg
- 2 dl græsk yoghurt
- Rugbrød



Sådan gør du:

1. Brun nakkekammen af på alle sider, læg den i en braiser gryde med lidt vand/ fond i, og sæt den i ovnen. Braiser stegen ved 160 grader i ca 3 timer
2. Tag stegen ud og hiv den i trævler med 2 gafler eller finrene.
3. Hak løget og sorter det fedet i en gryde, tilsæt timian og kødet, og tilsmag med salt peber og æble eddike.
4. Skær rugbrødet ud i tyndeskiver (på pålægsmaskinen) og halver dem til trækkerter. Læg dem på bagepapir, pensel dem med olie og drys dem med salt og peber. Bag dem i ovnen ved 180 grader til de er sprøde. Pas på at ovnen ikke blæser det hele rundt.
5. Riv rødbede på mandolinen og bland det med græsk yoghurt og smag til med hvidløg, salt og peber.
6. Anret kød på rugbrødet og pynt med rødbede tzatziki og timian.



Kan laves med resterne af den steg man har serveret til frokost

Kylling stegt med citron og rosmarin

- Kylling
- Citron
- Rosmarin
- Olie
- Salt og peber



Sådan gør du:

1. Skær rygbenet ud af kyllingen, og Bred den ud som en sommerfugl.
2. Læg kyllingen i en bradepande med bagepapir i. Smør den ind i olie og drys med salt og peber.
3. Kom citronskiver og rosmarin oven på, neden under og rundt om kyllingen.
4. Steg kyllingen ved 180 grader i ca. 40 min alt efter størrelse. –eller til 75 grader kærnetemperatur.



Braiseret græskar

- 1 ½ Græskar
- ½ l Kyllingefond
- ½ l Fløde
- Salt og peber
- Timian



Sådan gør du:

1. Vask og rens græskaret.
2. Skær det i båd.
3. Steg græskarbådene i en gryde. Steg dem på begge sider så de får en dejlig stegt farve. Tilsæt timian, salt og peber.
4. Kom kyllingefond ved, og lad det koge ned.
5. Tilsæt fløde.

Skralden kan sagtens spises, og er med til at "holde" lidt på formen når græskaret bliver mørt.

Nakkekam med chorizo



- 2 kg nakkekam
- salt og peber
- 2 flasker øl
- 1 l vand
- 400 g perle løg
- 500 g blandede svampe
- 1 kg persillerødder
- 1 kg chorizo
- 6 laurbær
- 6 kviste timian

Sådan gør du:

1. Nakkekammen skæres i "klodser" 5x5x5 (husk min 20 stykker), krydder dem med salt og peber, og brun dem af i der brunes af på en pande, og kommes i en dyb gastrobakke.
2. Pil løg. Skræl persillerødder og skær dem i grove stykker. Rist løg, svampe og persillerødder, og kom dem op til kødet.
3. Tilsæt øl og vand og krydderier, og dæk til med et låg eller stanniol.
4. 100 grader i 1 ½ time
5. Steg chorizoerne på panden.
6. Smag skyen til og tilsæt chorizoerne



Rodfrugte mos

Kartoffelmos med rodfrugter

Ingredienser:

- 1 kg kartofler
- 1 kg rodfrugt (gulerod, selleri, pastinak, persilerod ect.)
- 4 dl lun mælk eller kartoffelvand
- 150 g smør smeltet
- Salt og peber

Sådan gør du:

1. Skræl kartofler og rodfrugter.
2. Kog det hele mørt i vand uden salt.
3. Hæld vandet fra og damp det tørt.
4. Mos kartoflerne og rodfrugterne groft med et piskeris
5. Rør det smeltede smør i og tilsæt dernæst mælken i lidt efter lidt. Pas på konsistensen bliver "lang", hvis man pisker for meget.
6. Smag til med salt og peber.



Rødbedesalat med rød rosenkål og brombær

- 800 g rødbeder
- 200 g brombær
- rød rosenkål
- 1 rødløg

Dressing

- ½ dl kold presset rapsolie
- 3 spsk. kirsebæreddike
- Salt, peber, rørsukker



Sådan gør du:

1. Vask rødbederne og kog dem møre i vand og salt.
2. Afkøles og skrællen smuttes af. Skær rødbederne i tynde skiver på på den lange led på mandolinen.
3. Skyl brombær forsigtigt og læg dem til tørre på et klæde.
4. Skær bunden af rosenkålen, så de yderste blade kan tages af.
5. Rødløget pilles og skæres i tynde strimler.

Sådan gør du: Dressing.

Pisk alle ingredienserne sammen og smag til med salt, peber og juster smagen med rørsukker.

Sådan gør du: Servering

Læg skiver af rødbeder på et fad, sving det gerne rundt så det får lidt højde. Dryp dressingen udover. Fordel brombær, rosenkål og løg.



Hjertesalat med fennikel og æbler

- Hjertesalat
- Fennikel
- Æbler
- Purløg
- Persille

Dressing

- ½ dl kold presset rapsolie
- 3 spsk. æbleeddike
- Salt, peber, rørsukker

Sådan gør du: Dressing.

Pisk alle ingredienserne sammen og smag til med salt, peber og juster smagen med rørsukker.

Sådan gør du:

1. Skyl og tør hjertesalaten, og bræk de enkelte blade i to.
2. Skær fennikel tyndt på mandolinen, og læg den i koldt vand i et kvarters tid.
3. Skær æblerne i skiver, og fordel lidt af drissingen på dem, så de ikke bliver brune.
4. Pluk persillen og skær purløget i stykker af ca 2 cm.

Sådan gør du: Servering

Band alle ingredienserne, og hæld dressingen ud over.



Havtorn og gulerodskompot



- 2 æbler
- 100 g revet gulerod
- 100 g havtorn
- Ca. 100 g sukker

Sådan gør du:

1. Æblerne skæres i tern.
2. Kom dem i en gryde sammen med havtorn de revne gulerødder og lidt vand.
3. Damp det hele mørt under låg.
4. Tilsæt sukker og lad det koge blankt ved svag varme, smages evt. til med lidt syre
5. Tilsæt evt. pektin vis konsistensen er for våd.

Server det til osten



Knækbrød med ost

- 1 dl havregryn
 - 1 dl sesamfrø
 - 1 dl hørfrø
 - 1 dl solsikkekerner
 - 1 dl græskarkerner
 - 3,5 dl hvedemel
 - 2 dl vand
 - 1,25 dl olie
 - 1 tsk bagpulver
 - 2,5 tsk salt
-
- Ost



Sådan gør du:

1. Rør alle ingredienserne sammen og del dejen i 3 portioner.
2. Rul hver portion ud imellem 2 stykker bagepapir. Dejen skal kun være 2-3 mm tyk.
3. Overfør dejen til en bageplade, og fjern det øverste lag bagepapir.
4. Skære knækbrødene for, i den ønskede størrelse.
5. Bag ved 200 grader i 15-20 minutter. Lad knækbrødene afkøle på en rist.
6. Server dem med osten på et ostebræt.

**Kækbrødene er fantastiske med ost
- og de holder sig godt i en lufttæt beholder**

Æble crumble med havregryn, nødder og vanilje creme

- 10 æbler
- 200 g smør
- 200 g sukker
- 200 g mel
- 200 g havregryn
- Hasselnødder

- 3 ½ dl piskefløde
- 2 dl creme fraiche 38 %
- 1/4 stang vanilje
- 5 spsk. flormelis
- ½ citron



Sådan gør du kage:

1. Smelt smøren i en gryde.
2. Tilsæt sukker, mel og havregryn, og rør til det bliver en ensartet men smuldrende dej.
3. Skær æblerne fri for kærnehuset, og del dem i 8 både.
4. Læg æblerne i et fad, og fordel smuldredejen ovenpå.
5. Hak nødderne og drys dem over kagen.
6. Bag kagen ved 180 grader i ca. 15 min, til den er gylden brun.

Sådan gør du creme:

1. Flæk den ¼ vaniljestang, og skrab kornene ud. Bland vaniljekorn og flormelis, og kom det i cremen fraichen.
2. Riv citronskallen fint, og vend den i cremen
3. Pisk fløden til en let skum. Det er vigtigt, at den ikke bliver pisket for meget. Vend creme fraichen i den let piskede fløde.
4. Smag evt. til med lidt citronsaft og evt. mere flormelis. Pas på med citronen da den kan skille cremen.



Cookies

24 stk

- 180 g mel
- 75 g sukker
- 75 g brun farin
- 1 tsk. bagepulver
- 1 tsk. vanilje sukker
- 150 g smør
- 1 æg

- 100 g mørk chokolade
- 100 g hasselnødder



Sådan gør du:

1. Hak chokoladen groft. Hak nødderne groft, eller slå dem i stykker i en plasticpose med en hammer/ grydeske.
2. Bland mel, sukker, farin, bagepulver og sukker sammen, og tilsæt derefter mør og æg, og bland det sammen ned hænderne eller med/i en røre maskine.
3. Rør chokolade og nødder i til sidst.
4. sæt dejen i små "toppe" på bagepapir, på en bageplade. Beregn god plads mellem, da de flyder lidt ud.
5. Bag ved 180 grader i 10 – 15 min.

