

# Skagenfood

# Mors Dag Kasse

## TJEKLISTE & VEJLEDNING

Vi er glade for, at vi må være med til at gøre Mors Dag helt speciel.

Vi anbefaler, at du læser denne tjekliste og vejledning grundigt igennem straks ved modtagelse af kassen.

Start med at pakke det hele ud af flamingokassen. Tjek, at alt er i pakken (brug tjeklisten herunder). Sæt det hele i køleskabet så hurtigt som muligt.

## Tjekliste (Indhold til hhv. 2 eller 4 personer)

---

- 4 eller 8 stk tykke hvide øko asparges
- 1 eller 2 bundter grønne øko asparges
- 225 eller 450 g søkogte håndpillede rejer, MSC
- 1 bundt øko kørvel
- 1 eller 2 glas øko hollandaise sauce
- 100 eller 200 ml øko piskefløde
- 300 eller 600 g rødtunge/skærisingfilet
- 1 eller 2 glas øko morkelsauce
- 2 eller 4 stængler øko rabarber
- 350 eller 700 g nye øko kartofler
- 1 stk øko citron
- 2 eller 4 stk øko skalotteløg
- 1 bundt øko bredbladet persille
- 1 eller 2 stk røde øko spidskål
- 200 eller 400 g øko spinat

---

### Du skal selv have:

Salt / Peber / Smør / Sukker / Olivenolie / Rug-hvedemel / Neutral olie.



# Forret

---

## Hvide & grønne asparges med søkogte håndpillede rejer, kørvælsalat og sauce mousseline



### Lad os starte med:

Husk at vaske hænderne grundigt inden du går i gang. Skyl derefter alle grøntsager samt eventuelle krydderurter og frugter. Husk også at vaske dine hænder og køkkenredskaber umiddelbart efter håndtering af rå fisk, råt kød og grøntsager med jord.

Find alle de køkkenredskaber frem du skal bruge til retterne.

### Rejer:

Kom rejerne i en sigte, og lad dem dryppe af i 10 min. Vend dem evt. med en lille smule sukker og salt, det fremhæver smagen. Det kan sagtens undværes!

### Sauce hollandaise:

Lun hollandaisesaucen forsigtigt i et vandbad eller under konstant omrøring ved svag varme i en kasserolle.

### Hvide asparges:

Fjern de træede ender på de hvide asparges ved at brække dem af. Skræl aspargesene fra hovedenden mod roden, og ret dem til med en kniv, så de er lige lange. Kog aspargesene forsigtigt i 5-8 min. i letsaltet vand (afhængig af tykkelsen). Det er vigtigt til denne ret, at de koges møre, da det fremmer sødmen i de hvide asparges.

### Grønne asparges:

Knæk den nederste fjerdedel af de grønne asparges. Vurder derefter, om de grønne asparges skal skrælles på den nederste tredjedel. Kog dem sammen med de hvide asparges det sidste minuts tid. Afdryp dem, og vend dem med en smule smeltet smør.

### Sauce mousseline:

Lige før servering vendes der let pisket fløde i saucen - gør det i forholdet 2 dele hollandaise til 1 del flødeskum. Fløden må gerne være iskold, når du pisker den; men det er en god ide lige at lade den piskede fløde få stuetemperatur, inden den vendes i hollandaisen.

Smag til med lidt salt og citronsaft. Voilà - du har nu lavet en af de bedste (og sværeste) saucer i verden: MOUSSELINE! Og kun med LIDT snyd ;-)

### Anretning:

Anret asparges på en varm tallerken. Læg et generøst lag af sauce mousseline over aspargesene på midten. Ovenpå lægges en bunke pillede rejer. Kværn nu lidt sort peber hen over aspargeshovederne. Pynt med en lille kørvælsalat lavet af plukket og skyllet kørvæl vendt med lidt fint salt, 2 dråber citronsaft og lidt olivenolie.

Prøv at drikke en god tysk riesling, gerne halbtrocken eller feinherb dertil... Åhh - og nyd så englesangen.

# Hovedret

Meunièrestegt Rødtunge/skærisingfilet med morkelsauce, spinat og spæde nye røde spidskål, med citron syltede rabarber samt nye kartofler



## Kartofler:

Skyl, skrub eller skrab kartoflerne og kog dem møre i rigeligt, godt saltet vand. Damp kartoflerne tørre, og vend dem med en klump smør og hakket persille.

## Rabarber:

Skyl rabarberne, og skær enderne af. Snit stængerne i stykker på ca. 1/2 cm, og læg dem i en gryde sammen med lidt sukker, lidt revet citronskræl, 1-2 spsk. citronsaft og en knivspids salt. Kog kompotten langsomt op uden låg, og lad den simre i 4-5 min., til rabarberne er møre og væden kogt ind til let sirupkonsistens. Lad kompotten køle let af før servering.

## Spidskål:

Fjern de yderste blade på spidskålen, og del den i 2 dele. Skær stokken fra, og snit kålen, så fint du kan. Kom den snittede kål i en skål, og drys med lidt fint salt. Knug kålen med dine hænder, så den bliver jævnt saltet. Lad den stå i 5-10 min. Hæld evt væde fra kålen, og vend den med syltet rabarber, lidt god olivenolie samt det sidste hakkede persille. Smag til med salt og peber.

## Fisken:

Krydr fiskefileterne med salt og peber, og fold dem på midten på den lange led. Vend fiskefileterne i lidt rug- eller hvedemel. Steg dem på en medium varm pande i halvt smør og halvt klaret smør eller neutral olie.

Fiskene steges primært på den ene side i 2-3 min., til de er gyldne.

Vend fiskene, og steg videre, mens du hele tiden "drypsteger" på toppen ved at tage smør fra panden med en spiseske og hælde det over fisken. Fortsæt drypstegningen i 1 min.

Kom de stegte fisk på lidt fedtsugende papir, såsom køkkenrulle. Krydr med lidt salt og peber.

## Morkelsauce:

Skrab saucen over i en gryde. Kom 1/2 dl kogende vand i glasset, sæt låg på, og ryst. Hæld indholdet over til saucen i gryden. Kog saucen igennem i 1-2 min. Kog ved svag varme. Pisk 3-4 klumper koldt smør i saucen lige før servering, og juster smagen med lidt citron og salt.

## Spinat:

Soigner spinaten, og fjern de træede stængler. Skyl spinaten grundigt i 2-3 hold koldt vand, og slyng den HELT tør i en salatslynge. Pil og hak skalotteløg fint. Kom skalotteløg på en varm pande med lidt smør, lad dem sautere uden at tage farve, til løgene er klare. Krydr med lidt salt. Kom spinat på panden. Lad det blot få lige nøjagtigt så meget varme, at det falder sammen. Smag på det, og giv det lidt salt og peber. Dræn spinat og løg i en sigte, og server straks.

## Anretning:

Som vist på billedet. Server kartofler og kålsalat på siden.



[skagenfood.dk](https://www.skagenfood.dk)

Kundeservice tlf. 7020 0630 - mandag - fredag kl. 09.00 - 12.00 og 13.00 - 16.00

Mail: [kundeservice@skagenfood.dk](mailto:kundeservice@skagenfood.dk)