



MEYERS GRØNNE JUL





MEYERS GRØNNE JUL

Allerede for 200 år siden satte planteriget december-Danmark på den anden ende.

”Rør blot ikke ved min gamle jul,” lyder slutningen på Peter Fabers elskede julesang om trængsel og alarm i den søde højtide. Der er noget om snakken: Intet kan sætte sindene i kog, som når man piller ved julens traditioner. Et pudsigt standpunkt, når man tænker på, at julen folder sig ud som tusinde forskellige traditioner blandt millioner af forskellige mennesker kloden rundt.

Selv den danske jul har forandret sig drastisk gennem tiden. Juleaften 1811 stimlede nysgerrige Københavnerne sammen og gjorde store øjne gennem vinduerne hos den unge doktor Martin Lehmanns familie. Han havde nemlig – efter tysk forbillede – bragt et stort træ ind i stuen og sat lys på grenene. 11 år senere var idéen stadig så voldsom og ny, at Koldings bysbørn spurtede mod lærer Jurgensens hus for at slukke en brand, der blot viste sig at være et juletræ i al sin stråleglans.

”Hvad har århundreder gamle grantræer med min julemad at gøre?“, tænker du måske. Svaret er enkelt: At det ikke er noget nyt, at planteriget skubber til opfattelsen af den gode, gamle jul. Nu er det pyntesygge træ blevet helligdagskost, og vi lever i en tid, hvor grønne sager sætter dagsordenen på tallerkenen i stedet: Enten side om side med enkelte, velvalgte kødklassikere eller i et helt igennem vegetarisk og dyrebart set-up.

God fornøjelse i det grønne julekøkken.





INDHOLD

Frisk rødkålssalat	7
Grønkålssalat	8
Rødbedebøffer	11
Salat af bagt rødkål	13
Svampepaté	14
Rødkål	16
Salat med syltede rødbeder	18
Græskarsalat	20
Koldrøget græskar	22
Tærte	24
Tarteletter	26
Salat af grønål	28
Grønålschips	31
Rødbede-bygotto	32
Brændende kærlighed	34
Sprød rosenålssalat	36
Rødbedesalat med linser	38
Gulerodstærte	41





FRISK RØDKÅLSSALAT MED APPELSIN OG MANDLER

Brug salaten som et frisk alternativ eller supplement til den klassiske julerødkål, eller blot som en lækker sprød salat som tilhører til alverdens retter.

INGREDIENSER (8 PERSONER):

¼ rødkål (ca. 500 g, befriet for yderblade og stok)
3 spsk. kirsebæreddike
50 g smuttede mandler
2 små appelsiner
2 spsk. honning (eller mørk sirup, hvis opskriften skal være vegansk)
2 spsk. olivenolie
75 g rosiner (eller tørrede tranebær)
Salt
Friskkværnet peber

SÅDAN GØR DU

Snit kålen i helt tynde strimler og vend den med kirsebæreddiken. Krydr med salt. Lad rødkålen trække med eddiken i et par timer.

Rist mandlerne i ovnen ved 160° til de er let gyldne, ca. 6-8 min. Skær dem i aflange splinter. Skær top og bund af appelsinerne og stil dem på spækbrættet med skærefladen nedad. Skær skrællen af og skær frugtkødet fri mellem hinderne.

Bland honning og olie sammen til en dressing og smag til med salt og peber. Vend rødkål, appelsiner, mandler og rosiner sammen. Vend dressingen i og smag til med salt og peber.

GRØNKÅLSSALAT

MED GULEROD OG ÆBLE

En herlig grønkålssalat med æbler og figer. Den sprøde grønkål bidrager med et friskt indslag på det veldækkede julebord.

INGREDIENSER (4 personer):

200 g ribbet grønkål
2 gulerødder
2 skalotteløg
8 tørrede figer
2 danske madæbler f.eks. Belle de Boskoop
2 spsk. koldpresset rapsolie
2 spsk. æbleeddike
1 spsk. rørsukker
Havsalt
Friskkværnet peber

SÅDAN GØR DU

Gå grønkålen efter for stykker af stok, vask den grundigt i koldt vand, og afdryp den i en sigte. Snit grønkålen fint, og kom den i en skål. Skræl og pil gulerødder og skalotteløg, og snit begge dele i tynde skiver.

Skær figerne ud i tynde skiver, skær æblerne ud i kvarte, befri dem for kernehus, og skær dem i fine både, og kom dem ned i skålen til kålen sammen med gulerødder, løg og figer.

Vend hele herligheden med olie, eddike, sukker, salt og peber, og smag så på salaten, og tilsæt evt. lidt ekstra salt, peber og olie.





RØBEBEBØFFER

Søftige og smagsfulde vegetariske bøffer af rødbede, krydret med chili, koriander og fennikelfrø. De kan spises som et alternativ til frikadeller.

INGREDIENSER (1 PORTION):

20 g chiafrø
½ dl vand
250 g bagte kartofler (uden skræl)
250 g revet rødbede
½ revet løg
1 tsk. stødt fennikelfrø
½ tsk. stødt koriander
1 knivspids chilipulver (efter smag)
1 spsk. hvedemel
Havsalt
Friskkværnet peber
Olivenolie til stegning

SÅDAN GØR DU

Vend chiafrø og vand sammen, og lad det trække i 30 min. Vend alle ingredienser godt sammen, og smag til med salt og peber – smag endelig på den rå fars.

Lad farsen hvile i køleskabet i 20-25 min. Form farsen til bøffer, og steg dem gyldne i olivenolie, ca. 4-5 min. på hver side. Krydr med salt og peber.



SALAT AF BAGT RØDKÅL

En virkelig delikat salat med søde, bagte rødbeder. Server den med et godt stykke brød og måske en anden sprød salat.

INGREDIENSER (4 personer):

800 g rødkål
½ dl koldpresset olivenolie
¾ dl kirsebæreddike (alternativt balsamico)
200 g udstenede, friske kirsebær (frosne kan også bruges)
1 spsk. honning
Havsalt
Friskkværnet peber
½ bundt frisk timian (eller andre friske krydderurter)
100 g mild, cremet gedeost

SÅDAN GØR DU

Skær kålen i 12–15 store både, kom dem i et ildfast fad, og vend dem med olie, kirsebæreddike, kirsebær, honning, salt og peber. Bag det i ovnen ved 150° i 35–40 min., til kålen har fået lidt farve i kanterne, men stadig har bid.

Lad kålen køle af på køkkenbordet til stuetemperatur, og krydr så en ekstra gang med salt og peber, og juster evt. med lidt mere eddike og olie.

Drys med timian og gedeost i små stykker, og server straks.

SVAMPEPATÉ

MED NØDDER OG RISTEDE SVAMPE

En skøn ret til julefrokosten, som et alternativ til leverpostej. Denne paté kan laves på en blanding af alverdens svampe, ristede hasselnødder og godt med friskkværnet peber.

INGREDIENSER (10 personer):

100 g speltkerner
200 g løg
3 fed hvidløg
500 g svampe
3 spsk. tamari
5 g timian
200 g hasselnødder
2 ½ dl fløde
3 æg
Salt
Friskkværnet peber
3 spsk. kikærtemel eller hvedemel
250 g svampe
Olie til formen

SÅDAN GØR DU

Kog speltkernerne efter anvisningen og lad dem køle en smule af. Hak løgene fint. Steg løgene bløde og tilsæt hvidløg, når de næsten er færdige. Kom dem i en stor skål.

Rens svampe og hak dem fint. Steg de hakkede svampe gyldne og tilsæt timian og tamari. Steg yderligere 1 minut. Bland med løg. Rist hasselnødderne og hak dem halvfint.

Vend nødder med svampe og løg, smag til med salt og peber (den må gerne være en smule salt før bagningen). Vend det hele med fløde og æg. Saml farsen med mel/kikærtemel. Konsistensen skal være sammenhængende, men cremet. Rør evt. lidt mere kikærtemel i hvis farsen er for våd.

Kom massen i en smurt form, og bag patéerne ved 175° grader varmluft i 30-40 min. Anret med ristede svampe.



Du finder også svampepatéen som en del af vores vegetariske julefrokost ud af huset.

RØDKÅL

MED ÆBLE OG ALLEHÅNDE

En af julens klassikere, som det i den grad kan betale sig at lave selv. Krydderierne er de klassiske julekrydderier og æblemosten giver, sammen med en god æblecidereddike, en frisk sødme og syrlighed.

INGREDIENSER (4 personer):

½ rødkål
1 tsk. andefedt
(du kan også bruge andet fedtstof, f.eks. en god raps- eller olivenolie)
2 allehånde (knust, groft)
2 laurbærblade
1 kanelstang
½ tsk. kommen
1 dl æblecidereddike
2 dl æblemost
2 spsk. sukker (lidt mere, hvis du ønsker den mere sød)
Salt

SÅDAN GØR DU

Rens rødkålen for de yderste blade. Snit det i grove strimler. Kom en gryde på jævn varme og steg rødkålen i andefedt, stile og roligt. Når den værste spændstighed i kålen er aftaget kom da allehånde, laurbærblade, kanel, kommen, eddike og æblejuice på. Kom lidt sukker og salt på, og lad det hele stå og simre i ca. 2 timer under låg.

Juster smagen med æblecidereddike, sukker og salt til sidst.



SALAT MED SYLTEDE RØDBEDER, GRØNKÅL OG RISTEDE KERNER

En sød og syrlig salat med rødbeder i kirsebærglace. Rødbederne får selskab af grøn-kål og ristede solsikkekerner. Et skønt tilbehør til julefrokosten eller alskens retter i den kolde tid.

INGREDIENSER (4 personer):

RØDBEDER

800 g rødbeder
150 g frosne kirsebær,
optøet
2 skalotteløg
150 g grønkål

DRESSING

1 dl koldpresset rapsolie
1 dl neutral olie
1 tsk. salt
½ dl kirsebæreddike
½ tsk. kommenfrø
1 fed hvidløg
1 knivspids sukker

SOLSIKKEKERNER

75 g solsikkekerner
1 spsk. vand
1 knivspids salt

SÅDAN GØR DU

RØDBEDER

Kog rødbederne al dente i godt saltet vand. De skal stadig have lidt bid. Imens rødbederne koger, kan du lave dressingen og riste solsikkekernerne. Smut rødbederne og skær enderne af. Skær dem i ½ cm tykke skiver og hak skalotteløgene fint. Vend rødbederne med optøede kirsebær og dressing.

DRESSING

Rør alle ingredienserne til dressingen sammen og smag godt til.

KNAS

Vend solsikkekernerne med vand og salt, og rist dem i ovnen ved 180°, til de er gyldne.

SERVERING

Anret de marinerede rødbeder med plukket grønkål, fordel lidt dressing over og drys kerner på.

Du finder også salaten som en del af vores vegetariske julefrokost ud af huset.



GRÆSKARSALAT

MED GRØNKÅL

En enkel salat med hokkaidogræskar i hovedrollen. Du kan bruge appelsin i stedet for mandarin, men hold øje med syrligheden og juster evt. med lidt honning.

INGREDIENSER (4 personer):

SALAT

1 kg hokkaido
75 g græskarkerner
3 håndfulde grønkål (gerne den røde variant)
4 mandariner

DRESSING

100 g sesamfrø
1 tsk. honning
1 dl vindrukerneolie
2 mandariner (saften heraf)
1 tsk. sennep
½ fed hvidløg
2 spsk. citronsaft
3 cm frisk ingefær
Havsalt og friskkværnet peber

SÅDAN GØR DU

SALAT

Skyl græskarret grundigt, flæk det med en kniv, og skrab kerner og den trevlede del ud. Skær den ene halvdel i både, og vend dem med lidt olie og et drys salt. Kom dem på en bageplade med bagepapir, og bag dem ved 180° i 20-25 min., til de er møre og let gyldne. Skær den anden halvdel i meget tynde skiver på et mandolinjern, og læg skiverne i koldt vand.

Vend græskarkernerne med lidt olie og salt. Spred dem ud på en bageplade med bagepapir, og rist dem gyldne i ovnen ved 150° i 20-25 min.

Pluk grønkålen i små buketter, og læg dem i koldt vand i 20-25 min. Sling kålen tør i en salatslynge eller et viskestykke - og gør det samme med græskarstrimlerne.

Skræl mandarinerne, og pluk dem i fileter - skær dem i halve, hvis de er meget store.

DRESSING

Rist sesamfrøene på en tør pande, til de tager lidt farve, og kom dem i en blender sammen med honning, olie, mandarinsaft, sennep, hvidløg, citronsaft og fintrevet ingefær. Blend til en glat og ensartet dressing, og smag til med salt og peber.

Vend græskar med kål, mandariner, dressing og græskarkerner. Smag til med salt og peber og evt. mere honning og citronsaft, og server salaten.



KOLDRØGET GRÆSKAR

MED PEBERRODSFLØDE, GLASKÅL OG ÆBLER

Et fint grønt tilbehør til gæstemenuen. Det røgede græskar giver kant og karakter til den ellers klassiske smagskombination af peberrod, æble og hasselnødder.

INGREDIENSER (4 personer):

PEBERRODSFLØDE

1 spsk. mayonnaise
1 knivspids sukker
1 spsk. dijonsennep
1 citron
Friskrevet peberrod
1 dl creme fraiche
1 dl piskefløde
Salt
Friskkværnet peber

GLASKÅL MED ÆBLER

1 glaskål (ca. ½ kg)
1 syrligt æble
2 dl eddike
1 dl sukker
1 spsk. salt

SALTRISTEDE NØDDER

½ kg hasselnødder
2 spsk. vand mættet
med et par nip fint salt
1 tsk. salt

DESUDEN

160 g røget græskar i
tynde skiver
½ bundt dild

SÅDAN GØR DU

PEBERRODSFLØDE

Vend mayonnaise med dijonsennep, citronsaft, creme fraiche, salt, peber og peberrod, efter smag. Pisk fløden cremet og vend den forsigtigt sammen med peberrodscremen lige inden servering.

GLASKÅL MED SYRLIGE ÆBLER

Kog sukker og salt med eddike til det er opløst. Sæt blandingen på køl. Skær glaskål i tynde lange spåner på mandolinjern/pålægsmaskinen. Skær æblet i tynde fileter. Læg glaskål og æbler i eddikelagen og lad den trække i 6 timer, og gerne natten over.

SALTRISTEDE HASSELNØDDER

Vend hasselnødderne med saltvand og salt og rist dem gyldne og gennemtørre ved 150° i 15-20 min. Hak hasselnødderne groft og stil dem til side til servering.

SERVERING

Anret røget græskar med spåner af glaskål og æbler, lidt peberrodsfløde og drys med ristede hasselnødder og dild.



RØGNING

At kaste sig ud i røgning derhjemme kræver kun en lukket grill eller en røggryde.

Når du bruger en grill, så anbring en stor håndfuld kul i den ene side. Når kullene er klar, så kom lidt røgsmuld eller flis direkte på kullene. Alternativt kan du stille en gammel gryde oven på de varme kul og komme smulden eller flisen i gryden, hvor det vil begynde at udvikle røg. Sørg for, at det, du skal røge, er helt tørt, og placer det så langt væk fra kullene som muligt. Gå gerne efter en temperatur på 85°.

Hvis du har en røggryde eller en gammel støbejerngryde og en rist, kan du starte en varmrøgning på dit komfur. Spred smuld i bunden af gryden, skru op for varmen, og lad røgen udvikle sig. Læg græskarrene på risten over den rygende smuld, og lad dem trække røgsmag under låg. Stil gerne gryden udenfor. Lad græskarrene få røg i nogle minutter – smag gerne på dem undervejs.

Du finder også salaten som en del af vores vegetariske julefrokost ud af huset.

TÆRTE

MED SKALOTTELØG OG GEDEOST

En skøn tærte med skalotteløg, timian og gedeost. Et perfekt bud på en tærte til julefrukosten med masser af smag og kraft. Server den evt. med en frisk grøn salat.

INGREDIENSER (4 personer):

TÆRTEDEJ

80 g smør
50 g fuldkorns ølandshvedemel
120 g hvedemel
3 spsk. vand
1 tsk. salt

FYLD

500 g skalotteløg
1 bundt timian
4 æg
2 dl mælk
Salt
Friskkværnet peber
200 mild gedeost

SÅDAN GØR DU

TÆRTEDEJ

Skær smørret i mindre stykker. Ælt smør og mel sammen med hænderne. Tilsæt vand og salt, og ælt det hurtigt sammen til en dej.

Rul dejen ud så den passer til en tærteform (25 cm i diameter). Prik bunden med en gaffel. Dæk med film, og lad den hvile i køleskabet mindst 30 min.

Tænd ovnen på 225°. Forbag tærtebunden midt i ovnen ca. 10 min.

FYLD

Vend de flækkede skalotteløg med olie, timian, salt og sort peber og steg dem gyldne og møre på en pande, med skærefladen nedad. Krydr med frisk timian, salt og sort peber.

Rør æg med mælk, salt, peber og brud af gedeost.

Kom lidt æggemasse i bunden af tærterne, læg de bagte skalotteløg i, dæk med æggemasse og bag tærterne gyldne og faste ved 180° i 15-12 min.

Du finder også tærterne som en del af vores vegetariske julefrukost ud af huset.



TARTELETTER

MED VINTERENS GRØNTSAGER

En klassisk vinterret. De sprøde tarteletter fyldes med grøntsager, som stadig bevarer en del sprødhed, når de stuves let. En ret alle vil elske ved julebordet.

INGREDIENSER (4 personer):

TARTELETFYLD

5 dl grøntsagsbouillon
20 g smør
20 g hvedemel
1 æggeblomme
½ dl piskefløde
Havsalt
Friskkværnet peber
1 usprøjtet citron (skal og saft heraf)
2 gulerødder
¼ knoldselleri
½ hvidkål
½ kg ærter fra frost
½ bundt sødskærm eller kørvel

TARTELETTER (12 stk.)

300 g optøet butterdej
Lidt hvedemel
3 spsk. rapsolie
24 tarteletforme

SÅDAN GØR DU

TARTELETFYLD

Lun grøntsagsbouillon op i en gryde. Smelt smørret i en anden gryde, og tilsæt mel under omrøring, så du laver en klassisk "smørbolle". Tilsæt nu den lune grøntsagsbouillon, og kog sovsen op under piskning, så der ikke dannes klumper. Kog sovsen igennem i 7-8 min.

Rør æggeblomme og fløde sammen, og pisk det ned i sovsen, og kog den igennem 2-3 min. Sigt sovsen, og smag den til med salt, peber og citronskal og -saft. Sovsen skal være let cremet og helt fløjlsblød.

Skræl gulerødder og knoldselleri og skær dem i tern. Kom dem i en varme gryde med olie og sauter dem i 4-5 min. Snit hvidkål fint, og kom alle grøntsagerne i sovsen, og lad dem koge med i 1-2 min.

TARTELETTER (12 stk.)

Rul butterdejen helt tyndt ud på et meldrysset bord. Smør formene grundigt med olien (12 forme skal smøres indvendigt, og 12 udvendigt).

Stik eller skær 12 cirkler ud, ca. 12-14 cm i diameter, og kom dem i de indvendigt smurte forme. Sørg for, at dejen kommer helt ned i formene og ud i alle "hjørner".

Sæt endnu en form oven i tarteletterne, så dejen kommer under pres, og lad så tarteletterne hvile i køleskabet i 20-25 min., inden du bager dem, så dejen får lov til at sætte sig. Bag tarteletterne ved 200° i 12-14 min., og lad dem afkøle lidt i formene, inden du forsigtigt vender dem ud.

SERVERING

Tag gryden med tarteletfyld af varmen, og vend de stuvede grøntsager med friskplukket sødskærm. Lun tarteletterne i ovnen ved 200° i 2 min., og fyld dem med stuvede grøntsager. Server tarteletterne som forret eller hovedret alt efter, hvor mange spisende I er.

SALAT AF STEGT OG RÅMARINERET GRØNKÅL MED CLEMENTINER OG SESAMDRESSING

Grønkål og tang går særlig godt sammen. Det er som om, der er et vist smagsslægt-skab mellem de grønne blade fra henholdsvis over og under vandet. Clementinerne giver sødme og lidt syrlighed, og den ristede sesam giver salaten en god bund.

INGREDIENSER (4 personer):

RÅMARINERET GRØNKÅL

100 g grøn kål
1 spsk. sojasauce
1 spsk. limesaft
1 spsk. olie

STEGT GRØNKÅL

200 g grøn kål
2 fed hvidløg
Sojasauce
Risvinseddike
Friskkværnet peber

SESAMDRESSING

50 g sesamfrø
2 spsk. sesamolie
1 spsk. sojasauce
1 spsk. risvinseddike
1 spsk. sukker
1 spsk. limesaft

DESUDEN

2 clementiner
2 blade noritang

SÅDAN GØR DU

RÅMARINERET GRØNKÅL

Skyl grønkålen, og pluk bladene af stilken – gem stilkene til den stegte grønkål. Hak grønkålsbladene groft, og mariner dem med sojasauce, limesaft og olie, efter smag.

STEGT GRØNKÅL

Skyl grønkålen, og pluk bladene af stilken. Pil hvidløg, og hak det groft sammen med alle grønkålsstilkene. Steg hvidløg og grønkål i olie på en pande ved høj varme i et par min. Smag til med sojasauce, risvinseddike og peber.

SESAMDRESSING

Rist sesamfrøene, og blend dem med resten af ingredienserne på nær limesaften. Bliv ved med at blende dressing, til den tykner. Smag til med limesaft.

VED SERVERING

Skær fileter af clementinerne. Skær tangen i stykker på 2 x 2 cm. Anret stegt grønkål og clementinfileter, og fordel den marinerede grønkål på toppen. Dryp med sesamdressing, og pynt med stykker af noritang.





GRØNKÅLSCHIPS

Sprødt chips af grønkål og palmekål. Perfekt som snack før julefrokosten eller tilbehør til alverdens retter.

INGREDIENSER (4 personer):

100 g grønkålsblade
100 g palmekål
2 spsk. sesamolie
Flagesalt

SÅDAN GØR DU

Skyl kålbladene, og slyng dem helt tørre i en salatslynge eller et viskestykke. Vend dem med sesamolie og lidt salt, og bag dem i ovnen ved 160 grader i 15 min., til de er sprøde. Drys med flagesalt.

RØDBEDE-ÆBLELÆDER

INGREDIENSER (1 portion):

200 g æbler
100 g rødbeder
1 dl vand

SÅDAN GØR DU

Skræl æblerne, skær dem i kvarter, og fjern kernehusene. Skræl rødbederne, og skær dem i små stykker. Kom rødbeder og æbler i en gryde med vandet, kog op, skru ned for varmen, og lad det simre i 10-15 min., til rødbeder og æbler er helt møre. Blend til en ensartet masse. Smør massen ud på en bageplade beklædt med bagepapir, og lad den tørre i ovnen ved 120° i ca. 2 timer. Det er færdigt, når det føles som gummi og ikke klæber til fingeren, hvis du trykker på det.

RØDBEDE-BYGOTTO

MED SALAT AF HASSELNØDDER, ÆBLER OG STEGTE LØG

Rødbederne giver både farve, smag og konsistens til denne cremede og fyldige ”otto”. Brug salaten som topping, eller server den ved siden af.

INGREDIENSER (4 personer):

RØDBEDE-BYGOTTO

- 1 kg rødbeder
- 1 løg
- 1 fed hvidløg
- 200 g perlebygg (gerne en poleret variant)
- 6 dl grøntsagsbouillon
- 2 dl æblemost
- ½ dl æblecidereddike eller anden lys eddike
- Havsalt og friskkværnet peber

SALAT

- 50 g hasselnødder
- 1 rødløg
- 2 æbler
- 1 håndfuld bredbladet persille
- 4 spsk. æbleeddike (gerne balsamisk)
- ½ dl hasselnøddeolie

SÅDAN GØR DU

RØDBEDE-BYGOTTO

Vask og skrub rødbederne. Læg dem i et ildfast fad med bagepapir, og bag dem på 150° i 1½-2 timer, til de er helt møre. Lad dem køle lidt af, og skrab skindet af, mens de stadig er lune. Skær dem i små tern.

Hak løg og hvidløg groft. Steg dem i en gryde i lidt olie, til de er klare.

Kog perlebyggen med bouillon, æblemost og eddike ved svag varme i 20-25 min., til byggen er næsten mør – vend rødbedeternene i, og lad det koge i yderligere 10 min., til kornene er helt møre. Smag til med salt, peber og evt. mere eddike.

SALAT

Rist hasselnødderne på en tør pande til de bliver lidt mørkere. Hak dem groft.

Skær løget i tynde både. Steg dem i lidt olie i et par min., til de er gyldne. Skær æblerne i tynde både eller skiver.

Skyl persillen, slyng den tør, og hak den groft. Vend løg og æble med persille, eddike, hasselnødder og hasselnøddeolie, og krydr med salt og peber.

VED SERVERING

Rør grøden med lidt hasselnøddeolie, og server salaten på toppen eller ved siden af.



VEGETARISK BRÆNDENDE KÆRLIGHED

En grøn udgave af barndomsklassikeren ”brændende kærlighed”. Syltede, brændte løg og de bagte jordskokker giver ekstra fylde, og de råmarinerede jordskokker giver knas på toppen. Med denne metode til at lave mos reduceres kogevandet og bliver en del af retten. Det giver en mere intens smag. Server retten som et måltid i sig selv eller som tilbehør til en af de mange juleretter ved bordet.

INGREDIENSER (4 personer):

KARTOFFEL-JORDSKOKKEMOS	SYLTEDE LØG	BAGTE JORDSKOKKER
500 g jordskokker	2 bananskalotteløg	200 g jordskokker
500 g kartofler	2 spsk. olivenolie	Olivenolie
1 ½ dl olivenolie	1 dl æblecidereddike	Salt
Havsalt	½ dl sukker	Friskkværnet peber
Friskkværnet peber	½ dl vand	

RÅMARINEREDE JORDSKOKKER	DESUDEN
100 g jordskokker	¼ bakke karse
Olivenolie	
Æblecidereddike	
Salt	
Friskkværnet peber	

SÅDAN GØR DU

KARTOFFEL-JORDSKOKKEMOS

Vask og skrub alle jordskokkerne – du behøver ikke skrælle dem – og del dem i tre portioner: 500 g til mos, 200 g til bagte jordskokker og 100 g til marinerede jordskokker.

Skræl kartoflerne, og skær dem i mindre stykker. Skær jordskokkerne – kun dem til mosen – igennem på midten, og kom dem i en sauterpande eller gryde med en stor bund sammen med kartoflerne. Brug ikke en smal, høj gryde, da meget af vandet skal kunne fordampe undervejs. Hæld vand på, så de dækker ca. 3/4 af kartofler og jordskokker, så der stikker nogle toppe op.

Kog jordskokker og kartofler uden låg, til vandet er kogt ind til ca. 1 dl, og kartofler og jordskokker er møre – det tager ca. 25 min.

Tag gryden af varmen, hæld 11/2 dl olivenolie i gryden, og mos kartofler og jordskokker med en grydeske eller et piskeris. Smag grundigt til med salt og peber.

SYLTEDE LØG

Pil løgene, og skær dem i skiver på ca. 1 cm. Varm en pande op til høj varme, og steg løgskiverne i lidt olie, til de er let brændte. Vend dem, og gentag på den anden side. Tag dem af panden, og lad dem køle lidt af.

Kog eddike, sukker og vand, til sukkeret er opløst, og smag til med salt. Del løgskiverne i ringe, og læg dem i syltelagen. Lad dem trække i mindst 15 min.

BAGTE JORDSKOKKER

Skær de 200 g jordskokker i grove tern. Fordel dem på en bageplade beklædt med bagepapir, og vend dem med et par spsk. olivenolie, salt og peber. Bag dem i ovnen ved 225° i ca. 25 min., til de er gyldne og sprøde.

RÅMARINEREDE JORDSKOKKER

Skær de 100 g jordskokker i helt tynde skiver, gerne på et mandolinjern sat på 1/2 mm tykkelse. Læg dem evt. i en skål med isvand i 15-20 min., inden marinerings, så bliver de ekstra sprøde. Hæld vandet fra jordskokke- skiverne, tør dem i et viskestykke, og vend dem med lidt olie, æblecider- eddike, salt og peber.

SERVERING

Anret mosen i skåle eller på et fad. Fordel bagte jordskokker, marinerede jordskokker og syltede løg over mosen, og slut af med et drys karse og et par spsk. af løgmarinaden.

SPRØD ROSENKÅLSALAT

MED APPELSIN OG VALNØDDER

En skøn grov salat, med masser af smag, konsistens og tyngde. Den er glimrende til når du har brug for et lille afbræk fra den traditionelle julemad eller blot ønsker et friskt indslag til julebordet.

INGREDIENSER (6 personer):

4 dl perlebyg
8 dl vand
Havsalt
Friskkværnet peber
300 g rosenkål
2 appelsiner
20 g valnødder
2 spsk. æblecidereddike
4 spsk. koldpresset rapsolie
1 spsk. honning
5 bredbladet persille

SÅDAN GØR DU

Skyl perlebyggen igennem i koldt vand, kom den i en gryde, og hæld vand på. Bring gryden i kog, og kog byggen i ca. 20 min. under låg, til den er kogt mør og har suget vandet til sig. Tag byggen af varmen, og lad den trække 5-10 min. under låg. Krydr med salt og peber. Lad byggen køle helt af.

Skyl rosenkålen, tag de yderste blade af, og kasser dem, og snit så rosenkålen fint, og kom den i en skål. Riv skallen af appelsinerne fint, og kom den i rosenkålen. Skær så skrællen af appelsinerne, og skær appelsinkødet ud i små tern, og kom også dem ned til kålen. Bræk valnøddekernerne i mindre stykker, og kom dem i rosenkålssalaten sammen med den kogte, afkølede perlebyg. Pluk persillen, vask den godt og hak den så groft, inden du også vender den i salaten.

Mariner nu salaten med eddike, olie, honning, salt og peber, og vend godt rundt. Smag på salaten – måske skal den have ekstra eddike, salt eller peber.



RØDBEDESALAT MED LINSER, ÆBLER, BLÅSKIMMELOST OG RUGKNAS

Kombinationen af saltbagte og rå rødbeder giver både bid og en god dyb smag. Linser, æbler, cremet blåskimmelost og knas gør salaten til en smagsbombe og et fuldgyldigt måltid – med en skive hvedebrød eller ristet rugbrød på siden.

INGREDIENSER (4 personer):

600 g rødbeder
Havsalt
Friskkværnet peber
100 g grønne linser
2 spsk. grov sennep
½ dl solbæreddike eller balsamicoeddike
1 spsk. honning
½ dl koldpresset olivenolie
1 lille rødløg
2 æbler
25 g blå ost
½ dl creme fraiche (18 %)
1 tsk. citronsaft

KNAS

2 skiver rugbrød
25 g hasselnødder
5 g frysetørret solbær (kan undværes)
1 håndfuld persille
2 spsk. vindruekerneolie

SÅDAN GØR DU

Skyl og skrub rødbederne grundigt. Tag den største eller ca. 150 g fra, og kom resten i et ovnfast fad. Vend dem med en god håndfuld salt, og bag dem ved 160° i ca. 1½ time, til de er godt møre.

Mens de bagte rødbeder stadig er meget varme, så gnub skindet af under den kolde hane. Skær rødbederne i meget fine tern, og lad dem køle af til stuetemperatur.

Kog linserne i letsaltet vand i 25–30 min. – eller efter anvisningen på pakken – til de er møre, men ikke udkogte. Si vandet fra, og lad dem køle af til stuetemperatur.

Skræl de rå rødbeder, og snit dem i tern på samme størrelse som de bagte. Vend de rå rødbedetern med sennep, eddike, honning og olie.

Hak løget fint. Befri æblerne for kernehuse, og skær dem i tern, der matcher rødbederne. Vend løg, æbler, linser og bagte rødbeder sammen med de råmarinerede rødbeder, og smag til med salt og peber, og juster evt. med honning og eddike.

Rør osten og cremefraichen sammen til en glat dressing, og smag til med salt, peber og lidt citronsaft. Smuldr rugbrødet, og hak nødderne fint. Rist dem sprøde på en middelvarm pande i lidt vindruekerneolie. Krydr med salt, og vend med finthakket persille og knuste frysetørrede solbær.

SERVERING

Anret salaten i en skål med små skefulde af ostecremen, og drys med knas.



GULERODSTÆRTE MED KARRY OG CITRONTIMIAN

Både karryen og citrontimianen skaber kontrast til gulerodens sødme i denne ellers klassiske tærte. Den veganske tærtedej og ditto bechamelsauce er grundopskrifter, du kan bruge vidt og bredt. Server tærten på julebordet sammen med en frisk salat.

INGREDIENSER (4 personer):

FYLD

600 g gulerødder
½ usprøjtet citron
5 citrontimian
½ dl olivenolie
1 ½ spsk. stærk karry
Havsalt
Friskkværnet peber

TÆRTEBUND

200 g hvedemel
50 g fuldkornshvedemel
1 dl olivenolie
½ dl vand
1 tsk. salt

BECHAMELSAUCE

½ dl olivenolie
4 spsk. hvedemel
½ l havremælk
Muskatnød
½ usprøjtet citron

SÅDAN GØR DU

FYLD

Skræl gulerødderne, og skær halvdelen af dem i tynde skiver, gerne på et mandolin-jern. Skær den anden halvdel i grove stykker, og bag dem i ovnen med citronsaft og citronskal i 25 min. ved 150°. Krydr med salt og peber. Skyl citrontimiankvistene, pil bladene af, og vend dem med olie og karry.

TÆRTEBUND

Kom begge typer mel i en skål, og ælt olie, vand og salt i dejen. Rul dejen ud på bordet med lidt ekstra mel, så den er lidt større end din tærteform. Smør tærteformen med olie, og læg tærtebunden i. Blindbag tærtebunden ved at lægge et stykke bagepapir på den og dække det med et lag salt, tørrede bønner el. lign. Tærtebunden skal bages ved 190° i 10 min. Tag formen ud af ovnen, og fjern bagepapir og salt/bønner.

BECHAMELSAUCE

Kom olie og mel i en kasserolle, og varm det forsigtigt op, til det er ensartet og syder lidt. Tilsæt mælken lidt ad gangen under omrøring, så sauce tykner. Smag til med fintrevet muskatnød, citronsaft og fintrevet citronskal, salt og peber.

Fordel de bagte gulerødder på den blindbagte tærtebund, sørg for, at de ikke stikker meget op. Hæld bechamelsauce over, læg de tynde gulerodsskiver ovenpå, krydr toppen med salt og peber, og pensl med karry-timianolien.

Bag tærten i ovnen ved 190° i ca. 25 min., til den er gylden. Slut evt. af med et par friske blade citrontimian ved servering.





Brug tid med hinanden i stedet for ved panden, så hjælper Meyers Køkken gerne med menuen ud af huset.

VEGETARISK JULEFROKOST

Vi har fortolket den traditionelle julemad, så I kan nyde en vegetarisk julefrokost med velkendte retter i selskab med sprøde urter, friske smagsnuancer og varme krydderier, hvad enten den skal holdes med kollegaerne eller venner og familie.

Fra 270 kr. pr. person
Bestil på meyers.dk/catering

VEGETARISK NYTÅRSMENU

Vil du hellere bruge tiden sammen med dine gæster på årets sidste aften, så lad vores kokke sørge for, at I kan tage afsked med 2019 på mest velsmagende vis.

3 retter
Fra 355 kr. per person
Bestil på meyers.dk/catering

