

Den hurtige til Mortens Aften med and

Af: Jacob Dahl Andersen, huskok - Skagenfood

Tak fordi du valgte at bestille maden til Mortens Aften fra os hos Skagenfood. Vi har gjort os umage for at finde de allerbedste råvarer til Jer, og ikke mindst med at lave en vejledning, der forhåbentlig sikrer en rolig og stressfri proces i køkkenet. Vi håber at vores nye små videoer vil være til gavn, glæde og inspiration.
Vi anbefaler, at I starter med at tjekke, at alt er med i kassen samt at få det sat på køl med det samme.

Kassens indhold til
hhv. 2 og 4-5 personer:

- 1 / 2 stk sous-vide andebryst a ca. 280-350 g
- 2 / 5 stk sous-vide andelår a ca. 280-350 g
- 5 dl skagenfood andesovs
- Hjemmelavet rødkål
- 700 g / 1,4 kg små kogeklare øko kartofler uden skræl til brune kartofler (DK) (Kl.I)
- 1,5 kg øko kartofler (DK) (Kl.I)
- 2 øko timiankviste (DK) (Kl.I)
- 1 pose øko Agen svesker
- 2 / 4 stk øko Belle de Boskoop madæbler (DE) (Kl.II)
- Øko. Franske kartofler, 1 pose

Du skal selv have:

- Sukker, gerne rørsukker
- Smør
- Salt og peber
- Evt. sovsekulør, fløde, ribsgele

Æbler & svesker

1. Skyl og skær æbler i tern på ca. 1 x 1 cm. Kom en lille smule olie på en pande. Kom æblerne, svesker og skyllet og plukket timian på panden.
2. Sauter stille og roligt, indtil æblerne er møre uden at have taget farve i ca. 10 min.

And

1. Tænd ovnen på 200 grader varmluft.
2. Kom sveske/æble-fyldet i bunden af et ildfast fad eller en passende bradepande.
3. Kom andelår og -bryst med skindsiden opad ovenpå æbler og svesker. Drys kødet med salt på skindet.
4. Sørg for at kødsaft og fedtstof fra posen med and kommer med op i bradepanden/det ildfaste fad.
5. Sæt det hele på midterste rille i den 200 grader forvarmede ovn, indtil skindet på andestykkerne er gyldent og sprødt. Det tager 25-30 min. Dryp gerne kødet et par gange med fedtstoffet i bunden af bradepanden.
6. Til sidst kan du evt. give det hele en tur under grillen i ovnen for at få skindet helt sprødt og gyldent. Hold godt øje undervejs, så det ikke branker!

Andesovs

1. Kom sovsen i en passende gryde.
2. Kog sovsen igennem i 5-10 min., mens du pisker.
3. Smag sovsen til med salt og peber, og juster farven med lidt sovsekulør, hvis det er nødvendigt. (Sigt gerne fedt og sky fra de stegte andestykker ned i sovsen.)
4. Hvis du ønsker det, eller I har tradition for det i jeres familie, kan du også tilsætte fløde og ribsgele til saucen. Jeg foretrækker dog denne sovs uden fløde, da der er rigeligt fedtstof i alt andet.

Rødkål

1. Kog rødkålen igennem i en lille kasserolle.
2. Tilsæt gerne et par skefulde smør.

Kogte kartofler

1. Skyl kartoflerne, og skræl dem.
2. Læg kartoflerne i en gryde.
3. Hæld vand i gryden, indtil vandet lige dækker kartoflerne.
4. Kom salt i gryden.
5. Læg låg på gryden, og bring kartoflerne i kog.
6. Skru ned, og kog kartoflerne i 20-25 min. (afhængig af størrelsen).
7. Mærk med en kniv, om kartoflerne er kogte.
8. Hæld vandet fra kartoflerne, og damp dem af.

Brunede kartofler

1. Skyl de små skrællede kartofler grundigt, og kog dem derefter i rigeligt vand, der er godt saltet. Lad være med at koge dem i mere end ca. 10 min., de skal være godt faste. Hæld vandet fra, og damp kartoflerne tørre i gryden. Lad dem afkøle (dette punkt kan med fordel gøres dagen før).
2. Fordel 150 g sukker i et jævnt lag på en kold pande.
3. Lad sukkeret smelte uden omrøring - først i 2 min. ved høj varme - og derefter ved middel varme.
4. Tilsæt ca. 100 g smør, og lad det bruse af.
5. Tilsæt de pillede kartofler.
6. Brun kartoflerne ved medium til kraftig varme i 8-10 min.

Fif: Prøv at svinge kartoflerne rundt i stedet for at bruge en ske eller palet - de går så let i stykker. Drys med lidt salt.
Scan QR koden her for at se, hvor let det er:

Brunede kartofler

Chips

Kom chipsene i en skål og server til maden.

Ingrediensliste og næringsindhold - Den hurtige til Mortens Aften

Rødkål

Ingredienser: Rødkål (62%), eddike, ribssaft, sukker, brun farin, andefedt, kanel, laurbær, nelliker, salt, konserverings-middel: natriumbenzoat.

Næringsindhold pr. 100 g

Energi	400 kJ/95 kcal
Fedt	1,9 g
heraf mættede fedtsyrer	0,6 g
Kulhydrat	17 g
heraf sukkerarter	12 g
kostfibre	1,3 g
Protein	1,1 g
Salt	0,1 g

Økologiske chips

Ingredienser: Kartofler*, Solsikkeolie*, Salt
*=økologisk ingrediens.
Obs: Der kan være mindre forskelle mellem ovenstående indhold og indholdsdeklarationen på det produkt, du modtager. Vi anbefaler derfor, at du altid kontrollerer indholdet på det fysiske produkt, du modtager.
Kan indeholde spor af Mælk.

Næringsindhold pr. 100 g

Energi	2021kJ/484 kcal
Fedt	30 g
heraf mættede fedtsyrer	2,7 g
Kulhydrat	46 g
heraf sukkerarter	0,6 g
Protein	7,7 g
Salt	1,2 g

Sous vide andebryst og lår

Ingredienser: Fransk andebryst og lår (har været frosset inden tilberedning af sous vide), salt, peber blanding-

Næringsindhold pr. 100 g - Andelår

Energi	431kJ/103 kcal
Fedt	3,1 g
heraf mættede fedtsyrer	0 g
Kulhydrat	0,1 g
heraf sukkerarter	0,0 g
Protein	18,5 g
Salt	0,8 g

Næringsindhold pr. 100 g - Andebryst

Energi	754kJ/180 kcal
Fedt	11,9 g
heraf mættede fedtsyrer	3,9 g
Kulhydrat	0,6 g
heraf sukkerarter	0,5 g
Protein	17,8 g
Salt	0,8 g

Agen Svesker

Ingredienser: ØKO svesker

Næringsindhold pr. 100 g

Energi	992kJ/234 kcal
Fedt	0,3 g
heraf mættede fedtsyrer	0,08 g
Kulhydrat	54 g
heraf sukkerarter	35,0 g
kostfibre	7 g
Protein	2 g
Salt	<0,01 g

Andesovs - Bodebjerg

Ingredienser: Vand, hvedemel (HVEDEMEL, HVEDEMALT-MEL), 4,7% koncentreret andefond (Andefond 65% (vand, koncentreret andefond, andekødspulver, salt), salt, aromaer, sukker, modificeret stivelse, løgpulver, eddike, hvidløgspulver, stabilisator (xanthangummi)), rapsolie, 1,7% andefedt, ribs-gele (sukker, ribssaft fra koncentrat, aroniasaft fra koncentrat, geleringsmiddel (E 440), surhedsregulerende middel (E 330)), koncentreret æblejuice, hønsebouillon (maltodextrin, salt, hønsefondpulver, sukker, hønsefedt, majsstivelse, naturlig kyllingearoma, gærekstrakt, kyllingefond, antioxidant (E 392)), kyllingefond (kyllingefedt, koncentreret kyllingeekstrakt, maltodextrin, løgpure, kartoffelstivelse, smagsstoffer (ÆG), salt, sukker, hydrolyseret vegetabilske proteiner (HVEDE), an-tioxidant (tocoferolrig ekstrakt)), balsamicoeddike (vineddike (indeholder SULFITTER), kogt druemost, farvestof (ammonieret sulfiteret karamel)), sukker, kulør (farve (ammonieret karamel), vand, salt), smagsgiver (vand, salt, aromaer, sukker, fermente-ret sukker, modificeret stivelse.), salt, peber

Næringsindhold pr. 100 g

Energi	337kJ/81 kcal
Fedt	4,7 g
heraf mættede fedtsyrer	0,8 g
Kulhydrat	8,4 g
heraf sukkerarter	2,7 g
Protein	1,2 g
Salt	1,8 g

skagenfood.dk
Kundeservice tlf. 7020 0630. Mandag - torsdag kl. 9-12 og 13-16 / Fredag kl. 9-12 og 13-14 / Søndag kl. 9-11.
Mail: kundeservice@skagenfood.dk