

MAISON

mat & vin

Matglede for matglade

Tryll med høstens godsaker!

GOURMET
& WHISKY
I SKOTTLAND

NYE FAVORITTER
MED SJOKOLADE

12

DEILIGE
KOSEVINER

NORGES
STØRSTE
matmagasin*

*Lesere og opplag, MBL

Laks på
knutekål



NÅ LAR VI KJØTTET PUTRE LENGE

SLIK FÅR DU VIN LEVERT PÅ DØREN





10

Friske, fargerike juicer



46 Kult av kål

4 VELKOMMEN!

Kjersti i redaksjonen forteller hva hun håper du skal få ut av denne utgaven.

7 SMÅTT & GODT

Matjournalist Cecilie har valgt ut de kuleste nyhetene fra mat- og drikkebransjen.

10 DE BESTE JUICENE

Matskribent Louisa har tatt frem juiceren og deler sine beste oppskrifter med deg.

16 FARGERIK HØST

Vi slår et slag for råvarene som setter farge på høsten, bl.a. rotgrønnsaker og bjørnebær.

22 VIN NÅR DU BARE SKAL KOSE DEG

Sommelier Liora har tatt frem 12 deilige viner som smaker når de skal nytes uten mat til.

26 PÆREKRAFTIG

Pæren havner ofte i skyggen av eplet. Ingen grunn til det!

32 FRU TIMIANS BESTE MIDDAGER

Fru Timian brenner for hverdagsmaten. Her får du gode forslag fra hennes ferske kokebok.

38 COMFORT FOOD DE LUXE

Vår frilanser Nadin har besøkt restaurant Bula i Trondheim og tatt med supre oppskrifter.

94

Spennende med sjokolade



44 PIKNIK PÅ TRIKKEN

Renée Fagerhøy, sjefen på Bula i Trondheim, deler sin matfilosofi – og sin tiramisu.

46 GJØR KÅL PÅ DET!

Nå kan vi boltre oss i sesongens kål av alle slag. Se hvor mye spennende du kan lage!

54 LA DET PUTRE!

Vi går inn i sesongen for varmende mat som har kokt lenge. Her har du seks gode forslag.

60 GJEVT GJESTEBUD

Det er servert: En komplett 5-retter med vintips – fra velkomstdrinken til desserten.

68 SKOTTLANDS HEMMELIGHET

Mat & vin-sjefen har besøkt Skottland og har med noen overraskelser hjem til deg.

74 NYTT OG GODT AV REIN

Utvalget av reinkjøtt har blitt bedre. Sjekk de deilige rettene du kan lage!

78 HJERTE FOR KLIPPFIK

Møt kokker fra hele verden og se hvordan de tilbereder sin favoritt-råvare: Norsk klippfisk!

84 SMAKEN FRA SKOGBUNNEN

Ny inspirasjon til matlaging med sopp.

92 VIN PÅ DØREN

Liora viser deg hvordan du bestiller vin på nett og får den levert hjem – hvis du vil.

94 SJOKOLADEHIMMELEN

Litt søtt til slutt – av sjokolade.

98 KOLOFON

Se hvordan du når oss i Mat & vin.

99 NESTE NUMMER

Mye å glede seg til i oktober!



68
Whisky-smaking
i Skottland



74
Nå kan du prøve
reinskank



84
Nydelige retter
med sopp



38
Digg fra Bula
i Trondheim

Bla om og nyt!

SETT FARGE PÅ HØSTEN!

Mange tenker kanskje på høsten som litt trist og tung, og dermed kan også vår "mentale palett" fremstå blek og grå på denne årstiden. Men – hei! Høsten fortjener bedre! Vi som liker å lage mat, vet at høsten varter opp med en fargefest både ute i naturen og i grønnsaksavdelingen i butikken. Bare tenk på rødbeter, gulbeter, polkabeter, gulrot, kålrot, for ikke å snakke om kantarell, tyttebær, bjørnebær og multer. Dette deilige fargekartet har inspirert oss til å sette sammen utgaven du leser nå. For eksempel har vi samlet

noen kraftfulle juicer som henter sine knallfarger fra sesongens frukt og bær (side 10). Dessuten viser vi deg hvordan du gourmetsalter torsk slik at du får frem en overraskende flott lillatone (side 16). Også Skottland, som jeg besøkte i fjor høst, viste seg fra sin mest fargeglade side. Reportasjen min kan du lese på side 68. Til og med sjokolade blir fargesprakende med det rette tilbehøret (side 94).

Ispedd 12 tips til viner du kan nyte når du bare skal kose deg, håper jeg at vi kan bidra til å gjøre hverdagene dine denne høsten litt mindre grå og litt mer fylt av farger, glede og gode smaker.



Kjersti
Kjersti Moen
Innholdsansvarlig



Utsøkte
smaker

siden 1869

Topp pizzaen med dine favoritter.
Se vårt store utvalg på oluf.no

Oluf Lorentzen



oluf.no

BLI ABONNENT

Få bladet rett hjem til deg!

#levvakkert



6 utgaver
+ den lekre Falla vassen
kun kr **270***

*+ engangs porto på kr. 49 for utsendelse av gaven.

MAISON Interiør er bladet for alle som er interessert i vakre boliger, og hjem med personlighet og stil.

Gled deg til en herlig leseropplevelse med massevis av inspirasjon – i hver utgave!

Når du abonnerer får du magasinet i postkassen din flere dager før det kommer i ordinært salg.

Følg oss også på Instagram for en daglig dose inspirasjon:

@maisoninterior

Velkomstgave til deg!

Du får en nydelig Falla vase fra Wik & Walsøe, verdi kr 699. Vassen er munnblåst til sin

elegante og unike form.

Vassen er laget av 100% resirkulert glass, H25 cm.



EKSTRA
til deg som
abonnerer

LES DIGITALT

I appen **Flipp** får du gratis tilgang til digitale utgaver av bladet ditt – inkludert tidligere utgaver.

MAISON

I N T E R I Ø R

VIL DU ABONNERE?
Send SMS **MAI39** til **2205**

Abonnementet løper inntil du sier opp.
Du kan si opp når du vil. Etter introduksjonsstilbudet vil faktura for neste periode være kun 363,- for 6 utgaver.

Les mer på
bladkiosken.no

story
house
EGMONT



TE I 190 ÅR

A.C. Perch's Thehandel fyller 190 år, og har laget en spesiell svart jubileumsblanding smaksatt med sitrus, morbær, vanilje og roseblader. Raffinert, som det sømmer seg for en kongelig hoffleverandør. Kr 116 per 100 g, perchs.no.



Hipp, hipp, hurra!

Dekk et festlig bord og inviter til et utendørsmåltid som vil huskes. Duken i lin og bomull er ny fra Lexington og kommer med matchende servietter. Priseks. 150 x 150 cm, kr 1495.



Gullfunn

En hyllest til soppen, sier forlaget om soppkontrollør og matstylist Anne Mæhlums nye bok «Skogens gull». Den rikt illustrerte boken er en veiviser i matsoppens verden og lærer deg alt om hvordan du kjenner igjen, finner og tilbereder soppen. Kr 429, Vigmostad Bjørke.

Sympatisk

Fra det spanske vinhuset Barahonda kommer denne friske, fruktige og florale nyheten. Økologiske Barahonda Blanco 2024 er laget av verdejo- og sauvignon blanc-druer, dyrket i Yecla-distriktet i Murcia, en av Spanias varmeste og tørreste regioner. Kr 158, #7437701, BU.



Til både rodt og hvitt

Krystallglassene i Riedels Performance-serie er formet for at vinen skal åpne seg. Det slanke Riesling/Zinfandel-glasset passer til en lang rekke viner, både røde og hvite. Vakkert å se på er det også. 62 cl, kr 949 (2 stk.), kitchn.no.

36 land på gaffelen

Fembarnsfamilien Lindboe fra Stavanger har reist på kulinarisk jordomseiling i eget kjøkken. Slikt blir det morsom bok av.

Hva har dere laget bok om, Maria og Tore Lindboe?

Om å oppdage verden sammen gjennom mat. Vi ønsker å inspirere andre til å bruke kjøkkenet som et sted for både læring og glede, og vise at det handler like mye om fellesskap, nysgjerrighet og kulturforståelse, som om selve maten. Barna våre har vært med på hele prosessen, fra å trekke flagg og lære om landene, plukke ut retter og være med på matlagingen.



Hva er dere mest fornøyd med?

Vi er aller mest fornøyd med utformingen og utseendet. Boken er blitt kjekk å bla i, både for store og små. Den er lærerik og fargerik, og barna er stolte over resultatet.

Hvordan valgte dere landene som er med i boken?

Vi valgte land vi selv har et forhold til, eller er nysgjerrige på, og passet på å få med en god blanding av kjente og mindre kjente matkulturer og retter.

Hva tror dere barna vil huske best fra prosessen?

De vil nok huske de gode, rare og nye smakene, de morsomme navnene på rettene, og kanskje mest av alt latteren og sølet på kjøkkenet. Å bli gitt ansvar og få bidra underveis har garantert gitt dem mestringfølelse.

Gode råd til foreldre som vil følge i deres fotspor?

Ikke vær redd for at det skal bli rotete eller ta tid. Senk skuldrene og la barna få være med hele veien, også når ting ikke går helt etter planen. Ta dere tid til å snakke om landene, flaggene og matkulturene. Og viktigst av alt: ha det gøy sammen. Det handler ikke om perfekte retter, men om å skape minner og nye smaksopplevelser.

Hva ble familiens favoritter blant landene i boken?

Vanskelig å si, men noen store favoritter er butter chicken fra India, gyros fra Hellas og pico de gallo fra Mexico.

Se mer på Instagram: @ferskinger.

Foto: Jon Marius Nilsson

Orden i rekkene

Vinhyllen Leo fra Caverack tar 36 flasker, har 6 uttrekshyller og kommer i fire tresorter + svart. 60 x 30 x 60 cm, kr 2749 (furu), wineandbarrels.no.



Spritz fra Mjøsa

Med delikat smak av bringebær og urter kommer bitter-søte Atlungstad Aperitivo, utviklet og produsert ved Atlungstad Håndverksdestilleri i Stange i Hedmark. Hell den over is, bland den i cocktails eller fisk frem steteglass, prosecco og soda og lag din egen, fornorskede spritz.

15 %, kr 240 (50 cl),
#19561802, BU.

Lave skuldre

Har du lyst til å be gode venner på mat og drikke uten å stå på kjøkkenet hele kvelden? Da kan Lina Ekseths nye Aperitivo-bok være noe for deg. Her får du hennes tips, oppskrifter og verktøy til sosiale kvelder med lave skuldre. Kr 399, Egmont.



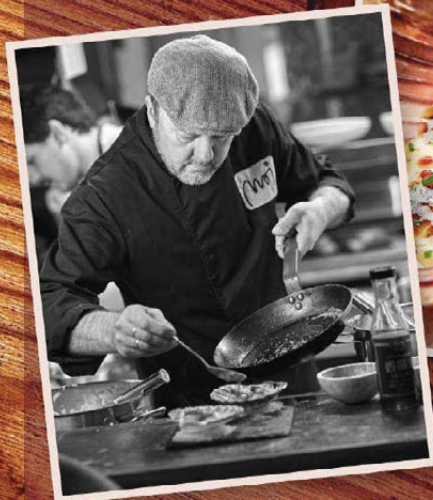
Favoritt- måltidene fra Farmen!

I TV 2-serien «Farmen kjendis» var det naturlig for Trond Moi å ta rollen som kokk på gården.

Han briljerer med lekre og smakfulle retter med et begrenset utvalg råvarer, til stor glede for deltakerne.

Nå kan du selv skape hverdagsgourmet på kjøkkenet – akkurat som Trond! Han viser deg hvordan du med få ingredienser kan trylle fram bærekraftige, sunne og ikke minst smakfulle retter!

I boka får du oppskrifter på favorittmåltidene til deltakerne, festmenyene og middagene som alle jublet over, og kokkens egne signaturretter. Trond byr også på noen himmelige smøtips som gir kokken zen, alt du kan gjøre med poteten, eggeretter, grønnsaksretter, bakverk, tilbehør og desserter.



Trond så hva som måtte gjøres – det gjorde ikke alltid vi andre. Det tok en stund før vi skjønnte at pausene alltid burde brukes til å skrelle poteter, slik at alle kunne holde seg mette.

Elin Tvedt

I ettertid har jeg tenkt på hvor snill Trond er, og hvor mye han jobbet. Han var oppe før alle andre, og stod på og passet på at alle fikk mat. Han jobbet beinhardt med ukesoppdragene i tillegg. Han er bare snill rett igjennom, hele fyren, og en skikkelig arbeidskar.

Alexander Stenfjeldt Seterstøl

EGMONT

Veil. pris kr 449,- | I salg hos Bladkiosken.no eller en bokhandel nær deg!



Louisas beste juicer

Flytende frukt og grønnsaker gir ny energi og en deilig følelse av velvære. Her er fem favoritter fra kokk og kokebokforfatter Louisa Lorang.

OPPSKRIFTER: LOUISA LORANG FOTO: CHRIS TONNESEN

Gingerade med lime og ingefær

Frisk juice med ingefær og sitrongress – en spennende smakskombinasjon som løfter den milde kålen.

5–6 dl

200 g hodekål

3–4 stilker sitrongress

1 lime, uten skall

4 epler

30 g ingefær

Kjør kål, sitrongress, lime, epler og ingefær i en juicer. Server iskald, gjerne med isbiter.

Sitrongress-tips!

Velg økologisk sitrongress og skyll det godt. Del det gjerne på langs før du juicer det, da er det lettere å skylle.

Spas tid!

Du får kjøpt ferdig skrelte, rå rødbeter. Det sparer deg for tid og søl.

Grønnsaksjuice med rødbeter og ingefær

En klassisk, frisk og grønn juice med masse smak.

Ca. 6 dl

- 20 g ingefær**
- 2 mellomstore rødbeter**
- 3 gulrøtter**
- 3 stilker stangselleri**
- 100 g grønnkål**
- 1 eple**
- ½–1 sitron, uten skall**

Skrubb rotgrønnsakene godt for jord. Skjær bort det øverste av rødbetene hvis det trengs. Kjør alle ingrediensene i en juicemaskin. Server juicen iskald, gjerne med isbiter.

Frys ned!

Moden ananas kan klargjøres og fryses ned, så har du alltid klar base til smoothie.

Tropisk smoothie med kokos og kål

En søt og fylldig frokostdrikk med ekstra sunnhetsboost fra kål.

Ca. 8 dl

- ¼ ananas**
- 1 mango**
- 1 lime**
- ¼ spisskål**
- 2 dl isbiter**
- ½ dl kokosmelk**

Skjær skallet og midtstilken bort fra ananasen og del den i terninger.

Skrell mangoen og skjær fruktkjøttet fra steinen.

Skjær bort skall og hvit hinne fra limen.

Kjør ananas, mango, lime, kål, isbiter og kokosmelk i blender i 1–2 minutter.

Server straks i glass med sugerør.



Grønn juice med persille og persillerot

En intens og fyldig juice med kraftig smak
– drikkes gjerne som shot.

Ca. 3 dl

75 g bladpersille

1 persillerot

1 sitron, uten skall

2 stilker stangselleri

Kjør alle ingrediensene i juicemaskin.
Server iskald, gjerne med isbiter.

*Mildere
smak?*

Tilsett 2–3 epler for en søtere
og rundere juice.

Rødbetsmoothie med bær og ingefær

Få med mest mulig fiber ved å rive rødbeter og bruke blender i stedet for juicer.
Ca. 5 dl

2 dl revet rødbete
100 g bjørnebær
10 g ingefær, skrelt
2 dl eplemost
1 ts acaipulver (fås på helsekost)
2 dl isbiter
ev. litt sitronsaft

Kjør rødbete, bjørnebær, ingefær, eplemost, acaipulver og isbiter i blender.

Smak til med sitronsaft og server straks.

Variér bærene!

Du kan bytte ut bjørnebær med solbær eller blåbær – eller utelate dem helt. Acaipulver kan også droppes.

Fargerik høst

Høstmat trenger ikke være tung og kjedelig. Bare se på disse fargesprakende rettene med sesongens deilige råvarer!

TEKST: MIRA ARKIN FOTO: CHRIS TONNESEN



Gourmetsaltet torsk med beter, dill og sennep

Fisken konserveres i to døgn med salt og sukker og får en nydelig, rosa farge fra rå rødbete. En usedvanlig dekorativ forret!

2 porsjoner

GOURMETSALTET TORSK:

300 g torskfilet eller annen hvit fisk

100 g grovrevet rødbete

1 ts korianderfrø

8 svarte pepperkorn

2 ts sukker

1½ ts fint salt

SYLTEDE SENNEPSFRØ:

½ dl hvitvinseddik

½ dl vann

1 ts sukker

½ ts grovt salt

3 ss sennepsfrø

BETER:

200 g små beter (gule eller røde)

salt

1–2 små polkabeter

TIL SERVERING:

100 g crème fraîche

1 neve dill

Torsk: Frys fisken i 24 timer (se tips).

Bland revet rødbete med grovknuste korianderfrø og pepperkorn. Pakk fisken inn i blandingen og så i plastfolie. Legg i kjøleskap i 3 timer. Skrap av blandingen, tørk fisken og dryss med sukker og salt. Pakk i ny plast og kjø ned i 12–18 timer.

Syltet sennepsfrø: Varm eddik, vann, sukker og salt til sukkeret er oppløst (ikke kok). Ha sennepsfrø i et lite glass og hell over laken. Sett kaldt i 12–18 timer.

Beter: Kok små beter i lettsaltet vann i ca. 20 minutter. Avkjøl og gni av skallet. Del i båter. Skrell polkabeter og skjær i tynne skiver. Legg i kaldt vann til servering.

Servering: Skjær fisken i tynne skiver med skarp kniv. Anrett med kokte og rå beter, små skjeer crème fraîche, syltede sennepsfrø og dill.



FRYSETIPS

Mattilsynet anbefaler at all fisk som skal serveres rå, unntatt norsk oppdrettslaks og -ørret, fryses i minst et døgn for å unngå parasitter.





MER FARGE

Bland gjerne sumak og majones et par timer i forveien – det gir en flott lillafarge. Sumak er et syrlig, tørket krydder med røtter i Midtøsten.

Tartar med surkål, tyttebær, sumakmajones og parmesanchips

Syrlig kål, sprø ost og friske bær gir denne tartaren smak i alle retninger – en nordisk rett med Midtøsten-vri.

2 porsjoner

OSTECHIPS:

50 g mild, fast ost, f.eks. parmesan

Sumakmajones:

50 g majones

2 ts sumak (se tips)

salt og pepper

TARTAR:

300 g flatbiff eller mørbrad av storfe

1 dl surkål (uten væsken)

Sopp og tilbehør:

200 g sjampinjong

1 ss olivenolje

50 g tyttebær

4 ss karse

Ost: Riv ost og fordel på bakepapir i langpanne og stek på 180° i 7–8 minutter til den er smeltet og gyllen. Avkjøl til den blir sprø og knekk i biter.

Majones: Rør sammen majones og sumak. Smak til med litt salt og pepper.

Tartar: Skjær kjøttet i bittesmå terninger og vend med surkål og litt salt og pepper.

Sopp: Ren og tørk sopp. Del halvparten i kvarte og skjær resten i tynne skiver med mandolin. Stek de kvarte bitene i varm panne med olje – kun på én side – på høy varme.

Servering: Fordel tartaren på tallerkener. Topp med stekt og rå sopp, sumakmajones, tyttebær og sprø parmesanchips. Pynt med karse.

ALTERNATIVER

Piment d'Espelette er et mildt, aromatisk chilipulver fra Espelette-regionen i Baskerland. Det fås i spesialbutikker og på nett (f.eks. Oluf.no). Får du ikke tak i det, kan du bruke røkt paprikapulver, eventuelt blandet med mildt chilipulver. Saltsyttet sitron er sitron konserver i salt- og sukkerlake. Får du ikke tak i det, kan du bruke litt sitronskall og -saft.

Aubergineschnitzel med tomat og sitron

En vegetarschnitzel med sprø utside og saftig kjerne med krydrede toner.

4 porsjoner

SCHNITZEL:

4 små til mellomstore auberginer

salt

150 g hvetemel

2 egg

200 g panko eller brødrasp

1 dl olivenolje

LANGTIDSBakte TOMATER:

200 g cherrytomater

1 ss olivenolje

salt og pepper

TIL SERVERING:

75 g majones

1 ts tomatpuré

2 ts piment d'Espelette (se tips)

½ saltsyttet sitron (se tips)

1 neve sitronverbena (ev. andre urter)

Schnitzel: Lag små stikk i skallet på auberginene for å unngå at de sprekker. Legg dem på bakepapkledde rist og bak på 200° i 35–40 minutter. De skal være myke, men ikke helt gjennomstekt. La avkjøle litt. Fjern skallet forsiktig, men la stilken sitte på. Klem auberginen ut i vifteform med gaffel. Tørk med papir og dryss på salt. Ha mel i én dyp tallerken, vispet egg i en annen og panko i en tredje. Vend hver aubergine først i mel, så i egg og til slutt i panko. Varm halvparten av oljen i en panne. Stek auberginene 1–2

av gangen på middels varme, 3–4 minutter per side.

Tomater: Del tomatene i to og vend med olje, salt og pepper. Legg dem med snittflaten opp i en ildfast form med bakepapir. Stek på 125° i 1 time og 15 minutter.

Servering: Rør sammen majones, tomatpuré og piment d'Espelette. Smak til med salt. Skjær den saltede sitronen i små terninger. Ha majonesen i en sprøytepose og fordel over de varme schnitzlene. Topp med bakte tomater, saltet sitron og sitronverbena.



Sjokoladekrem med whisky, bjørnebærgelé og karamellknas

Fløysmyk melkesjokolade med et hint av whisky – toppet med friske bær og karamelliserte gresskarkfrø.

4 porsjoner

SJOKOLADEKREM:

180 g melkesjokolade

25 g sukker

2 dl kremfløte

2 dl helmelk

4 eggeplommer

2 cl whisky

BJØRNEBÆRGELÉ:

150 g bjørnebær

½ dl vann

75 g sukker

1 gelatinplate

KARAMELLKNAS:

100 g sukker

1 klype salt

50 g gresskarkjerner

TIL SERVERING:

ekstra bjørnebær

Sjokoladekrem: Hakk sjokolade og ha den i en varmebestandig bolle. Kok opp sukker, fløte og melk. Visp eggeplommer lett. Hell halvparten av den varme fløteblandingen over eggeplommene mens du visper. Hell tilbake i kjelen og varm forsiktig til kremen tykner litt – den skal akkurat dekke baksiden av en skje. Pass på at den ikke overstiger 78°, ellers vil eggeplommene koagulere. Sil den varme

kremen over sjokoladen og la stå litt før du rører til glatt krem. Rør inn whisky. Fordel i små glass eller kopper. Sett kaldt i minst 3 timer.

Bjørnebærgelé: Kok bjørnebær med vann og sukker i 10 minutter. Legg gelatin i kaldt vann. Sil bærblendingen. Klem vannet ut av gelatinen og rør den inn i den varme saften (ca. 1 dl).

La avkjøle til løs gelé.

Karamellknas: Smelt sukker i panne til det blir karamell. Tilsett salt og gresskarkjerner og vend raskt sammen. Hell ut i et tynt lag på bakepapir og la avkjøle. Knekk i biter.

Servering: Rør opp geléen til kremet konsistens. Topp sjokoladekremen med 1 ss gelé og pynt med biter av karamelliserte gresskarkjerner og friske bjørnebær.

PYNTETIPS!

Bruk sitronmelisse eller litt revet appelsinskall for ekstra friskhet og farge.

Mange velger de økologiske
grønnsakene våre.



Og det er jo godt med brokkoli, men det sprudler jo ikke akkurat. Bare sånn hvis du vil prøve litt mer av det som er litt bedre.



VI SOM VIL DET ANNERLEDES

Du finner oss hos REMA 1000



”

”Jeg er dronningen
av popcorn!”

Vin når du bare skal kose deg

Av og til har man bare lyst på et glass vin for å kose seg, gjerne med litt popcorn; det passer til de fleste viner.

Vanligvis handler denne spalten om å velge vin til mat. Om å treffe de perfekte kombinasjonene av smakelementer i retten og i vinen for å få det beste ut av begge. Det kan være ganske komplisert til tider å treffe 100%.

Men noen ganger er det enkelt. For av og til har man bare lyst på et glass vin for å kose seg. For eksempel etter maten eller foran TV-en. Da behøver det ikke være kompliserte viner som trenger å luftes eller dekanteres. Det er ikke nødvendig å forholde seg til hvordan mat tilberedes og om smakene passer sammen. For nå snakker vi bare om litt snacks eller godteri ved siden av vinen.

Så hvilken type snacks passer best sammen med vin? Jeg er dronningen av popcorn! Lite gjør meg så glad som en

stor bolle med salt popcorn til et godt glass vin når jeg skal kose meg. Det fine med popcorn er at smaken ikke er så voldsom; den overdøver ikke vinen. I tillegg gjør saltet at den passer til uendelig mange viner.

Så – om du vil ha bobler, hvitt, rødt eller rosé til kos – popcorn passer til det meste! **Bla om og få er et knippe av mine favoritt-koseviner som jeg anbefaler**

til popcorn (eller kanskje sammen med smågodt).

PS. Mange vinfolk skryter av kombinasjonen champagne sammen med ostepop. Selv har jeg aldri fått smaken på den formen for snacks. Hjemme hos meg er det ostepop-forbud. Jeg mener at ost bør nytes i sin rene form, eller til nød smeltet. Gode kombinasjoner av ost og vin kommer vi tilbake til.



Sommelier Liora Levi
er vår vinekspert





**Champagne Montaubret Brut NV,
Champagne, Frankrike**

Kr 340 VP 13061201 (basis)

Delikat aroma av sitrus og kjølig frukt, noe aroma av kjeks. Smaker friskt av grønne epler, sitron, lime og mineralske toner. Streif av kjeks i saftig, lang finish. Perfekt kosevin! (Eller til østers, reker og plukkmat).



**Banfi La Pettegola Vermentino
2024, Toscana, Italia**

Kr 230 VP 488901 (bu)

Frisk aroma av fersk frukt. Saftig og ren med god smak av fersken, mango og epler. Noe blomstertoner og søt sitrus i finish. Perfekt kosevin! (Eller til fisk, skalldyr og kremet pasta).



**Georg Breuer Riesling Sauvage
2024, Rheingau, Tyskland**

Kr 220 VP 2075001 (bu)

Delikat og frisk aroma av stenfrukt og sitrus. Syrlig frukt på smak med grønne epler, nektariner og umodne, hvite fersken. Sitron og lime, mineralsk og syrefrisk finish. Perfekt kosevin! (Eller til fisk, skalldyr, salat og tapas).



**Stoller Willamette Valley
Chardonnay 2023
Oregon, USA**

Kr 270 VP 19453701 (bu)

Aroma av syrlig frukt med tropiske innslag. Smaker syrefriskt av epler, nektariner og fersken. God konsentrasjon og lengde med streif av smør og nøtter. Perfekt kosevin! (Eller til fisk, skalldyr og hvitt kjøtt).



**Stellenrust Old Bush Vine
Chenin Blanc 2024
Stellenbosch, Sør-Afrika**

Kr 250 VP 7290301 (basis)

Aroma av gul frukt og vanilje. Smaker rent av epler, fersken og nektariner, med innslag av smørtoner og ristede nøtter. Perfekt kosevin! (Eller til fet fisk, skalldyr med smørsaus og kremet pasta).



**Monastier Cabernet Sauvignon
2024, Pays d'Oc, Frankrike**

Kr 155 VP 5526401 (basis)

Aroma av mørke bær og frukter. Fin fylde og smak av blåbær, krekling og solbær. Streif av tannin i finish. Perfekt kosevin! (Eller til hjemmelaget pizza, burger og pasta).



**Antiche Terre Valpolicella 2024,
Veneto, Italia**

Kr 157 VP 5219901 (basis)

Aroma av rød frukt. Smaker friskt av sylrlige bjørnebær og kirsebær, innslag av krekling og bløte tanniner. Perfekt kosevin! (Eller til tapas, grønnsaksretter og lasagne).



**Weinert Cabernet Sauvignon 2021,
Mendoza, Argentina**

Kr 230 VP 2144201 (basis)

Liker du kraftige rødviner? Aroma av mørk frukt og innslag av krydder. Noe rustikke toner av stall og fjøs, plommer, solbær og krydder. Sylrig finish med faste tanniner. Perfekt kosevin! (Eller til all kjøttmat).



**Fenocchio Dolcetto d'Alba 2024,
Piemonte, Italia**

Kr 200 VP 5539001 (bu)

Fersk frukt på duft. Smaker rent og friskt av plommer, bjørnebær, krekling og blåbær. Saftig og ren med bløte tanniner og lang, konsentrert finish. Perfekt kosevin! (Eller til tomatisert pasta, biff, andebryst og lammeskank).



**Bunn Strebel Merlot Reserve 2019,
Rheinhessen, Tyskland**

Kr 300 VP 16917001 (bu)

Aroma av mørke bær og frukter. Sylrig frukt i munnen med toner av plommer, bjørnebær og kirsebær. Bløte tanniner og lang, sylrig ettersmak. Perfekt kosevin! (Eller til storfe, and og lam eller mørk sjokolade).



**Thymiopoulos Xinomavro Jeunes
Vignes 2022, Makedonia, Hellas**

Kr 210 VP 11441301 (basis)

Delikat duft av røde bær og blomster. Smaker friskt av jordbær, hint av tørket frukt mot tranebær, noe kryddertoner og fin sylrlighet i avslutningen. Perfekt kosevin! (Eller til sopp, svin, fjærkre, storfe og høstens gryter).



**Longplay Explicit Lyrics Pinot Noir
2023, Oregon, USA**

Kr 300 VP 18914001 (bu)

Delikat duft med toner av rød frukt og streif av fat. Saftig med smak av rognebær, krekling og kirsebær. God konsentrasjon med lett tanninbitt. Perfekt kosevin! (Eller til hvit fisk, pasta og lettere kjøttretter).



Pærekraftig

Pæren har havnet litt i skyggen av eplet, helt ufortjent.
Den er minst like god både i salte og søte retter,
og tilfører en sødme eplet må se langt etter.

OPPSKRIFTER: MIRA ARKIN FOTO: CHRIS TONNESEN

Pæreceviche på tostadas med avokadomos og ristede gresskarkjerner

Fisk som "kokes" i limesaft, blir ekstra spennende servert på texmex-vis.

4 porsjoner

TOSTADAS:

8 små maistortillas
2 dl smaksnøytral olje
salt

CEVICHE:

25 g gresskarkjerner
150 g fiskefilet (se tips)
1 pære
1 lime
½ chili

AVOKADOMOS:

2 avokado
1 liten håndfull koriander

Tostadas: Stek tortillaene et par minutter i en panne med olje. Snu dem en gang underveis. La dem renne av seg på kjøkkenpapir og krydre med litt salt.

Ceviche: Rist gresskarkjernene i en tørr panne og krydre med salt. Skjær fisken i små terninger og vend i saften fra en halv lime og finhakket chili. Vask pæren, fjern kjernen og skjær resten i små terninger. Bland med fisken. La cevichen trekke i ti minutter, men ikke lenger. Spar litt av chilien til topping. Smak til med salt.

Avokadomos: Del avokado og ta ut frukt-kjøttet. Mos og rør inn resten av limesaften, samt vasket, tørket og finhakket koriander. Smak til med salt.

Servering: Smør avokadomos på tostadas og topp med pæreceviche og ristede gresskarkjerner.

Fisketips!

Her passer det godt med torsk eller hyse uten skinn og ben.

Pærepizza med mozzarella, salsiccia og pecorino

Har du ikke hørt om pære på pizza?
På tide å prøve!

2 porsjoner

PIZZABUNN:

3 dl kaldt vann
50 g aktiv surdeig (se tips)
1 ss olivenolje
4 g gjær
425 g durum-pizzamel
10 g salt

TOPPING:

250 g fersk mozzarella
2 pærer
150 g salsiccia (se tips)
olivenolje
salt
sort pepper
25 g pecorino (se tips)
1 håndfull salvieblader

Bunn: Bland vann, surdeig, olivenolje og gjær. Rør inn melet og la det hvile i en halvtime. Da vil det skje en autolyse som fremmer utviklingen av gluten. Tilsett deretter salt og elt deigen i ti minutter i en kjøkkenmaskin. La deigen heve tildekket i kjøleskapet i ca. ti timer. Ta deigen ut av kjøleskapet to timer før bruk. Del den i to og kjevle ut pizzabunner.

Topping: Fordel mozzarella over pizzabunnene. Vask pærene og skjær dem i tynne skiver som du legger oppå mozzarellaen. Flå skinnet av salsiccia-pølsene og legg klumper av pølsedeig på pæreskivene. Drypp over litt olivenolje og krydre med salt og pepper. Stek pizzaene i ovnen i ti minutter ved 250–275 grader.

Servering: Dryss revet pecorino-ost og salvieblader over pizzaene rett etter at de tas ut av ovnen, og server.

Bytt-ut-tips!

Kjøp ferdig surdeigstarter eller ferdig surdeigsbunn. Salsiccia er en fersk, krydret svinepølse fra Italia. Bruk annen fersk pølse eller medisterdeig med spekeskinke. Pecorino kan erstattes med parmesan.

Stekt kylling med pære, sjalottløk og estragon

Sødmen fra pærene harmoniserer nydelig med det milde kyllingkjøttet.

4 porsjoner

4 kyllingbryst
salt og pepper
250 g sjalottløk
2 pærer
25 g smør
1½ dl hvitvin
2 dl kremfløte
1 håndfull estragon
2 ss sherryeddik

Kydre kyllingen med salt og pepper, skrell sjalottløkene og del ev. store løk i to. Vask pærene og skjær dem i båter. Brun kyllingbrystene godt på begge sider i en sautépanne med smør. Ta ut kyllingen, ha løk og pærer i pannen og stek gyllent. Hell hvitvin i pannen og legg kyllingen tilbake. La koke inn til ca. halvparten, tilsett fløte og halvparten av estragonen – finhakket. La kyllingbrystene småkoke i åtte minutter på hver side. Smak til sausen med salt, pepper og sherryeddik, og pynt serveringen med resten av estragonen.

Kryddertips!

Estragon er perfekt kyllingfølge, men finner du det ikke, kan du bruke salvie, oregano eller bladpersille.

Kyllingtips!

Hvis kyllingbrystene har skinn får retten ekstra god smak.



Mandelterte med pære og ingefær

Pære og ingefær er en klassisk smaks-kombo, og sammen med en saftig paideig med mandler blir det digg dessert!

6-8 porsjoner

TERTEBUNN:

140 g iskaldt smør i terninger

250 g hvetemel

1 klype salt

1 ss sukker

¼–¾ dl kaldt vann

FYLL:

50 g mandelmel

50 g sukker

1 ts malt ingefær

25 g syltet ingefær

TOPPING:

3 pærer

1 eggeplomme + 2 ss fløte til pensling

1 ss sukker + ½ ts malt ingefær

TIL SERVERING:

vaniljeis eller crème fraîche

Bunn: Ha mel, salt og sukker i en food-prosessor og tilsett det iskalde smøret. Kjør til grove smuler og samle deigen med kaldt vann. Små smørbitar vil fortsatt være synlige. Rull deigen til en kule, press den flat og la den hvile i kjøleskapet i 20 minutter. Kjevle ut deigen til en ca. ½ cm tykk sirkel og legg den på en bakepapirkledd stekeplate.

Fyll: Bland mandelmel med sukker, malt ingefær og syltet ingefær. Fordel blandingen på tertebunnen, men la 5 cm rundt hele stå igjen uten fyll.

Topping: Vask pærene, skjær dem i tynne skiver og legg dem delvis over hverandre som takstein på tertebunnen. Brett forsiktig kanten på terten innover og klem den sammen med litt overlapp hele veien. Pensle kanten med eggeplomme blandet med fløte og dryss sukker og malt ingefær over hele terten. Stek terten i ovnen i ca. 20 minutter på 180 grader.

Server med vaniljeis eller crème fraîche.

Mandeltips!

For et mer kremete fyll kan du bruke mandelkrem i stedet for mandelmelblanding. Det får du kjøpt ferdig, eller du kan røre ett egg inn i mandelmelblanding og smøre på tertebunnen. Kransekakemaske kan også fungere.

Smortips!

For å gjøre det enklere å smuldre tertedeigen, bør du legge smørterningene i fryseren i minst tre timer, eller over natten.

Den nye svarte til kjøkkenet ditt

Vi har gledet oss veldig til å avduke Pro SB+, vår nye serie med stilige kokekar som gjør både matlaging og kjøkkenlivet litt kulere. Med sin gjennomført svarte design løfter serien kjøkkenet ditt til et helt nytt nivå.



SCANPAN®
DENMARK


SCANPAN.NO

Lykkefangeren

Det spiller ingen rolle hva du spiser, bare du legger vekk skjermene og lever et lite stykke liv rundt bordet hver dag, mener bokaktuelle Fru Timian.

TEKST: CECILIE LOUISE BERG FOTO: ØYSTEIN WESTLIE,
FRA BOKEN «15 - 30 - 60 FRU TIMIANS KNALLGODE MIDDAGER», BONNIER

Jeg hørte en lykkeforsker spekulere i årsaken til at finnene er kåret til verdens lykkeligste folk: At de sitter ofte og lenge sammen rundt bordet. Selv er jeg ikke i tvil. Dette er et tema jeg lenge har vært opptatt av, og som jeg alltid tar opp når jeg holder foredrag: verdien av å samle familien til litt god stemning rundt bordet, om enn bare i et kjapt kvarter over et knekkebrød, fastslår Marit Røttingsnes Westlie (55), bedre kjent som matblogger i førstedivisjon under navnet Fru Timian.

For Marit har middagsbordet alltid vært mer enn et sted å spise, forteller hun i sin splitter nye kokebok:

– Det er et samlingspunkt, et fristed, en oase i hverdagen der vi legger bort telefonene, ser hverandre i øynene og snakker om livet.

VIL IKKE VÆRE JÅLETE

I boken «Fru Timians knallgode middager» deler hun oppskrifter på 62 middager, i tillegg til brød, sauser og dipper. Maten omtaler hun som enkel og tilgjengelig, og oppskriftene er delt inn i kapitler ut fra hvor lang tid de tar å lage; 15, 30 eller 60 minutter. Noe av maten er favoritter fra bloggen, servert med små justeringer og oppdateringer. Mye er helt nytt.

– Jeg håper boken vil inspirere til gode matopplevelser, men aller mest håper jeg som sagt at den bidrar til flere fine stunder rundt middagsbordet, sier hun.

Tusenvis av nordmenn har siden 2011 jevnlig klikket seg inn på Marits blogg for å gå på oppdagelsesferd i hennes oppskriftsunivers. Hverdags- og gjestemat. Småsnacks og tilbehør. Kaker og gjærbakst. Alt appetittvekkende dokumentert av fotograf-ektemannen Øystein Westlie. Sammen har de to barn og er landlig etablert i jordbruksbygda Rakkestad i Østfold.

– Som matformidler har jeg i alle år vært opptatt av å

ikke ha en jålete matfilosofi. Vi snakker langpannemat, kosemat og mat til mange. Alt skal kunne tilberedes uten høy stressfaktor. Jeg er mer tiltrukket av raus mat med lave skuldre enn fine dining og gourmet, forteller Marit, som opprinnelig utdannet seg til sivilmarkedsfører ved Norges Markedshøyskole.

HEMMELIGHETEN BAK SUKSESSEN

Utdannelsen har kommet godt med de siste seks årene, når hun som en voksende bigeskjeft under Fru Timian-paraplyen har lansert et 40-talls sauser og krydderblandinger. Råvarene kommer i stor grad fra greske og tyrkiske småprodusenter, forteller hun. Blant bestselgerne er produkter av typen kremet balsamicoeddik med dadler, appelsin- og mangosaus samt urtesalt med ramsløk.

Hun svarer kjapt når vi lurar på hva som ligger bak suksessen:

– Jeg har stamina og stor arbeidskapasitet. Det er helt klart min forse. Suksess kommer ikke kastet etter deg.

Stamina og styrke kommer også godt med når Marit utøver sine to store hobbyer, løping og yoga. Fire–fem mil tilbakelegges ukentlig i joggesko, og på høstens program står blant annet halvmaraton i Drammen.

Marits mantra om at matlaging skal være enkelt og gledesfylt, etterleves også hjemme i eget kjøkken. Pasta med spinat og laks er middagen hun har laget flest ganger gjennom livet. Når hun er alene hjemme, blir det ofte en salat, tilpasset årstiden.

– Men de som kjenner meg, vet at jeg har et lidenskapelig forhold til løk og hvitløk. Jeg koser meg veldig ofte med en kjapp og kjempegod pastarett laget med fire–fem hakkede hvitløkfedd og en chili, surret lenge i olivenolje ved svak varme, før alt blandes med pasta og serveres med parmesan, pepper og flaksalt.

KOM OG SPIS: Fru Timian, Marit Røttingsnes Westlie, har fylt den nye kokeboken sin med lettlagde middagsfavoritter som kan lages på 15, 30 eller 60 minutter, og som gjør det enkelt å samle venner og familie rundt bordet.

«Jeg er mer tiltrukket av
raus mat med lave skuldre
enn av fine dining
og gourmet.»





GRØNNE FINGRE: – Jeg er opptatt av sunnhet, men snakker sjelden høyt om det. Det er likevel naturlig inkludert i alt jeg gjør. Oppskriftene er fulle av grønnsaker, olivenolje og andre gode råvarer, forteller Marit, her fotografert i hagen hjemme i Rakkestad i Østfold.

Pasjonen for hvitløk er blant temaene som har skapt iltre reaksjoner fra bloggens lesere.

– Kan de ikke bare la være å bruke like mye hvitløk som meg, da, sukker Marit, og innrømmer at hun til tider er en smule oppgitt over tilbakemeldingene hun får.

– Jeg blir forundret over hva folk får seg til å si. «Å, du har så store, stygge briller», for eksempel. Og tradisjonsmat har jeg nesten sluttet å legge ut. Da får jeg spesielt mye kjeft.

Heldigvis er det mest skryt og begeistring. Bloggfølgerne hennes, de fleste voksne kvinner med barn i huset, liker det hun gjør.

– Særlig når det står kylling og fløte på ingredienslisten. Det er sikre vinnere, humrer hun, og sikter til at oppskriftene «Arvekyllingen» og «Tante Torhilds kyllingmiddag» har ligget på topp på bloggen i mer enn ti år. Og selvsagt finner du begge disse blant alle de knallgode middagene i Marits nye bok. Vel bekomme!

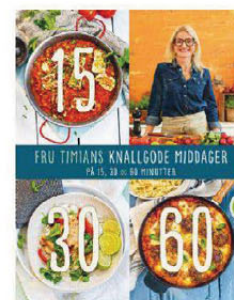
MARITS SMAKSTRIKS

***Kapers er en genial ingrediens når du vil ha et smakspiff. De syltede blomsterknoppene har en naturlig salt- og syrlighetsbalanse som løfter smaken.**

***Hermetiske tomater er en stor hverdagshelt, men ikke alle er like gode. Smak deg frem til en favoritt.**

***En liten skvis sitron kan sikre den perfekte balansen mellom salt og syre, og heve middagsopplevelsen.**

***Noen dråper fishsauce smelter nærmest inn i maten, forsterker de andre smakene og gir fylldighet uten å smake fisk.**



BOKNYHET: «15–30–60 Fru Timians knallgode middager» av Marit Røttingsnes Westlie og Øystein Westlie (foto). Kr. 449/Bonnier.

Kyllingwok

Denne retten kan lett bli en familiefavoritt! Den er så mild og rund i smaken at også unger bruker å elske den. Og den er supergod å spise kald til lunsj neste dag.

4 porsjoner

- 300 g risnudler**
- 400 g kyllingfilet i strimler**
- 2 ss olivenolje**
- 2 gulrøtter**
- 1 brokkolistilk**
- 1 rød paprika**
- 1 grønn paprika**
- 2 fedd hvitløk**
- 2 cm ingefær**
- 1 rød chili**
- 3 vårløk**
- 4 ss soyasaus**
- 2 ss hoisinsaus**
- 1 ts sesamolje**
- ¼ potte koriander til garnityr**

Tilbered nudlene etter anvisning på pakken. Tøm dem over i et dørslag og la dem renne av. Varm en spiseskje av oljen i stekepannen og stek kyllingen på høy varme i 4–5 minutter. Mens det steker, vasker du skjærefjølør før du vasker eller skreller gulrøttene og brokkolistilken og skjærer dem i skiver og så strimler. Paprikaen skjærer du i staver, og hvitløken, ingefæren og chilien finhakker du. Vårløken skjærer du i tynne ringer.

Ta kyllingen ut av pannen og ha i resten av oljen. Tilsett hvitløk, ingefær og chili. Stek på middels varme i cirka 30 sekunder før du har i resten av grønnsakene. La det være igjen litt vårløk for å drysse over når middagen er ferdig. Øk varmen og stek videre i cirka fire minutter. Ha kyllingbitene tilbake i stekepannen sammen med soyasausen, hoisinsausen, sesamoljen og nudlene og bland det godt sammen. Smak til for å kjenne om det er passe krydret. Dryss over resten av vårløken og korianderen før servering.





Middelhavstorsk med tomat, oliven og kapers

Her snakker vi middelhavsvibber med solmodne tomater, herlige oliven, salte kapers og kritthvit torsk. Godt brød og aioli passer godt til.

4 porsjoner

1 sjalottløk
3 hvitløkfedd
2 ts kapers
2 ss olivenolje
1 ts flaksalt
nykvernet pepper
1 ts paprikapulver, gjerne røkt
1 ts provencekrydder
1 ss tomatpuré
1 dl hvitvin
300 g cherrytomater
600 g torskefilet
75 g grønne oliven uten stein
2 stilker rosmarin

Sett stekeovnen på 200° varmluft. Skjær sjalottløk og hvitløkfedd i tynne skiver og finhakk kapers. Ha dette i en ildfast panne sammen med olivenolje, halvparten av saltet, pepper, paprikapulver og provencekrydder. La det surre på litt under middels varme i tre minutter. Rør inn tomatpuréen og la den surre i 30 sekunder før du heller i vinen og lar den koke halvveis inn. Ha i tomatene og la det hele koke opp igjen. Sett formen i stekeovnen i 12–14 minutter. Del torskefileten i åtte biter og dryss over resten av flaksaltet og litt pepper. Ta formen ut av ovnen og legg i fiskebiter og oliven. Fordel rosmarinen i formen. Stek ferdig i 10 minutter.

Minipaier med feta og spinat

Spinat og fetaost er en av Fru Timians favorittkombinasjoner. Her i skikkelig gode minipaier, raskt og enkelt med ferdig butterdeig.

4 porsjoner

450 g butterdeig (frossen)

1 løk

3 hvitløkfedd

2 ss olivenolje

1 ts flaksalt

nykvernet pepper

¼ potte bladpersille

2 stilker mynte, ev. ¼ ts tørket mynte

200 g spinat

1 ss hvetemel

100 g fetaost

2 egg

1 ts sesamfrø

Sett stekeovnen på 200° varmluft, gjerne med pizzafunksjon. Tin butterdeigplatene. Finhakk løk og hvitløk og ha dem i en kjele med olivenolje, litt salt og pepper. La det surre på middels varme i noen minutter. Finhakk persille og mynte og ha i. Stek i to–tre minutter før du legger det over i en bolle. Ha spinat i kjelen og rør til den faller sammen. Press ut og fjern så mye væske som mulig. Bland spinaten med løken og urtene. Avkjøl litt.

Dryss litt hvetemel på benken og legg butterdeigsplatene i en stabel. Dryss litt mel over platene og kjevle dem ut til en firkant på 32x26 cm. Skjær deigen opp i fire ruter og legg dem på et stekebrett med bakepapir. Risse opp en 1½ cm bred bord rundt hver rute. Prikk den innerste firkanten med gaffel. Visp egg og pensle kantene med det. Dryss over sesamfrø. Ha resten av de sammenvispede eggene i bollen med spinat og løk og bland godt. Fordel blandingen over de fire deigrutene. Smuldre fetaosten over fyllet. Stek i cirka 25 minutter.



Comfort food *de luxe*

Burger, kebab og is forbinder vi med syndig fast food. Men på restaurant Bula i Trondheim tar de ingen snarveier. Sjef Renée Fagerhøy deler en rå og leken meny med oss. Uforutsigbar, kompromissløs og full av smak.

TEKST OG FOTO: **NADIN ELIZABETH MARTINUZZI** OPPSKRIFTER: **RENÉE FAGERHØY/BULA**
(OPPSKRIFTENE ER FORENKLET OG TILRETTELAGT FOR HJEMMEKOKKEN)



SPAR TID!

Lag tigermelken på forhånd og oppbevar kaldt i inntil ett døgn i kjøleskap.

Ceviche med eple, syltet kumkvat og leche de tigre

Rå fisk av topp kvalitet får spille hovedrollen i denne elegante cevichen. Fisken serveres med en kremet tigermelk-saus og frisk, sprø topping.

4 porsjoner

LECHE DE TIGRE:

5 stangselleri
6 korianderstilker
½ agurk
1 grønn chili
3 hvitløkfedd
1 ½ dl vikingmelk
1 dl friskpresset limesaft
1 ss fiskesaus
½ ts salt

SYLTET KUMKVAT:

6 kumkvat
1 dl 7 % eddik
1 dl sukker
2 ss vann

FISK OG GARNITYR:

300 g fersk kongemakrell (kingfish) eller kveite
1 syrlig eple
2 reddiker
urter til pynt, dill
syltet kumkvat
chilisaus etter smak til servering

Leche de tigre: Kjør selleri, koriander, agurk, chili, hvitløk og vikingmelk i juicer eller kjøkkenmaskin med knivblad til en jevn puré. Sil av og smak til med limesaft, fiskesaus og salt.

Syltet kumkvat: Legg kumkvat i en kjele med vann, kok opp og sil av. Gjenta prosessen tre ganger for å fjerne bitterhet. Kok opp syltelake av eddik, sukker og vann. Tilsett kumkvat, hell over i et glass og sett kaldt over natten.

Servering: Skjær fisk i tynne skiver. Fordel ceviche og litt av tigermelken i serveringsskåler. Skjær eple, reddiker og kumkvat i tynne skiver og anrett med fisken. Topp urter og drypp over noen dråper chilisaus.

Teeny-weeny smash burger

En bitteliten smaksbombe med en herlig, asiatisk vri. Perfekt med salat, chilimajo og briochebrød.

8 små burgere

Burger:

400 g kjøttdeig av svin
150 g rå, rensede reker
2 fedd hvitløk
1 ts nykværnet svart pepper
2 ts yuzu-kosho (se tips)
2 ts salt
2 ss grovhakket frisk koriander
2 ss grovhakket frisk peppermynte
2 ss grovhakket frisk thaibasilikum
1 ss vann

GOCHUJANG-MAJO:

1 egg
1 ss dijonsennep
1 ts salt
2 dl nøytral olje
2 ts limesaft
1 ss gochujang-paste (se tips)

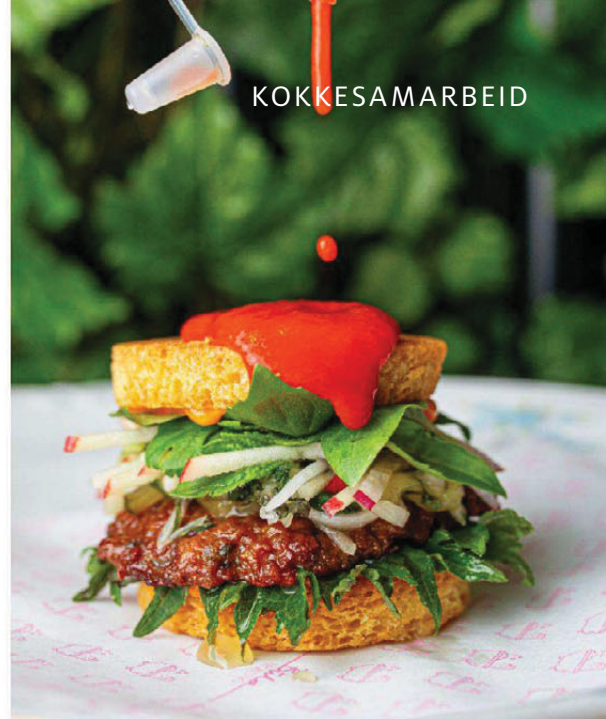
ASIATISK SALAT:

¼ agurk
½ grønt eple
8 reddiker
2 små sylteagurker
1 ss fiskesaus
1 ss limejuice
1 ts sukker
½ ts finrevet hvitløk

TIL SERVERING:

4 skiver briochebrød
2 ss smør til steking
1 dl korianderblader
1 dl thaibasilikum
1 dl mynte
chilisaus til servering

Burger: Kna kjøttdeig og salt i to minutter. Grovhakk reker og press hvitløk. Bland alle ingredienser godt. Del i 8 emner, rull boller med fuktige hender og press flate. Stek eller grill



på høy varme i 1–2 minutter på hver side til de er gylne og gjennomstekt.

Gochujang-majo: Visp sammen egg, sennep og salt. Spe inn oljen i tynn stråle til majonesen setter seg. Rør inn gochujang og limesaft, smak til mer limesaft og salt hvis det trengs.

Asiatisk salat: Skjær agurk, eple, reddik og sylteagurk i tynne strimler. Bland fiskesaus, limejuice, sukker og hvitløk til dressing. Vend med grønnsakene rett før servering.

Servering: Stikk ut runde skiver briochebrød og stek gylne i smør. Smør bunnen av brødet med gochujang-majo. Legg på en burger. Topp med en raus neve asiatisk salat, friske urter og brød, server umiddelbart med chilisaus ved siden av.

ASIATISKE GODSAKER

Yuzu kosho er en japansk krydderpasta av skallet på sitrusfrukten yuzu, samt grønn chili og salt. Den er fermentert og smaker syrlig, salt og sterkt. Selges på glass i asiatiske spesialbutikker. Som en forenklet erstatning kan du blande revet limeskall og finhakket grønn chili.

Gochujang-paste er en fermentert, rød chilipasta fra Sør-Korea. Bruk den chilipastaen du får tak i.



SAUSETIPS

Hold sausen under kokepunktet når smøret piskes inn, da blir den luftig og stabil. For mer holdbar saus kan du vispe inn 1 ts maisenna utrørt i 2 ts vann i den varme væsken før smøret tilsettes.

KYLLINGSKINN

Dra skinnet av rå kylling eller kjøp det vakuumpakket i asiatiske butikker. Kan erstattes med mer smørstekte briochesmuler.



Grillet sellerirot i "livets juice"

På Bula kaller de sin blåskjellkraft for "livets juice". Den er en fantastisk base for saus, og enkel å lage. Her spiller den hovedrollen i en smaksrik saus servert med sellerirot og sprø kyllingkrønsj.

4 porsjoner

800 g sellerirot

KYLLINGKRØNSJ:

100 g rått kyllingskinn (se tips)

2 ts salt

2 dl briochesmuler eller panko

200 g klaret smør til steking

2 ss finsnittet gressløk

BLÅSKJELLSAUS:

1 kg blåskjell

1 dl hvitvin

1 fedd hvitløk

1 kg tomater

1 ss sukker

250 g kaldt smør i terninger

2 ts nyperoseddik eller annen mild blomstereddik

Sellerirot: Bak hel sellerirot i ovn på 220° til kjernetemperaturen er 96°, i ca. 1½ time. Skjær av skallet og del i porsjonsstykker. Rett før servering, grill eller stek i panne til den får karamellisert overflate. Del i tynne skiver.

Kyllingskinnkrønsj: Kjør kyllingskinn i kjøttkvern med salt og friter skinnet i smør til gyllent og sprøtt. Ta opp med en hullsleiv og la renne av på papir. Friter

briochesmuler i samme panne som kyllingskinnet til gyllent og sprøtt. Vend sammen fritert kyllingskinn, brødsmuler og gressløk rett før servering.

Blåskjellsaus: Damp blåskjell i hvitvin med hvitløk til de åpner seg. Sil av kraften og reduser til halv mengde. Kjør tomater i blender og sil gjennom et klede. Bland tomatvæsken med sukker og reduser til 2 dl. Kok opp tomatreduksjon og blåskjellkraft, dra kjelen av varmen og pisk inn kaldt smør med stavmikser. Smak til med eddik.

Servering: Legg grillet sellerirot i varme skåler, topp med kyllingskinnkrønsj og øs rikelig med blåskjellsaus rundt.

"Dirty" sei med oliventapenade og vermutsmør

Denne retten er inspirert av drinken Dirty Martini, Renée Fagerhøis favoritt. Gyllen, pannestekt sei toppet med oliventapenade og en funky vermut- og olivensaus gir en rett med skikkelig smakspunsj.

4 porsjoner

OLIVENTAPENADE:

100 g grønne Gordal-oliven uten stein (se tips)

4 ss god olivenolje

FISK:

600 g seifilet uten skinn og ben

4 ss salt

2 ss olje til steking

2 ss smør

2 ss tørr vermut

2 ss gin

VERMUT- OG OLIVENSAUS:

1 dl lake fra Gordal-olivenglasset

2 ss tørr vermut

2 ss gin

150 g smør

TIL SERVERING:

2 ss estragonblader

4 ss god, fruktig olivenolje

Oliventapenade: Kjør oliven og olivenolje til en grov puré i food prosessor.

Fisk: Dryss salt over fisken på begge sider og la trekke i 10 minutter. Skyll av saltet, tørk godt og del i porsjonstykker. Stek fisken i olje på høy varme til den får gyllen, sprø skorpe på den ene siden. Snu og tilsett smør, vermut og gin og øs fisken med dette i noen minutter.

Saus: Varm opp olivenlake, vermut og gin. Kjør inn kaldt smør med stavmikser.

Servering: Legg fisken på serveringstallerkener. Topp med en skje tapenade, øs saus rundt. Drypp over olivenolje, og pynt med urter.



OLIVEN-TIPS

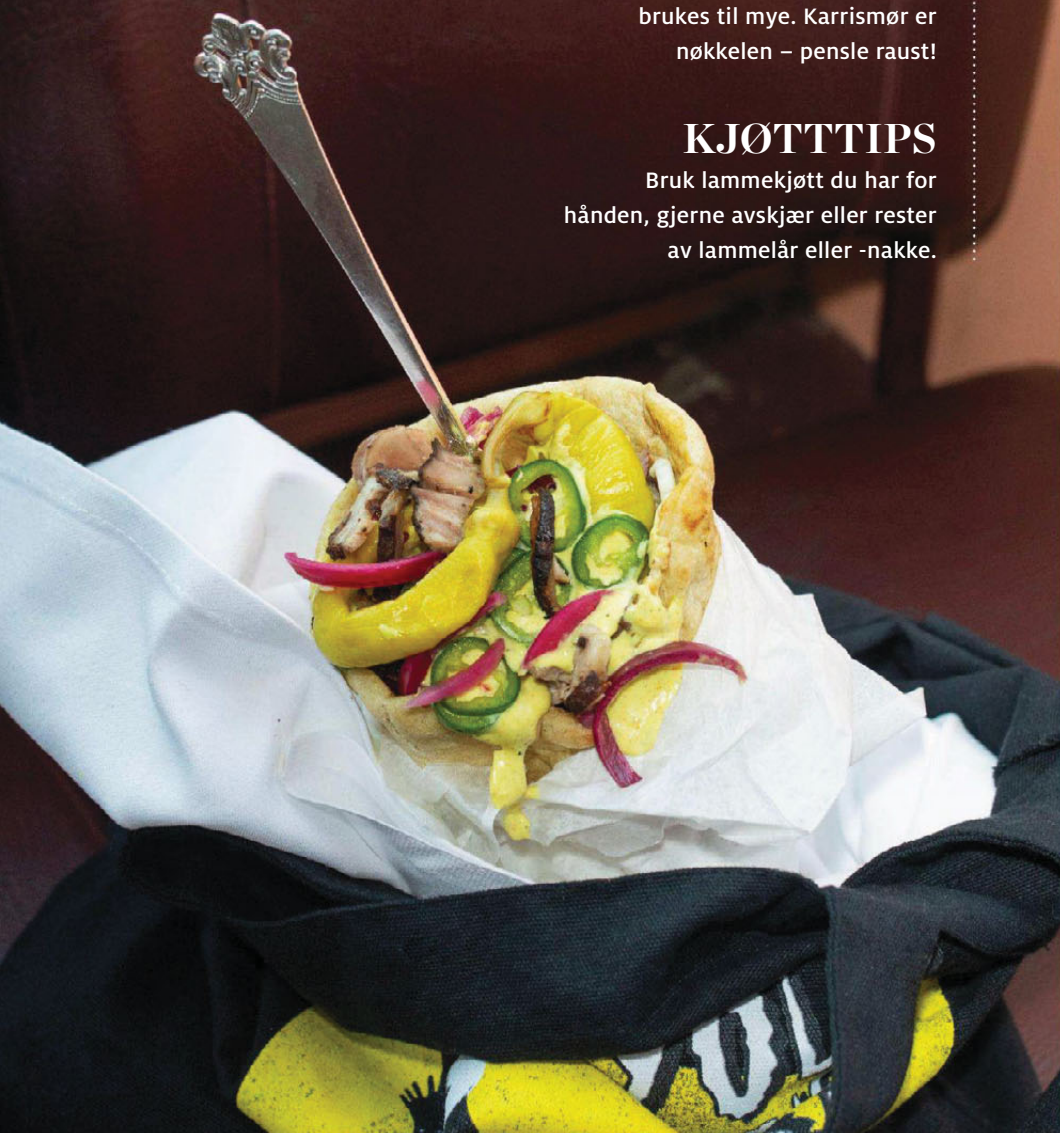
Gordal er en stor, kjøttfull og mild oliven fra Spania. Navnet kommer fra *gordo*, som betyr «stor» eller «fet». De har tykt fruktkjøtt og lav bitterhet, perfekt i tapenader og sauser der du vil ha fylde uten for mye salt eller syre. Du finner dem i spesialbutikker, bl.a. Gutta på Haugen. Ferdig tapenade av grønn, spansk oliven får du bl.a. på Oluf.no.

BRØDTIPS

Dette brødet har blitt litt av en signaturrett på Bula. Det kan brukes til mye. Karrismør er nøkkelen – pensle raust!

KJØTTTIPS

Bruk lammekjøtt du har for hånden, gjerne avskjær eller rester av lammelår eller -nakke.



Bula kebab

En digg kebab med lammekjøtt, servert i nystekt brød penslet med karrismør og toppet med salat, pickles, dressing og masse kjærlighet.

6 porsjoner

BULABRØD:

½ pakke tørrgjær
4 dl vann
6 dl hvetemel
25 g sukker
25 g melkepulver
1 ss flaksalt
½ ts natron

50 g kald margarin

KARRISMØR:

150 g meierismør
2 sjalottløk
2 hvitløkfedd
1 ss karriblanding
½ dl sitronsaft
2 ss finhakket persille

KEBABKJØTT OG RUB:

400 g lammekjøtt (se tips)
1 ss malt spisskummen
1 ss røkt paprika

1 ts malt koriander
1 ts tørket oregano
1 ts malt kanel
1 ts sumak
1 ts chiliflak
1 ss flaksalt

KEBABDRESSING:

1 dl majones
2 dl yoghurt naturell
1 hvitløkfedd, finhakket
2 ts karripulver
2 ts salt
½ ts kajennepepper
2 ss sitronsaft

KEBABSALAT:

35 g grønn salat
25 g syltet rødløk
25 g fefferoni eller annen syltet grønn chili
1 finsnittet grønn chili

Bula-brød: Bland det tørre, tilsett vann og elt i kjøkkenmaskin i 10 minutter. Tilsett margarin i små biter, elt videre i ca. 20 minutter. Ha deigen i en smurt bolle, dekk til og la heve til dobbel størrelse. Del i seks emner, rull til boller og la etterheve under plast i ca. 30 minutter. Kjevle ut store, flate leiver og stek raskt på begge sider i en tørr, varm panne til gyllen og lett puffet.

Karrismør: Smelt smør med finhakket løk, hvitløk og karri på middels varme til lett brunet. Trekk kjelen av varmen og tilsett sitronsaft og persille. Pensle brødet med det varme karrismøret før servering.

Kebabkjøtt og rub: Bland krydderne, stek eller varm kjøttet i litt olje sammen med krydderblandingen. Smak til; det skal være intenst, salt og varmt.

Kebabdressing: Bland alle ingrediensene. Juster med mer sitronsaft eller yoghurt om du vil ha den tynnere.

Servering: Pensle en nystekt lefse med karrismør. Fyll med kjøtt, salat, fefferoni og dressing. Rull sammen og server.

Tiramisu à la Bula

En luftig og luksuriøs variant av den klassiske italienske desserten – med myk kakebunn, kaffeis og silkemyk mascarponekrem.

6 porsjoner

MYK KAKEBUNN:

120 g smør
120 g sukker
2 egg
20 g crème fraîche
120 g hvetemel
¼ ts bakepulver

KAFFEJUICE TIL DYNKING:

1 ss g brunt sukker
2 ss marsala (italiensk sterkvin)
1 dl sterk kaffe

KAFFEIS:

400 ml melk
100 ml kremfløte
80 g sukker
50 g glukose
½ vaniljestang, splittet
15 g malt kaffe
4 eggeplommer

MASCARPONEKREM:

1 gelatinplate
1 eggeplomme
35 g melis
175 g mascarpone
½ ts vaniljeessens
1 ts konjakk eller kaffelikør
90 ml kremfløte

TIL SERVERING:

2 ss brente mandler, grovhakket
kakao

Kakebunn: Pisk smør og sukker luftig i ca. 10 minutter. Skrap kantene underveis. Tilsett ett og ett egg. Rør inn crème fraîche. Sikt og vend inn mel og bakepulver med slikkepott. Hell røren i liten form (ca. 20 x 20 cm) med bakepapir. Stek på 160° i 30–35 minutter. Avkjøl og del i passende biter.

Kaffejuice: Smelt brunt sukker og marsala

MONTER I EN FEI!

Alle elementer til denne desserten kan lages dagen før, da går det raskt å montere. Kaffeis kan kjøpes ferdig.



i en liten kjele. Tilsett kaffe og smak til. Dynk sukkerbrødbitene med blandingen.

Kaffeis: Varm opp melk, fløte, sukker, glukose og vaniljestang til alt er oppløst. Tilsett malt kaffe, la trekke i 1 time og sil av. Temperer eggeplommene med den varme væsken og varm til 86°. Sil og kjør i iskremmaskin eller frys og rør underveis for kremet konsistens.

Mascarponekrem: Bløtlegg gelatin i kaldt

vann. Pisk eggeplomme og melis til lys eggedosis. Rør mascarpone med vaniljeessens og konjakk. Vend inn i eggedosisen. Pisk fløten lett og vend inn. Smelt gelatin i 2 ss varm fløte og rør inn til slutt.

Montering: Dynk kakebitene med kaffejuice og legg dem i serveringsskåler. Topp med mascarponekrem og en kule kaffeis. Bygg gjerne to etasjer. Dryss over grovhakkede brente mandler og kakao.

Piknik på trikken

Vi tar trikk i Trondheim med Bula-sjef Reneé Fagerhøy, som byr på kaffe og tiramisu fra kakeboks. Hun er raus, skarp, full av ideer og alltid med noe smakfullt i bagasjen.

TEKST OG FOTO: NADIN ELIZABETH MARTINUZZI

Reneé Fagerhøy har vært et kjent navn i norsk matverden siden hun vant Top Chef i 2016. Hun er kvinnen bak Bula Neobistro i Trondheim, en kompromissløs restaurant med stor personlighet og enda større smaker. Hun er også kreativ leder og utvikler av Olgas, Nye Hjorten Teaters restaurant. Hun er kjent for sin uredde stil, sitt sterke engasjement for mat og for å snakke høyt og tydelig om økonomisk selvstendighet, likestilling og mat som samfunnsansvar.

– Hvordan har du det nå, i alt du driver med?

– Bra! Det går bra med Bula, så da har jeg overskudd til å gjøre andre ting. Men hvis det ikke går bra der, da har jeg ikke mulighet til å strekke meg ut og gjøre noe ved siden av. Bula er pri nummer én.

– Du har jobbet som kokk og vært med på mye utenom å drive restaurant. Hva er du mest stolt av?

– Jeg er stolt av det jeg har fått til, ikke bare som kokk, men som kvinnelig kokk i en mannsdominert bransje. Jeg har bygd opp en ambisiøs restaurant med tastingmeny, et segment som er vanskelig å tjene penger i, og jeg har klart å få det til å gå bra i mange år. Så bra at jeg har kjøpt ut investorene og eier Bula 100% selv. Det er fett.

– Jeg synes det er viktig å si det høyt, fordi det er viktig for andre jenter i bransjen å høre at det er mulig. Mange kokker eier knapt noen prosent av restauranten sin. De jobber og jobber og blir utslitt. Det har vært viktig for meg å få den økonomiske friheten

og tryggheten. Det handler om å eie sin egen greie, og det gir overskudd til å gjøre andre ting ved siden av.

– Og nå starter du en ny restaurant?

– Ja, Olgas. Jeg skal ikke eie den, og det er bevisst; jeg vil være friere. Men jeg elsker prosessen med å bygge restaurant fra grunnen av, gjøre alt fra å utvikle meny til å velge dopapir og alt imellom. Du jobber med råvarer, økonomi, ansatte, gjester, booking,

kaffe, gavekort. Det er sosialt, kreativt og til tider galskap. Men når det flyter, finnes det ikke en bedre følelse.

– Hva er viktig for deg som leder?

– Å skape et trygt sted å jobbe. Kokkeyrket tar alt av deg. Du må elske det. Hobbyen er jobben. Mine skal vite at jeg vil dem vel. Jeg har stått på gulvet og skurt kjøkkenet hver kveld. Det å ha vært «i krigen» med teamet, bygger samhold. Nå som jeg har barn, må jeg prioritere litt annerledes.

– Har matstilen din endret seg?

– Ja, den har blitt litt enklere. Det handler om å tørre å stole på råvarene. Jeg ser at det vi startet med på Bula, det unike og kompromissløse, har inspirert flere. Det er kult. Men da vi begynte, fikk vi mange spørsmål. Vi gjorde det på vår måte. Hvis det ikke passet for deg, så var det ikke for deg. Jeg er glad for at jeg turte å stå i det, selv om jeg var litt redd. Men matstilen min er fremdeles veldig kreativ, en leken miks av fine dining og junkfood, og jeg inspireres av mat og krydder fra hele verden. Jeg ble drittlei av alt pratet og «hysten» rundt nordisk og kortreist en stund. Det har alltid

vært en selvfølge å bruke lokale, sesongbaserte råvarer. Det er best, ferskest og mest logisk. Men jeg bruker krydder og smaker fra hele verden. Mat skal være leken. Jeg har alltid elsket mat, og jeg elsker hvordan det er kreativt, konkret og samler folk.

Renées tips til hobbykokken

- Ikke vær redd for instantkaffe. Den gir intens smak uten å vanne ut. Prøv hjemmelaget majones med litt instantkaffe – nydelig til grillet mais.
- Bruk råvarene når de er på sitt beste. Når blodappelsinene kommer, gjelder det å gripe sjansen. Lag en syrlig og aromatisk marinade med blodappelsin, lime, hvitløk og fiskesaus. Den er fantastisk til fisk og kamskjell.
- Hent krydder og inspirasjon fra hele verden. Ikke vær redd for å kombinere norske råvarer med asiatiske, nordafrikanske eller latinamerikanske krydder. Kontraster skaper magi.
- Norske neper er en av mine favoritter i sesong. Prøv dem rå i salater, smørdamp dem forsiktig eller stek dem med krydder og smør.
- Legg sommeren på glass. Plukk nyperoseblader og legg dem på en tynn syltelake av hvitvinseddik, sukker og vann. Bladene er nydelige i asiatisk salat, og laken gir en floral dybde til dressinger og sauser. En liten smak av sommer – midt i vinteren.



MAT I BEVEGELSE: Det knirker i bytrikken, det lukter nytrukket kaffe fra termos, og Renée Fagerhøy smiler mellom munnfullene med tiramisu mens hun snakker om mat og om Bula, restauranten hennes i Trondheim.

Gjør kål på det!

Spisskål, savoykål, knutekål, brokkolini...
nå er det bare å leke seg med disse sunne,
smakfulle, allsidige grønnsakene!

OPPSKRIFTER: MARIE MELCHIOR FOTO: BETINA HASTOFT OG SHUTTERSTOCK/NTB

Bruschetta med knutekål og laks

Sprø knutekål, kremet ricotta og røkt laks
– en frisk og lekker, liten forrett.

4 porsjoner

2–3 skiver landbrød
1 liten knutekål
1 dl ricotta
1 sitron (skall og saft)
salt og pepper
4 skiver røkt laks
1 bunt dill
1 bunt gressløk

Rist brød og skjær hver skive i tre biter.
Skrell knutekål og skjær i tynne skiver
med mandolinjern.

Ha ricotta i en bolle. Finriv skall av hele
sitronen og press saft av halve. Bland skall
og saft inn i ricotta og smak til med salt
og pepper.

Smør ricottablandingen på brødbitene.
Legg på skiver av knutekål og topp med
røkt laks. Dryss over hakket dill og
gressløk.

Grønnsaksvalg

Prøv med tynne skiver av
reddik eller gulrot hvis du ikke
får tak i knutekål.

Vintips

Fet røkelaks med ricotta trenger syre, noe vi finner i Grüner Veltliner fra Østerrike. Dessuten gjenspeiler vinens urtepreg den «grønne» kålsmaken. Prøv også en Silvaner fra Tyskland.





Vintips!

Sancerre fra Loiredalen på Sauvignon blanc-druen har syre som kan hamle opp med det fete baconet. Det grønne, friske innslaget matcher kålen.

Eller velg en Riesling fra Rheinhessen.

Stekt sommerkål med bacon

Sprø kål, salt bacon og frisk sitron gir masse smak – passer godt som et lett måltid.

4 porsjoner

1 sommerkål/spisskål/nykål, ca. 1 kg
1 ss olivenolje
200 g baconterninger
1 hvitløkfedd
1 sitron, finrevet skall
1 bunt bladpersille
salt og pepper

Finsnitt kål. Varm olje og stek bacon til det er gyllent. Finhakk hvitløk og ha i gryten sammen med kålen. Fres på høy varme til kålen faller sammen.

Skyll sitron og persille. Riv skallet av sitron og grovhakk persille. Vend sitronskall, salt, pepper og persille inn i kålen. Server straks.

Godt til!

Server med ristet rugbrød for et mettende måltid.



Wok med savoykål og sopp

Kremet wok med kokosmelk, savoykål og kikerter – mettende og full av smak.

4 porsjoner

100 g nudler
200 g aromasopp eller sjampinjong
1 liten savoykål, ev 200 g grønnkål
1 hvitløkfedd
50 g fersk ingefær
1 bunt vårløk
1 ss olje
1 boks kokosmelk
1 boks kikerter
1 bunt koriander
1 bunt mynte

Kok opp vann og hell over nudlene i en bolle. Dekk til og la trekke i 10 minutter.

Skjær stilken av soppen, skyll og tørk, og skjær i skiver. Snitt savoykål i strimler. Finhakk hvitløk og ingefær. Skyll og hakk vårløk.

Varm olje i en wok eller stor stekepanne. Fres hvitløk, ingefær og vårløk raskt. Tilsett sopp og stek i 4 minutter på høy varme. Rist på pannen underveis.

Ha i savoykål og stek til kålen faller litt sammen. Tilsett kokosmelk og la koke inn i 3–4 minutter.

Skyll og sil av kikerter og ha i woken. Hell av vannet fra nudlene og vend dem inn. Server i skåler med koriander og mynte på toppen.

Urtevalg

Hvis du ikke liker koriander, kan du bruke ekstra mynte eller litt bladpersille i stedet.

Drikketips

Oransjevin er som regel svært matvennlige og gjør seg godt til umamirike råvarer som sopp. Velg en ren og frisk variant uten for mye "naturlig preg". En sider fra Hardanger med litt sødme passer også godt.





Vintips

En ueiket Chardonnay fra Australia eller California passer her. Syren er moderat, og urtepreget matcher brokkolinien. Et rødt alternativ er en saftig Gamay fra Beaujolais.

Grillet brokkolini og kylling

En mettende og smakfull salat som passer til middag, lunsj eller i matpakken.

4 porsjoner

200 g brokkolini
200 g rød quinoa
4 kyllingbryst
2 ss olivenolje
1 ss tørket oregano
salt og pepper
50 g salte mandler

DRESSING:

1 ss sennep
1 ts honning
1 ss balsamicoeddik
4 ss olivenolje
salt og pepper
1 potte erteskudd

Skyll brokkolini og skjær av endene. Grill på grill eller grillpanne i 2–3 minutter på hver side.

Skyll quinoa og kok i lettsaltet vann i 12–14 minutter. Sil av og skyll i kaldt vann.

Forvarm ovnen til 200° eller bruk grill. Pensle kyllingbryst med olivenolje. Krydre med oregano, salt og pepper. Stek i ovn i 25 minutter eller grill i 25 minutter og snu underveis. Skjær i skiver.

Vend brokkolini med quinoa og kylling. Hakk mandler og vend i salaten.

Dressing: Rør sennep sammen med honning og balsamicoeddik. Tilsett olivenolje litt etter litt og visp til en kremet dressing. Smak til med salt og pepper. Hell dressingen over salaten og bland godt. Pynt med erteskudd på toppen.

Bruk grillen!

Hvis været tillater det, får du ekstra god smak ved å grille både kylling og brokkolini.

La det putre!

Når vi går inn i den kalde årstiden, er ingenting bedre enn langtidskokte retter som varmer og gir smakene tid til å utvikle seg. Dessuten gir det mulighet til å kose seg på kjøkkenet litt lenger enn ellers.

TEKST: MIRA ARKIN FOTO: CHRIS TONNESEN



Tacos med langtidsstekt kjøtt i adobosaus

Barbacoa i adobosaus er en meksikansk rett med mørt, langtidsstekt storfekjøtt og chili med masse smak – perfekt i tacos.

4–6 porsjoner

6 tørkede chili (se tips)

1 løk

2 ss hvitløkfedd

2 ss olivenolje

2 ss tomatpuré

1 ts tørket oregano

½ ts malt kanel

½ ts røkt chipotle eller røkt paprikapulver

2 ts grovt salt

pepper

2 dl av bløtleggingsvannet fra chiliene

700 g oksekjøtt (se tips)

TIL SERVERING:

maistortillaer

hakket løk

koriander

chili

lime

Rist chiliene raskt i en tørr panne til de blir mørkere, men ikke svidd. Fjern stilker og de fleste frø. Hell over kokende vann og la trekke i 30 minutter.

Skjær løk i terninger og grovhakk hvitløk. Stek løk i olje på middels varme i et par minutter. Tilsett hvitløk, stek i 1 minutt. Ha i tomatpuré, oregano, kanel og chipotle og stek i ytterligere 1 minutt. Ta pannen av varmen.

Ha løkblanding, de utbløtte chiliene og 2 dl av bløtleggingsvannet i en foodprocessor. Tilsett salt og pepper. Kjør til en jevn saus.

Legg kjøttet i en ildfast gryte med lokk. Hell over sausen og sørg for at det også ligger saus under kjøttet. Sett på lokk og stek på 180° i 3 timer til kjøttet er mørt og kan trekkes fra hverandre med to gafler.

Server i varme maistortillaer med hakket løk, koriander, chili og lime.



Chili-tips

Meksikanerne bruker hele, tørkede guajillo-chili, som smaker mildt, søtlig og røkt. Du får dem på Oda.no, Gutta.no, Krydra.no og Kaktus.no. Bruk ev. tørkede chiliflak, røkt paprikapulver eller kajennepepper.

Kjøtt-tips

Kjøtt fra bakparten passer best her, for eksempel culotte, bankekjøtt, rundstek, flatbiff eller mørbrad. Kjøttet har så mye smak at det fortjener å stå i sentrum. Dropp ost og overdådig tilbehør.

Bruk bare løk, koriander og litt chili.





Kyllinggryte med sopp, eplesider, poteter og grønnkål

En smakfull høstgryte med mør kylling, kremet saus og sesongens grønnsaker.

4 porsjoner

30 g tørket sopp (se tips)

1 kylling

salt og pepper

250 g sjalottløk

500 g poteter

20 g smør

3–4 kvister timian

2 dl tørr eller halvtørr eplesider

1 god neve grønnkål

1 dl kremfløte

Legg soppen i bløt i lunkent vann i minst 1 time. Sil av vannet og spar på det. Tørk soppen med kjøkkenpapir.

Del kyllingen i bryst- og lårstykker. Krydre med salt og pepper.

Skjær sjalottløk i strimler. Smelt smør i en stor panne eller sautergryte. Brun kyllingen godt på alle sider. Ta ut kyllingen og legg til side.

Stek løk og sopp i gryten sammen med timian i et par minutter.

Legg kyllingen tilbake og hell over eplesider og bløtleggingsvannet fra soppen. La det småkoke under lokk i 15 minutter.

Skrell poteter. Del store poteter i to og legg dem i gryten. La småkoke i ca. 20 minutter til de er møre.

Riv grønnkål i grove biter og ha i gryten sammen med fløte. Varm opp i 5 minutter. Smak til med salt og pepper og server.

Sopptips

Vi brukte tørket steinsopp, som du kan kjøpe hos bl.a. meny.no, oda.no og oluf.no. Du kan også steke fersk sopp, f.eks. champignon.



Pasta med langtidskokt salsicciaragu

En klassisk norditaliensk pastarett med rik kjøttsaus som får god dybde av lang koketid.

4–6 porsjoner

100 g gulrot
1 løk
2 stilker stangselleri
2 hvitløkfedd
250 g rå salsiccia (uten skinn)
300 g kjøttdeig av kalv
2 ss olivenolje
1 ts tørket oregano
1 ss finhakket persille
salt og pepper
2 dl hvitvin
1 laurbærblad
500 g passata (tomatsaus)
ev. vann
400 g pasta (se tips)
revet parmesan

Skrell gulrot og skjær den i små terninger. Finhakk løk og stangselleri. Finhakk hvitløk.

Brun salsiccia og kalvekjøtt i olje i en stor gryte. Tilsett gulrot, løk og stangselleri og la det surre i 6–8 minutter. Ha i hvitløk og stek videre i 1 minutt.

Tilsett oregano, persille, salt og pepper. Hell i vin og rør inn laurbærblad og passata. La sausen småkoke under lokk i 3 timer. Spe ev. med litt vann underveis.

Kok pastaen al dente i godt saltet vann. Spar på 1½ dl av kokevannet.

Vend pasta sammen med ragu og pasta-vann. Server med revet parmesan.

Pastatips

Tajarin er den lokale pastatypen i Piemonte, men du kan fint bruke tagliolini eller annen båndpasta.



Velg økologisk!

Med økologisk sitron unngår du sprøytemidler i skallet. Vanlige sitroner må vaskes godt før skallet rives.

Lammeskank med bønner, spinat og gremolata

En fylldig gryterett med mørt lam, kremete bønner og sitruskrydret gremolata.

4 porsjoner

250 g hvite bønner, bløtlagt i 12 timer

1 løk

2 hvitløkfedd

2 purre

4 lammeskanker

salt og pepper

2 ss olivenolje

2 dl hvitvin

2 dl vann

1 kvist rosmarin

1 laurbærblad

250 g spinat

GREMOLATA:

1 lite bunt bladpersille

1 hvitløkfedd

2 ts revet sitronskall

Kok de bløtlagte bønnene i lettsaltet vann i ca. 40 minutter, avhengig av type og alder. Sil av vannet.

Skjær løk i strimler og finhakk hvitløk. Skjær purre i skiver.

Krydre lammeskankene med salt og pepper. Varm olje i en gryte og brun kjøttet godt på alle sider. Ta det ut og sett til side.

Fres løk og purre i gryten noen minutter. Tilsett hvitløk og stek i 1 minutt.

Legg kjøttet tilbake i gryten og hell på vin og vann. Tilsett rosmarin og laurbærblad. Legg på lokk og la det småkoke i 2 timer.

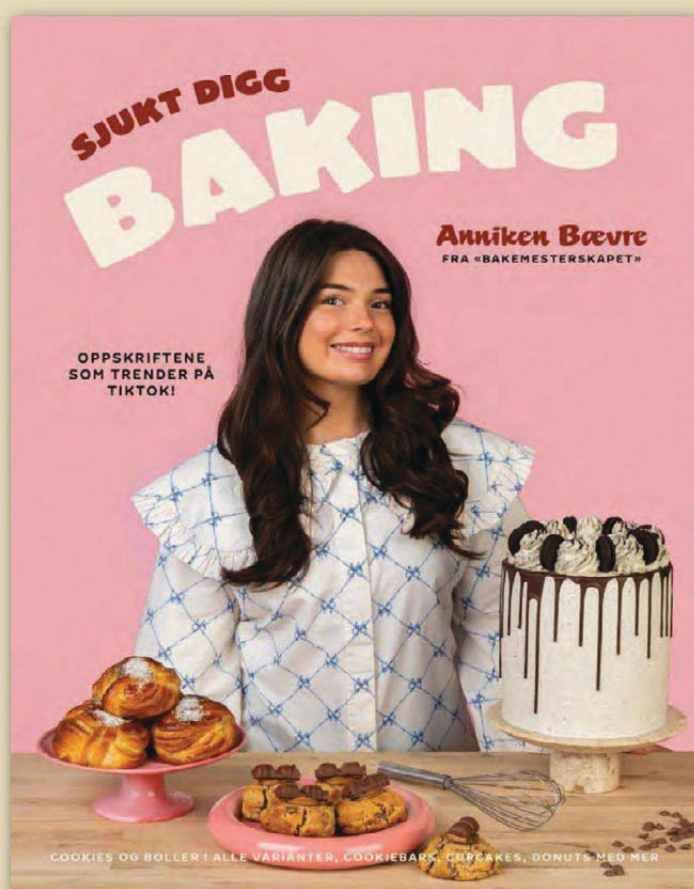
Ha i de kokte bønnene og kok videre i 30 minutter.

Vend inn spinat og la den falle sammen. Rør inn halvparten av gremolataen. Server med resten av gremolataen som topping.

Gremolata: Finhakk bladpersille og bland med revet eller most hvitløk og sitronskall.

Har du lyst til å teste baksten som tar av på TikTok?

Denne boka gir deg oppskriftene på alt fra boller med Nutella og Kinder til chunky cookies, «slutty brownies» og «over the top»-kaker.
– Fristelser som både ser fantastiske ut og smaker enda bedre.



Anniken Bævre, kjent fra Bakemesterskapet 2024, deler sine mest populære og enkle oppskrifter. Enten du er nybegynner eller bakeentusiast, er dette boka som gjør det lett å lykkes.



I salg nå!

PEOPLE





Gjett gjestebud

La høstdagen gli over i en varm og festlig kveld med gode venner og med deilig mat på bordet. Her får du en komplett 5-retter med vintips – fra velkomstdrinken til desserten.

TEKST: MIRA ARKIN FOTO: CHRIS TONNESEN



VELKOMSTDRINK:

Gin og rosmarin Paloma

En frisk og urteduftende vri på den klassiske meksikanske cocktailen Paloma – her med gin og hjemmelaget rosmarinsirup.

1 drink

ROSMARINSIRUP:

2 kvister rosmarin

150 g sukker

1 ½ dl vann

DRINK:

2 cl rosmarinsirup

4 cl gin

4 cl nypresset grapefruktjuice

1 dl kullsyrevann

isbiter

PYNT:

grapefruktskiver

rosmarinkvister

Sirup: Ha rosmarin, sukker og vann i en kjele, og varm forsiktig opp til sukkeret er oppløst. Det skal ikke koke. La sirupen avkjøle med rosmarinkvister i. Sil av og oppbevar kaldt i flaske eller glass med lokk.

Drink: Ha rosmarinsirup, gin og grapefruktjuice i et glass med isbiter. Topp med kullsyrevann og pynt med grapefrukt og litt rosmarin.

Rosmarintips!

Rosmarinsirup er også nydelig over en kule iskrem eller fruktig sorbet.





Vintips!

Vil du ha vin i stedet for cocktail, anbefales en knusktørr Crémant fra Burgund. Bobler og syre i vinen tar hånd om fedmen i laks og dipp. Alternativt kan du velge Franciacorta fra Lombardia i Italia.

Mer sulten?

Bruk dippen som pålegg på ristet brød og server som en lekker forrett eller kveldsmat.

SNACKS:

Laksedipp med ørretrogn

En kremet og smakfull dipp som passer perfekt til flatbrød, kjeks eller potetgull.

4 porsjoner

125 g røkt laks

200 g kremost naturell

2 ss finsnittet gressløk

2 ss hakket dill

salt og pepper

100 g ørretrogn

ekstra dill og gressløk, til pynt

Finhakk laks og rør sammen med kremost, gressløk og dill. Smak til med salt og pepper. Ha dippen i en skål og jevn overflaten med en slikkepott. Fordel ørretrogn på toppen og pynt med litt ekstra dill og gressløk. Dippen kan lages noen timer i forveien og oppbevares kjølig frem til servering.



FORRETT:

Rødbetetartar med hellefisk, eple og aioli

En smaksrik rett med nydelig farge fra rødbeter og sprø topping av ristede hasselnøtter.

4 porsjoner

30 g hasselnøtter
400 g rødbete
100 g røkt blåkkeite (se tips)
1 eple
2 ts grov sennep
1 ss sitrønsaft
2 ss olivenolje
1 ss finhakket estragon
salt og sort pepper
4 ss aioli
1 neve kjørvel

Rist hasselnøtter på 180° i ovn i 10 minutter til de er gylne. Grovhakk dem.

Kok rødbeter i lettsaltet vann i 20 minutter. La dem trekke i vannet i 10 minutter før du gnir av skallet. Skjær i små terninger.

Skjær hellefisk og eple i små terninger, og vend sammen med rødbete, sennep, sitrønsaft, olivenolje og estragon. Smak til med salt og pepper.

Anrett tartaren på tallerkener, legg en skje aioli på hver porsjon og topp med ristede hasselnøtter og litt kjørvel.

Vintips!

En Pinot blanc fra Alsace eller Tyskland har sødmefull frukt som matcher sødmen i rødbetene og den røkte fisken. Syren i vinen gjenspeiles i eplene og dempes av aiolien. Et annet spennende valg er Torrontes fra Salta i Argentina.

Fisketips!

Røkt blåkkeite får du hos fiskehandler, velassortert fiskedisk eller vakuumpakket i sjømathylla på Meny. Bruk ev. annen røkt fisk, som kolje, makrell, laks eller ørret.



HOVEDRETT:

Kylling saltimbocca med ovnsbakte grønnsaker og hvitvinssaus

En italiensk klassiker med kylling i stedet for kalv. Alt kan klargjøres på forhånd – perfekt når du venter gjester.

4 porsjoner

2 stk. fennikel
1 hel hvitløk
1 sitron
1 kvist rosmarin
2 ss olivenolje
salt og sort pepper
200 g grønne bønner

SALTIMBOCCA:

4 kyllingbrystfileter
salt og sort pepper
8 salvieblader

4 skiver parmaskinke
2 ss olivenolje
2 dl hvitvin
50 g kaldt smør i terninger

Grønnsaker: Del fennikel i båter og legg i en ildfast form. Del hvitløk i fedd uten å fjerne skallet. Skjær sitron i fire og legg i formen sammen med fennikel og hvitløk. Riv av rosmarinnålene og dryss over. Krydre med salt og pepper, vend alt med olivenolje og bak på 200° i 30–35 minutter.

Rens bønner og kok i lettsaltet vann i 5 minutter. Vend dem inn med den bakte fennikelen rett før servering.

Saltimbocca: Del hver kyllingfilet horisontalt i to. Krydre med salt og pepper, legg ett salvieblad på hvert stykke og dekk med en halv skive parmaskinke. Fest med tannpirker eller kjøttnål.

Varm olje i en panne og stek kyllingen med skinkesiden ned i 5 minutter. Snu og stek i ytterligere 5 minutter. Legg kyllingen i et fat og hold varm.

Hell hvitvin i samme panne og kok inn til halvparten. Slå av varmen og rør inn smør til sausen tykner. Hell sausen over kyllingen.





Vintips!

Prøv en frisk og saftig Frappato fra Sicilia med solmoden frukt som matcher sødmen i kylling og bakte grønnsaker. Velger du hvitt, gå for en St. Peray fra Rhône.

Grønt tips

Finner du ikke fennikel, kan du bruke sellerirot, pastinakk eller jordskokk. For å beholde fennikel-smaken, kan du tilsette litt fennikelfrø.





MELLOMRETT:

Bakt camembert med nøtter

En enkel, men uimotståelig servering for osteglade – passer som mellomrett, ostedessert eller til et glass vin.

4 porsjoner

25 g valnøtter
25 g pinjekjerner
1 camembert à 200 g
1 ss olivenolje
2 ss akasiehonning
1 ss frisk rosmarin
sort pepper

TIL SERVERING:
crostini eller baguette

Grovhakk valnøtter og rist dem sammen med pinjekjerner på 180° i ovn i 8–10 minutter.

Legg camembert på bakepapir i en ildfast form og varm i ovnen på samme temperatur i 10–12 minutter, til osten er myk og nesten flytende inni.

Flytt forsiktig osten over på et fat og dryss over de ristede nøttene. Hell over olivenolje og akasiehonning. Topp med rosmarin og litt sort pepper.

Vintips!

En fylldig, fatlagret Chardonnay fra Jura eller California fremhever nøttesmak og kremethet i smeltet ost. Heller rødt? Velg en saftig og tanninfattig Gamay.

Ostevri

Denne retten kan også lages med brie hvis du foretrekker det.

DESSERT:**Posjert pære med salt karamell, crumble og vaniljeis**

En fyldig og lettlaget dessert med karamellsaus, sprø crumble og silkemyk vaniljeis.

4 porsjoner

4 pærer
4 dl vann
250 g sukker
500 g vaniljeis

CRUMBLE:

50 g hvetemel
50 g lyst muscovadosukker (se tips)
½ ts kanel
50 g kaldt smør
50 g havregryn
50 g mandler, grovhakket

KARAMELLSAUS:

50 g smør
200 g lyst muscovadosukker (se tips)
1 ½ dl kremfløte
½ ts grovt salt

Posjerte pærer: Lag dem gjerne dagen før. Skrell pærene. Kok opp vann og sukker til sukkeret er oppløst. Legg i pærene og la dem småkoke i sukkerlaken i 15 minutter. La pærene ligge i laken til de er avkjølt og oppbevar dem i laken i kjøleskap.

Crumble: Bland mel, sukker og kanel. Smuldre inn smør. Tilsett havregryn og mandler og smuldre videre til det danner små klumper. Fordel på liten langpanne og

stek på 180° i 15 minutter til massen er gyllen og sprø. Avkjøl.

Karamellsaus: Kan lages flere dager i forveien. Ha alle ingrediensene i en kjele. Smelt og småkok i 5 minutter. Ta av varmen. Sausen blir tykk ved avkjøling, men kan lett varmes opp igjen.

Server posjerte pærer med vaniljeis, crumble og varm karamellsaus.

Vintips!

Vin Santo fra Toscana med sine søte smaker av tørket frukt og karamell passer ypperlig til fruktdesserten med varmebehandlet frukt og iskrem.

Sukkertips

Muscovadosukker er uraffinert rørsukker som gir en dypere søt smak. Du finner lys og mørk type på Meny, helsekost og nettbutikker. Bytt ev. ut med brunt sukker.

SKOTTLANDS HEMMELIGHET

Forbinder du Skottland med grå haggis, røyktung whisky og tykk tåke, skal du besøke Speyside-regionen. Du blir garantert sjarmert.

TEKST OG FOTO: KJERSTI MOEN



UNIK OPPLEVELSE: På Meldrum House Country Hotel i Oldmeldrum serveres middagen stemningsfullt i oppvarmede glasskuper under stjernehimmelen. Etterpå er det bare å rusle over plenen til en myk seng innenfor slottsmurene.

Vi kan like godt innrømme det: Som førstereis til Skottland hadde vi ikke all verdens forventninger til landets kulinariske bravader. Syv sesonger med Netflix-serien «Outlander» med krig og kjærlighet fra 1700-tallet hadde gitt oss et litt utdatert bilde. Men det var før vi landet i Aberdeen og bega oss ut på landeveien til Speyside-regionen i nordøst, under trekroner med gnistrende høstløv mot knallblå himmel.

Der vi grøssende hadde gruet oss til grå sauevom, fikk vi servert glitrende gourmet. Whiskyen vi fryktet skulle smake ramt av røkt torv, viste seg å by på de mest innsnigende noter. På toppen av det hele var det Speyside opp med strålende høstvær, eventyrlig overnatting og imponerende kvalitetshåndverk.

WHISKYEN

La oss begynne med geografien: Regionen har fått navn etter elven Spey, som snirkler seg nordover fra Loch Spey i det skotske høylandet til den møter Nordsjøen ved Elgin. Vannet fra Spey gir grunnlaget for regionens store stolthet og viktigste inntektskilde: Whiskyen.

– Alt starter med vannet, sier Stewart Buchanan, merkevareansvarlig hos Glendronach-brenneriet i Forgue. Han legger til at whisky egentlig burde være enkelt; all whisky består av vann, bygg og gjær.

– Likevel forbløffer det meg hvor forskjellige whiskyer kan være, sier han.

Etter hvert som vi vandrer rundt i destilleriet, forstår vi hvorfor: Whisky handler også om brensel, metoder, temperatur, materialer, tønner, lagringstid og et utall andre variabler, ikke minst menneskene.

– Du kan ikke lage whisky etter et regneark, konkluderer Buchanan. Han mener at Speyside produserer fruktigere, lettere, rundere og mer elegant whisky enn andre regioner, spesielt sammenlignet med de røffe, røyktunge variantene fra øya Islay.

Benriach-brenneriet i Elgin utgjør kanskje den største kontrasten til Islay, kjent som det er for sin lette, fruktige whisky.

– Benriach er et bra sted å starte hvis du ikke er så bevandret i whiskyens verden. Vi streber etter den fruktige karakteren. Du skal smake epler, pærer og honning, sier Emma Lawrence, brenneri-vertinne. Hun skjenker noen innsnigende dråper i glassene i besøkssenteret, og vi må bare nikke. Dette passer våre ganer.

Norske ganer er generelt begeistret for Speyside- »



GOURMET: Speyside-regionen har mange flotte råvarer å vise frem, ikke minst mørt kjøtt av høylandskveg. På Pagodas Restaurant i The Station Hotel i Rothes fikk vi servert denne lekre biffen med potetrosett, selleripuré, savoykål og svarthyll-saus som del av en 11-retters smaksmeny på høyt gastronomisk nivå.

7 skotske matskatter

Skottland byr på nydelig gourmet, men nyfikne og matinteresserte reisende bør også teste litt av tradisjonsmaten:

1. Haggis: Nasjonalretten

– pølse av saueinnmat med havregryn, løk og krydder. Tradisjonelt kokt i sauevom, i dag ofte i kunstig skinn. Fås også som snacks i små kuler.

2. Scottish breakfast:

Solid start på dagen med varierende innhold, ofte egg, bacon, pølser (gjerne blodpølse), sopp, tomat, bønner, haggis, potetkaker og toast.

3. Cullen skink:

Fylldig fiskesuppe laget med røkt kolje, poteter og løk. En kremet spesialitet fra nordøst-Skottland.

4. Arbroath smokie:

Hel røkt hyse, en rett med norøne røtter, tradisjonelt tilberedt over åpen ild.

5. Scottish eggs:

Egentlig ikke fra Skottland, men serveres over alt. Populært på piknik og pub. Hardkokt egg pakket inn i krydret kjøttdeig, panert og fritert.

6. Shortbread:

Sprø, ikonisk kjeks av smør, hvetemel og sukker. Fås i dekorative bokser.

7. Neeps and tatties:

Kålrotstappe (neeps) og poteter (tatties). Klassisk tilbehør til haggis og andre kjøttretter.

I tillegg er skottene stolte av sin sjømat, spesielt laksen, samt hjort og høylandskveg.



HAGGIS-KULER: Hvis nasjonalretten virker litt skremmende, skal du prøve bonbon-varianten.



SMAKSPRØVER: Alle brenneriene tilbyr «a wee dram» eller flere som avslutning på omvisningene. Emma Lawrence, vertinne hos Benriach, har skjenket opp noen gyldne dråper i besøkssenteret.

whisky, hevder kollega Buchanan hos Glendronach.

– Det har alltid forbløffet meg hvor mange gode whiskypuber som fins i Norge, og hvor mange norske gjester som finner veien hit. Norge er et viktig marked. Jeg har et «soft spot» for Norge, sier han.

MATEN

Vi på vår side er i ferd med å få et «soft spot» for Speyside. Ikke bare blir vi sjarmert av smakene i glasset, men også på tallerkenen.

Selv på nokså ordinært utseende puber og kaféer med kronevennlige priser får vi servert elegante retter av gode skotske råvarer. For eksempel perfekt dampede blåskjell og fyldig, velsmakende fiskesuppe. For ikke å snakke om luftige, nybakte scones med tilhørende clotted cream og nyrørte bringebær. På litt mer forfinede restauranter er vi på høyt gastronomisk nivå. Blant annet møtte vi en hummer vi aldri vil glemme, servert i en stemningsfullt opplyst glasskuppel under stjernehimmelen på Meldrum House Country Hotel i Oldmeldrum.

Også det relativt beskjedne Station Hotel i Rothes viste seg å skjule en gastronomisk perle: Restauranten Pagodas, som serverte en strålende 11-retters smaksmeny som sommelieren gjerne satte passende whisky til. Her smakte vi skotske råvarer som fjellørret, rådyr, kveite og høylandskveg tilberedt på elegant og velsmakende vis med godt håndverk fra kjøkkenet.

HÅNDVERKET

Solid håndverk kan man også beundre andre steder. Gå ikke glipp av et besøk på Speyside Cooperage. Med raske, kyndige hender jobber bøkere og lærlinger med å reparere de viktige eikefatene som bidrar til å gi whiskyen særpreg og smak.

– På denne måten kan ett og samme fat brukes opptil tre ganger og gi inntil 70 års lagring, sier vår guide, Lynda Hendry.

Fire år må man gå i lære for å bli bøkere her. Og lærlingene betales per fat de fullfører. Ikke rart det går i rasende fart der nede i produksjonslokalet.

Sakte går det heller ikke i produksjonslokalene hos Johnstons of Elgin, en av regionens viktigste tekstilbedrifter. Her spinnest garn i turbofart, og her suser skytler frem og tilbake gjennom renningen i aumatiserte vever. Internasjonale motehus som Burberry og Hermès får sine prestisjefylte tekstiler med ikoniske logoer vevet her.

Ikke rart folket i Speyside syns de har mye å være stolte av.

(Reportasjen bygger på en pressetur i oktober 2024, arrangert av Anora)



HÅRETE: Høylandskveget gir melk og kjøtt til Speysides mange spisesteder. De lokale kaller dem kjærlig for «hairy coos». Denne rufsete sjarmøren møtte vi i Oldmeldrum.



Whisky-ordliste

På omvisning i destilleriene får du bedre utbytte hvis du kjenner de viktigste faguttrykkene:

Mash: Mesk, en blanding av maltet korn og vann. I meskeprosessen omdannes stivelse i kornet til sukker. Denne sukkerløsnin-gen («wort» på engelsk, vørter på norsk) skaper senere gjæring.

Malt: Lages av fuktet byggkorn som spirer og deretter tørkes for å aktivere sukkeret i kornet. Grunnlaget for all maltwhisky.

Single malt: Whisky laget på ett destilleri av 100 % maltet bygg. Den mest kjente kategorien.

Blended whisky: En blanding av ulike typer, ofte fra flere destillerier. Vanligvis rimeligere og mildere enn single malt.

Peat: Tørket torv som brukes til brensel under malting. Gir en røykpreget smak og aroma. Brukes mye i Islay-regionen.

Cask strength: Whisky tappet rett fra fatet. Har høy alkoholprosent (opp til 68–70%) og kraftig smak. Ellers er det vanlig å vanne ut til 40–45% før tapping på flaske.

Angels' share: «Englenes andel», fordampet under lagring.

Finish: Smaken du sitter igjen med etter at du har svelget. Brukes også om sluttlagring på spesielle fat.

Dram: «A wee dram» er et lite glass – ikke en måleenhet, men et kjært begrep for en velfortjent klunk.

Still: Destillasjonsapparat, oftest enorme kobberfat.

Age statement: Alderen på whiskyen, oppgitt i antall år lagret på fat. Gjelder alltid den yngste whiskyen i blandingen.

Neat: Bar, ufortynnet whisky.

HER SKJER DET: I de enorme kobberkjelene (the stills) får whiskyen mye av sin personlighet. Stewart Buchanan, merkevareressjef hos Glendronach, forklarer hvordan fasongen og størrelsen påvirker smaken. Neste år feirer Glendronach 200-årsjubileum.



FORNEMT: Skottland er kjent for tweed, og hos Johnstons of Elgin (etablert i 1797) finner du et godt utvalg av pledd og plagg i dette berømte materialet, for ikke å snakke om eksklusiv kasjmir (fra Mongolia) og bløt merinoull fra skotske sauer. Fine, varige suvenirer!

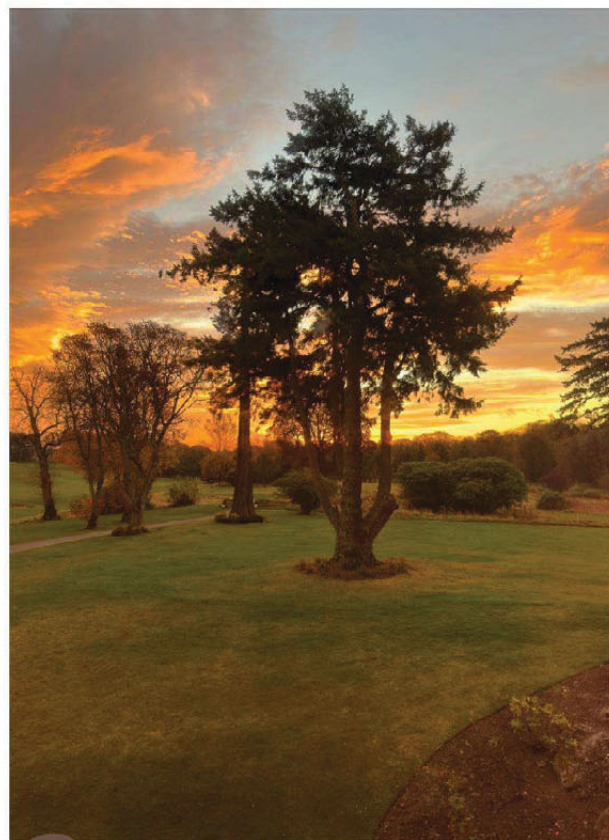


INGENIØRKUNST: Craigellachie Bridge spenner seg elegant fra tårn til tårn i en 46 meter lang bue over elven Spey. Dette skal være den eldste smijernsbroen som fortsatt står i Skottland.

HØYT NIVÅ: Hummeren vi fikk servert på Meldrum House Country Hotel, lengter vi allerede tilbake til.



RASKE NEVER: David McKenzie er den mest erfarne bøkkeren på Speyside Cooperage. Han satte sammen en whiskytonne på tre minutter og tre sekunder. Det ga Guinness-rekord i 2017.



NATUROPPLEVELSER: Speyside-regionen og det skotske høylandet er tynt befolket, og du er aldri langt unna vill natur eller vakre parker. Soloppgangen fra hotellrommet Meldrum House Country Hotel i Oldmeldrum var en opplevelse.



REISEFAKTA SPEYSIDE

Regionen: Ligger nordøst i Skottland, nord for Aberdeen. Viden kjent for whiskyproduksjon, med landets høyeste tetthet av destillerier. Turistruten «The Whisky Trail» tar deg til kjente merkenavn som Glenfiddich, Glenlivet og Chivas Regal.

Beste tid: Vår og sommer er høysesong, men høsten kan være fin, med flott natur og få turister.

Slik kommer du dit: Fly direkte til Aberdeen fra Bergen (Widerøe) eller Stavanger (SAS). Fra Oslo mellomander du i Stavanger eller København (SAS). I Aberdeen kan du leie bil. Det fins også pakketurer fra Norge og utflukter fra Edinburgh og Glasgow.

Her spiser du godt: Vi hadde nydelige matopplevelser på Pagodas, restauranten i The Station Hotel i Rothes, restauranten i Meldrum House utenfor Oldmeldrum, The Bank Café & Restaurant i Huntly og kafeen i besøksente-

ret hos tweedprodusenten Johnstons of Elgin. Varmt anbefalt kommer også The Fife Arms i Turriff, The Rothesay Rooms i Ballater og Amuse by Kevin Dagliesh i Aberdeen.

Her bor du bra: Vi hadde komfortable overnattinger på The Station Hotel i Rothes og i Meldrum House Country Hotel utenfor Oldmeldrum. The Fife Arms Hotel i Turriff, Craigellachie Hotel of Speyside og Mansion House Hotel i Elgin kan også være verdt et besøk hvis du liker tradisjon og historie.

Steder å besøke: I tillegg til destilleriene (bl.a. Simply Speyside arrangerer turer med omvisning og smakinger), må du få med deg underholdende demonstrasjon av bøkkerhåndverk hos Speyside Cooperage og innblikk i produksjon av finere tekstiler hos Johnston's of Elgin. Slottsbesøk hører også med, for eksempel legendariske Fyvie Castle i Fyvie.

STORSLAGENT: Et kirkeorgel i ballsalen? Såpass må det være! I hvert fall på Fyvie Castle, et gedigent slott der de eldste delene er fra 1390. Kong Charles har bodd her, og selvsagt også slottets eget spøkelse, den forsmådde Dame Liliás.

Nytt & godt av rein

Filet og skav av reinsdyr er gamle kjenninger. Men har du prøvd skank og røkt finnbiff? Her er noen spennende varianter.

OPPSKRIFTER OG STYLING: MONICA EIDEM FOTO OG STYLING: STIAN BROCH
(I SAMARBEID MED FINNMARK REIN)



Tips!

Server gjerne
ris til.

Asiatisk reinskank

Asia møter Finnmarksvidda i denne smaksrike, utradisjonelle retten.

4 porsjoner

4 rå reinskanker (ca. 1,4 kg)

2 gule løk

4 gulrøtter

1½ l kraft av reinsdyr, vilt eller okse

1 ts salt

2 stjerneanis

SOYAGLAZE:

3 fedd hvitløk

1 rød chili

2 ss smør

2 dl soyasaus

3 ss brunt sukker

4 ss flytende honning

2 ss eplecider eddik

1 stk lime, saften

TILBEHØR:

400 g spisskål

4 ss smør

1 rød chili

3 ss sesamfrø

frisk koriander

Gni inn reinskankene med salt og pepper og brun dem i litt olje i en panne.

Skrell løk og gulrot og skjær i grove biter. Ha dem og skanken i en kjele og hell over kraft, salt og stjerneanis. Gi det et oppkok og la det småkoke i 10 minutter. Legg på lokk og sett gryten i stekeovnen på 160° i ca 1 time. Ta av lokket og stek videre i ca 1 time, til kjøttet er mørt og slipper beinet.

Glaze: Finhakk hvitløk og chili og svisj det i litt olje. Ha i resten av ingrediensene og la det småkoke i noen minutter. La den kjøle seg ned og fjern stjerneanisen.

Strimle spisskål og kok i et par minutter i lettsaltet vann. Sil av og ha i smør og chili.

Servering: Fordel kålen på tallerkener, legg på skankene og ha over glaze. Topp retten med sesamfrø og koriander.

Tips!

Reinskank kan kjøpes ferdig langtidskokt på Meny, Spar og Joker (fra Finnmark Rein). Eventuelt kan du kjøpe rå skank og koke selv.



Reinskank med rotgrønnsaker og tyttebær

Den tradisjonelle måten å servere reinsdyr på – norsk og nydelig!

4 porsjoner

4 stk langtidskokt reinskank, ca. 1,4 kg (se tips)

2 stk gulrot

2 stk persillerot

4 stk gulbeter

2 stk rødbete

3 fedd hvitløk

1 dl olivenolje

bladpersille

salt og pepper

TYTTEBÆRKREM:

2 dl crème fraîche

4 ss tyttebær

2 ts honning

salt og pepper

TIL SERVERING:

200 g brokkolini

400 g små poteter

tyttebær

bladpersille

Tilbered reinskank som anvist på pakken.

Grønnsaker: Skrell rotgrønnsakene og del i passende biter. Legg dem i en ildfast form, ha i poteter og finhakket hvitløk og drypp olivenolje over. Bak i ca 30 min på 200°. Ha over timian, salt og pepper.

Tyttebærkrem: Rør sammen ingrediensene.

Servering: Kok brokkolini i et par minutter i lettsaltet vann. Server reinskank med kokte poteter, bakte rotgrønnsaker, brokkolini og en klatt tyttebærkrem. Pynt med tyttebær og bladpersille. En god brun saus smaker godt til.



Hvit pinsa med røkt finnbiff

Den røkte smaken av reinkjøtt passer fint som pinsatopping.

4 porsjoner

2 stk pinsabunn (se tips)

300 g røkt finnbiff

1½ dl crème fraîche

150 g revet fast, gul ost

1 rød løk

50 g tyttebær

50 g blåbær

frisk timian

Smør crème fraîche på pinsabunnene og topp med revet ost, røkt rein og løk i tynne skiver. Stek som anvist på pakken og pynt med tyttebær, blåbær og timian.

Tips!

Halvsteke pinsabunner får du kjøpt vakuumpakket i de fleste dagligvarebutikker. De inneholder omtrent det samme som ferdigkjøpte, halvsteke pizzabunner. Den største forskjellen er formen og størrelsen.



Tips!

Spar litt av pastavannet for å justere konsistensen på den ferdige retten om nødvendig.

Pasta Alfredo med sprøstekt finnbiff

En enkel, kremet pastarett der røkt rein-kjøtt er et overraskende element.

4 porsjoner

400 g tagliatelle
2 fedd hvitløk
4 ss smør
2½ dl fløte
100 g parmesan + litt til servering
300 g røkt finnbiff
salt og pepper
frisk bladpersille

Kok pasta som anvist på pakken.
Stek røkt finnbiff som anvist på pakken.

Finhakk hvitløk og surr det i smøret. Ha i fløten, gi det et oppkok og la det småkoke i noen minutter. Ha i revet parmesan og kokt pasta og smak til med salt og pepper.

Topp med røkt finnbiff, grovhakket bladpersille og litt ekstra revet parmesan.



Mer krutt?

Vil du ha retten litt sterkere, kan du røre inn litt srirachaus (chilisaus) etter smak i majonesen.

Japansk kålpannekake med røkt finnbiff

Okonomiyaki kaller japanerne sin kålpannekake, her spenstig toppet med røkt reinkjøtt.

4 porsjoner

400 g røkt finnbiff
3 dl hvetemel
3 stk egg
3 dl hodekål
1½ dl vann
salt og pepper
1½ dl bbq-saus
1½ dl majones
2 vårløk

Rør sammen egg, mel vann, litt salt og pepper og vend inn finsnittet kål til slutt.

Stek røkt finnbiff i nøytral olje i en stekepanne til det er gjennomstekt, og spar halvparten til topping.

Ha i kålblanding og stek det gyllent på begge sider som en omelett.

Topp med resten av kjøttet, bbq-saus, majones og finsnittet vårløk.

Hjerte for KLIPPFISK

– Når noen serverer deg klippfisk, vet du at de er skikkelig glad i deg, sier brasilianske Lucas Corazza. Sammen med fem andre kokker kom han langveis fra til Ålesund for å lage mat med norsk klippfisk.

TEKST: CECILIE LOUISE BERG FOTO: CECILIE LOUISE BERG
OG ANDY JOHANSEN/NORGES SJØMATRÅD



KLIPPFISKENTUSIASTER: Seks kokker med klippfisk fra seks land. F.v. Carlos De Medeiros (Portugal), Rameish Deouza (Jamaica), Pascaline Mosolo (DR Kongo), Arantxa Soto (Den dominikanske republikk), Lucas Corazza (Brasil) og Ana Casanova (Mexico)

FOTO: CECILIE LOUISE BERG

Lager du «bacalhau» til noen, er det en kjærlighetserklæring, fastslår den brasilianske kokken Lucas Corazza, mens han rører i en stor, duftende gryte med løk og klippfiskbiter.

Om litt skal Lucas blande det delikate fiskekjøttet med hvitløk, olivenolje og moste poteter, og forme deigen til «bolinhos». Bolinhos, eller klippfiskboller, er en populær rett i Brasil, og det finnes knapt en tradisjonell bar eller restaurant med respekt for seg selv som ikke har dem på menyen.

Brasil er bare ett av landene der klippfisk både er nasjonalrett og viktig mat under feiringer og høytider. Det meste av klippfisken som tilberedes i Brasil kommer fra Norge, og brorparten produseres i Norges klippfiskby nummer én: Ålesund. Nettopp derfor var Atlanterhavsparken i Ålesund et naturlig sted for Norges Sjømatråd å samle seks entusiastiske, internasjonale kokker og matformidlere til klippfiskkalas før årets sommer satte inn.

– Vi kaller «bacalhau» for «vår trofaste venn» og spiser den både til hverdag og fest, forteller den portugisiske kokken Carlos De Medeiros.

Til daglig driver han Michelin-restauranten Bar Amour i Oslo, og på hans meny under kokketteffet står *caldeirada* (klippfiskgryte) og *pastel de bacalhau*, Portugals utgave av klassiske, friterstekte klippfiskboller. (Du finner oppskrifter på disse rettene på denne og de neste sidene.)

Også i Den dominikanske republikk i Karibia er «bacalao», som den heter der, en stor greie. Det opplyser Aranxta Soto, som er kokk og matinfluenser. Hun sverger til den norske klippfisken.

– Den norske er den beste, sier hun,

mens hun med kyndige hender river klippfisken i biter og skjærer opp kokebananer, paprika, løk, tomater og koriander til sin rett. Den serverer hun i små kurver av stekte bananer, fylt med en grønnsaks- og klippfiskstuing.

For på den karibiske øya, som i mange andre land der folk spiser mye klippfisk, brukes den norske råvaren til så mye mer enn den typiske tomatiserde gryten vi pleier å lage her hjemme. I Aranxtas hjemland anvendes den i alt fra paier, gryteretter og supper til grillede og ovnsbakte retter og som fyll i empanadas og tamales.

Tamales?

– Tamales er en tradisjonell rett fra Mexico og Mellom-Amerika, der fyllet pakkes inn i en deig av maismel dekket av mais- eller bananblader, forklarer den meksikanske kokken Ana Casanova.

Jamaicanerne kaller klippfisken for «saltfish», og her spises norsk klippfisk flere ganger i uken, i følge kokken Rameish Desouza. I Ålesund lager han en klippfiskklassiker fra hjemlandet med friterstekt fisk, i tillegg til klippfiskdumplings med kokosnøtt og kål.

– «Saltfish» er en del av vår kultur og tradisjon, sier han.

Også i Kongo er det mange som anser klippfisk som en av landets nasjonalretter, forteller den kongolesiske kokken Pascaline Mosolo. I grytene hennes surrer en blanding av løk, hvitløk, vårløk, paprika, auberginer og klippfisk som skal bli til den populære retten «makayabu» - som er kjent for sin gode og kraftige smak. I hovedrollen: norsk klippfisk av sei. (Se oppskrift.)

(Maison mat & vin var invitert som gjest av Norges Sjømatråd under klippfiskgildet i Ålesund.)

” Vi kaller
«bacalhau» for
«vår trofaste
venn»

Carlos De Medeiros.



EKSOTISK: Klippfisk med karibisk vri fra Den dominikanske republikk.



FISK MED BANAN: Aranxta Soto fra Den dominikanske republikk i gang med sin klippfiskrett.

UTVANNINGS-TIPS!

Hvis klippfisk ikke er vannet ut, anbefaler kokken å vanne den ut i to dager. Bytt vann minst fire ganger i løpet av de første seks timene, og deretter én gang hver sjetten time.

Klippfiskgryte fra Portugal

Caldeirada kaller portugiserne denne gryten. Oppskriften er fra portugisiske Carlos De Medeiros fra restaurant Bar Amour, Oslo.

4 porsjoner

1 kg utvannet klippfisk

500 g poteter

1 l fiskekraft

300 g modne tomater

300 g rød paprika

300 g grønn paprika

300 g løk

5 hvitløkfedd

olivenolje

500 ml hvitvin

1 bunt mynte

1 bunt koriander

Skjær fisk i biter. Kok opp en stor gryte med vann, tilsett fisk og ta gryten av varmen. La fisken trekke i ca. 15 minutter. Den er ferdig når den flaker seg. Ta fisken ut av vannet og avkjøl før den deles i mindre biter.

La halvparten av grønnsakene bortsett fra potetene surre seg myke i en gryte med olivenolje. Plukk koriander- og mynteblader av stilkene og ta vare på både blader og stilker. Tilsett litt salt i gryten med grønnsaker og deretter vin. La alkoholen fordampe i 5 minutter. Tilsett fiskekraft og mynte- og korianderstilker og la småkoke i 30-45 minutter. Dette blir basen for gryten.

Bruk en stavmikser for å kjøre blandingen jevn. Skjær poteter og resten av grønnsakene i små terninger, tilsett dem i basen og kok sakte til potetene er myke. Tilsett klippfisk, grovhakkede mynte- og korianderblader og smak til med salt og pepper. Pynt ev. med spiselig blomst.

FOTO: CECILIE LOUISE BERG

MUMS FRA MEXICO:

– Tamales er en tradisjonell rett fra Mexico og Mellom-America, der fyllet pakkes inn i en deig av maismel dekket av mais- eller bananblader, forklarer den meksikanske kokken Ana Casanova. Under klippfiskgildet i Ålesund bød hun på tamales fylt med klippfisk av lange og massevis av chili. Våget du, kunne du som tilbehør få guacamole anrettet med tørkede maur og larver.

ANDY JOHANSEN



ELEGANT: Portugisiske Carlos De Medeiros med sin tolkning av dagens råvare – norsk klippfisk.

Pastel de Bacalhau

Klippfiskboller etter oppskrift fra den portugisiske kokken Carlos De Medeiros fra restaurant Bar Amour i Oslo.

Ca. 30 stk.

ca. 300 g utvannet klippfisk

500 g poteter

125 g hakket løk

7 egg, sammenvispet

6 hvitløkfedd, finhakket

½ bunt persille, finhakket

panko (japansk brødrasp)

olivenolje

Del klippfisk i mindre biter. Kok opp en stor gryte med vann, ha i fisken og sett gryten til side i ca. 15 minutter. Fisken er ferdig når den flaker seg. Når den er klar, ta den ut av vannet og la den avkjøles før du river den ytterligere opp.

Skrell og damp eller kok poteter myke i kokende, saltet vann. Avkjøl litt, slik at overskuddsdampen slipper ut. Dette forhindrer at pastelen blir for fuktig og faller fra hverandre. Mos potetene umiddelbart gjennom en finmasket sikt eller med en potetmoser.



Stek løk og hvitløk myk i olivenolje i en gryte, tilsett moste poteter, klippfisk og persille. Ta gryten av varmen.

Når blandingen er avkjølt, tilsettes egg. Sjekk konsistensen og juster med brødsmuler om nødvendig. Smak til med krydder og form til avlange boller á ca. 30 g. Frys dem før du friterer dem gyllenbrune i nøytral olje ved 180°C. Legg over på kjøkkenpapir.



KLIPPFISK TIL FOLKET: Heldige var de som var til stede på klippfiskkvelden og fikk smake på resultatet av kokkenes lek med råvaren.



Makayabu fra DR Kongo

Oppskrift fra kongolesiske Pascaline Mosolo, bosatt i Oslo. Makayabu, klippfisk av sei, er en uunnværlig del av kjøkkenet i hennes fødeland. Denne oppskriften er en autentisk og populær versjon, servert med tradisjonelt tilbehør og den spesielle kongolesiske Pili-Pili-sausen.

4 porsjoner

1 kg ferdig utvannet klippfisk (bruk den typen du får tak i)

2 løk

2 paprika

1 hvitløkfedd

1 sitron

1 bunt vårløk

1 stor eller 2 små auberginer

nøytral olje til steking

pili pili-saus eller annen sterk chilisaus

Skjær fisk i biter. Varm opp olje og stek fisken lett til den blir gyllen. Skjær opp grønnsakene og fres dem i oljen som ble brukt til fisken. Bland alt, og server med sterk pili pili-saus laget av chili, hvitløk, salt og olivenolje. I Den demokratiske republikken Kongo serveres retten ofte med stivelsesrikt tilbehør for et balansert og mettende måltid. Eksempler er sakasaka (kokte kassavablader), stekt eller most kokebanan eller fufu, en spiselig pasta laget av f.eks. kassava eller kokebanan.

Ris eller godt brød passer også godt til retten og kan benyttes i stedet for tilbehøret nevnt over.



ANDY JOHANSEN

FAVORITT: Klippfisk av sei er en my brukt råvare i DR Kongo, Pascaline Mosolos hjemland.

ANDY JOHANSEN

KLIPPFISKKUNNSKAP

Klippfisk er saltet og tørket fisk fra torskfamilien. Den produseres av hvit fisk som torsk, sei, hyse, lange og brosme. Inntil 1960-tallet foregikk tørkingen på klippene, derav navnet klippfisk.

Med et gjennomsnittlig inntak på 17,5 kilo per person i året, er portugiserne verdensmestere i klippfiskspising.

Vi nordmenn er småpisere av vår egenproduserte klippfisk. I 2024 spiste vi rundt 250 tonn. Samtidig eksporterte vi over 81 000 tonn til land som Portugal, Brasil, Den dominikanske republikk, Jamaica, Mexico og Kongo. Norge er med dette verdens største klippfiskeksportør.

Norge eksporterer klippfisk til mer enn 50 land. I fjor eksporterte vi klippfisk til en verdi av nesten 5,9 milliarder kroner.

Klippfisken fikk fotfeste i katolske land under reformasjonen på 1500-tallet. Kirken innførte en rekke nye lover og regler i forbindelse med faste og høytider. Blant annet var det forbudt å spise kjøtt. Klippfisk ble et rimelig og relativt tilgjengelig alternativ for mange. Dette la grunnlaget for at klippfisk ble noe man spiste i forbindelse med høytider, fester og når familie og venner skulle samles. Slik er det den dag i dag i katolske land verden over.

Norsk klippfisk er også populært i en del afrikanske og karibiske land. Den historiske bakgrunnen er en kombinasjon av portugisernes kolonisering og at klippfisk ble brukt som proviant om bord på skipene som fraktet slaver til sukker- og bomullsplantasjer i Karibia.

TIPS!

Fikk du lyst på klippfisk?
På Godfisk.no finner du mange andre gode oppskrifter.



RÅVAREN: Fine, hvite stykker med klippfisk, klare for videreforedling av flinke kokker.



BRASILIANSK VRI: Lucas Corazzas bolinho-variant. I Brasil er friterstekte klippfiskboller populær mat som fås på de fleste barer og restauranter.

SALTFISH: Rameish Desouza fra Jamaica med sin friterstekte klippfisk, eller saltfish, som den kalles på de kanter.





Smaken fra skogbunnen

Nå er de her – naturens gratis gaver. Enten du plukker dem i skogen eller i butikken, er sopp en nydelig råvare som duger til mye mer enn suppe. Bare se her!

TEKST: MIRA ARKIN FOTO: CHRIS TONNESEN



Nudler i misosuppe med sopp og brokkolini

En rask og enkel suppe med nydelig umamismak fra miso, perfekt sammen med sopp og brokkolini.

4 porsjoner

- 1 l vann
- 2 + 1 ss miso (se tips)
- 2 ss lys soyasaus
- 1 ts sesamolje
- 1 hvitløkfedd
- 15 g ingefær
- 400 g shiitakesopp
- 1 ss solsikkeolje
- 250 g sobanudler (ev. andre nudler)
- 250 g brokkolini
- 2 ss ristede sesamfrø
- 4 ss finhakket gressløk

Ha vann i en kjele og visp inn 2 ss miso. Tilsett soyasaus og sesamolje og varm opp uten å koke.

Finhakk hvitløk og ingefær. Del sopp i to hvis de er store.

Varm olje i en panne og fres sopp i et par minutter. Tilsett hvitløk, ingefær, 1 ss miso og et par skjeer vann for å løse opp misoen. Vend soppen godt rundt og hold varm.

Kok nudler etter anvisning på pakken. Skyll i kaldt vann.

Blansjer brokkolini i lettsaltet vann i 3–4 minutter og la renne av.

Fordel buljong i fire boller og legg i nudlene. Vend dem lett i buljongen og topp med sopp og brokkolini. Dryss over sesamfrø og gressløk.

Miso-tips

Miso er en pasta av fermenterte soyabønner. Du får det i asiatiske butikker, helsekost og på nett. Kan erstattes av fish sauce eller soyasaus blandet med buljongpulver, tahini eller tamarind.

Tilsett protein

For en mer mettende suppe kan du legge til fisk, kjøtt eller annen proteinkilde.



Lasagne med sopp og salsiccia

En kremet, hvit lasagne uten tomat, men full av smak fra sopp og saftig salsiccia.

4 porsjoner

500 g sopp, for eksempel champignon og steinsopp
1 hvitløkfedd
1 ss olivenolje
1 ss finhakket frisk salvie
salt og nykvernet pepper
400 g salsicciafarse

BECHAMELSAUS:

25 g smør
3 ss hvetemel
7 dl melk
salt og hvit pepper
1 knivsodd revet muskatnøtt

DESSUTEN:

250 g ferske lasagneplater
150 g revet mozzarella

Skjær sopp i skiver og finhakk hvitløk. Varm olivenolje i en panne og fres sopp på høy varme i 5 minutter, til den får litt farge. Tilsett hvitløk, salvie, litt salt og pepper, og stek videre i 1 minutt. Ta soppen ut av pannen og legg til side.

Ha salsicciafarse i pannen og stek mens du deler den i små biter med en stekespatte. La surre til den er gjennomstekt.

Bechamelsaus: Smelt smør i en kjele. Rør inn mel og la det surre i ½ minutt. Visp inn melk litt etter litt til en jevn saus uten

klumper. Smak til med salt, hvit pepper og revet muskatnøtt. La sausen småkoke i et par minutter.

Ha et lag bechamelsaus i bunnen av en ildfast form på ca. 20 x 25 cm. Legg på et lag lasagneplater, deretter en tredjedel av salsicciaen og en tredjedel av soppen. Dryss over litt mozzarella og legg på litt saus. Gjenta to ganger til. Avslutt med et lag pasta og resten av bechamelsausen og mozzarellaen.

Stek ved 190° i 30 minutter. La gjerne lasagnen hvile i 10 minutter før servering.



Lag på forhånd

Lasagnen kan settes sammen dagen før og stekes rett før servering.

Lag litt ekstra!

Persillepesto smaker også godt i sandwich eller som dressing i salater.

Kremet polenta med sopp, chorizo, bønner og burrata

Myk og kremet polenta med en smakfull topping av pølser, sopp, bønner og ost – perfekt på en kjølig dag.

4 porsjoner

POLENTA:

2 dl melk
5 dl vann
200 g polentagryn
25 g finrevet parmesan
1 ss smør
salt og nykvernet pepper

SOPPBLANDING:

1 ss olivenolje
300 g fersk chorizo
300 g sopp, for eksempel steinsopp eller portobello

1 boks butterbeans

250 g burrata

PESTO:

1 lite bunt bladpersille
1 hvitløkfedd
½ dl olivenolje
1 ts revet sitronskall
2 ts sitronsaft
½ rød chili
salt og nykvernet pepper

Polenta: Ha melk og vann i en kjele og varm opp til kokepunktet. Rør inn polentagryn og la småkoke i ca. 15 minutter, rør jevnlig. Tilsett mer vann hvis polentaen blir for tykk. Rør inn parmesan og smør, smak til med salt og pepper.

Soppblanding: Varm olje i en panne og stek chorizo. Bruker du små pølser, steker du dem hele. Ellers skjær i tykke skiver. Skjær sopp i tykke skiver og ha i pannen etter et par minutter. Stek i 5 minutter til de får farge. Tilsett butterbeans med væsken fra boksen. Varm opp og smak til med salt og pepper.

Pesto: Kjør alle ingrediensene til en jevn pesto.

Server polenta toppet med chorizo- og soppblandingen. Legg på burrata og topp med pesto.



Kantarellvri

Terten blir ekstra god med kantareller.





Soppterte med spinat og parmesan

En smakfull terte som også passer til litt slitne sopp – perfekt for å bruke opp rester.

4 porsjoner

500 g sopp, for eksempel steinsopp, portobello- eller østerssopp

100 g sjalottløk

20 g smør

salt og nykvernet pepper

1 ss frisk timian, hakket

200 g spinat

3 egg

1 dl fløte

100 g crème fraîche

20 g finrevet parmesan

ca. 400 g frossen butterdeig

½ ts revet muskatnøtt

Skjær sjalottløk i tynne skiver. Smelt smør i en panne og fres sopp på høy varme.

Krydre med salt, pepper og timian. Ta soppen ut av pannen. Ha spinat i pannen og stek til den faller sammen.

Pisk egg lett sammen med fløte og crème fraîche. Tilsett parmesan, muskatnøtt, litt salt og pepper.

La butterdeigsplatene bli nesten tint. Kjevle dem lett sammen til en leiv litt større enn formen og legg den oppi. Trim kantene og fordel sopp, løk og spinat i bunnen. Hell over eggeblandingen.

Stek ved 180° i ca. 30 minutter. Server gjerne med en grønn salat.

Skjær sopp i skiver eller riv i mindre biter.



Marry-me kylling med sjampinjong

En TikTok-favoritt med kremet saus, soltørkede tomater og sopp – umulig å ikke bli sjarmert av.

4 porsjoner

4 kyllingbryst

salt og nykvernet pepper

1 ss olivenolje

250 g sjampinjong

1 hvitløkfedd

6 soltørkede tomater i olje

1 ts oregano

½ ts chiliflak

1 ½ dl vann eller kyllingbuljong

2 dl fløte

20 g finrevet parmesan

1 neve persille til servering

Krydre kylling med salt og pepper. Varm olje i en panne og brun kyllingen godt på begge sider. Ta den ut og legg til side.

Fjern stilkene fra soppen og del hattene i to hvis de er store. Fres sopp i pannen i et par minutter til den får farge. Finhakk hvitløk og skjær soltørkede tomater i terninger. Ha i hvitløk, soltørkede tomater, oregano, chiliflak, vann eller buljong og fløte.

Legg kyllingen tilbake i sausen og la småkoke i 12 minutter. Vend kyllingen én gang underveis. Rør inn parmesan til slutt. Server med et dryss hakket persille.

Serveringstips

Smaker nydelig med ris, pasta eller poteter ved siden av.





Tacos med røkt sopp og squash

Enkel, vegetarisk taco-vri med østerssopp i krydret og røkt marinade – masse smak med lite arbeid.

4 porsjoner

400 g østerssopp
1 squash
150 g revet mozzarella
2 rødløk
1 neve frisk koriander
saften av 1 lime
12 små maistortillaer
100 g crème fraîche 18 %

MARINADE:

1 ss tomatpuré
1 ts chipotlepulver eller røkt paprika
1 ss worcestershiresaus
1 hvitløkfedd, knust eller revet
2 ss solsikkeolje

1 ts flaksalt
nykvernet pepper

Marinade: Bland alle ingrediensene og la den stå og trekke litt.

Riv østerssopp i smale strimler. Del squash i to og skjær i skiver. Ha begge deler i en ildfast form og hell marinaden over. Vend godt, slik at alt er dekket. Stek ved 200° i 20 minutter. Dryss over mozzarella de siste 5 minuttene, slik at osten smelter.

Skjær rødløk i små terninger og grovhakk koriander. Vend med limesaft.

Varm tortillaene i en tørr panne. Server med bakt sopp og squash, toppet med crème fraîche og løkblanding.

Marinade- rester

Marinaden passer også godt som barbecuesaus.

”

Mange vet ikke
at man kan få
vin levert rett
hjem.

Vin på døren

Vegrer du deg for å bestille vin på nett? Hvordan lyder stikkordene «utvalg» og «hjemlevering»?

De fleste av oss er vant til å gjøre «alt» på nett. Betale regninger, bytte strømleverandør, levere skattemeldingen og ikke minst; bestille dagligvarer, skjønnhetsprodukter og klær. Det finnes ingen grenser for hva som kan shoppes på nett og leveres på dørmatten. Og vi følger trenden; vi bestiller det vi vil og returnerer det som ikke passer.

Men hva med vin? Bestiller vi vin hjem? Det kan vi faktisk, og det er det mange som ikke vet. I dag skjer bare 4,3 % av Vinmonopolets salg via nettbutikken.

VINJUNGELEN

En tur på Vinmonopolet kan være en prøvelse for mange. Hyllerad opp og ned med flasker fra ulike land og regioner, forskjellige druesorter og vinstiler. Hva gjør én Riesling til 170 kroner annerledes enn den som står ved siden av til samme pris? Kjenner du deg igjen? Heldigvis kan personalet hjelpe til. Men hva om polet ligger langt unna, eller du ikke kan handle i åpningstiden? Da kan du ringe polets kundesenter og bestille via dem. Eller aller enklest: Du kan bestille via nettsiden. Som regel har man en idé om hva man vil ha, kanskje har man fått et tips eller følger en vinjournalist. Da sitter du allerede med alt du trenger å vite, vinens navn eller varenummer.

SKATTKAMMERET

Vinmonopolet tilbyr mer enn 35.000 ulike produkter! Dette utvalget er tilgjengelig for hele Norges befolkning,

uansett hvor du bor. Naturlig nok finner du ikke alle disse flaskene i butikkhyllene. Mesteparten er gjemt i det jeg kaller Vinmonopolets skattkammer, nemlig bestillingsutvalget, ofte forkortet til BU.

Polets nettside er lett å navigere i og enkel å bestille fra, og det samme gjelder appen. Du kan merke favoritter, sette opp ønskelister og søke på hva som helst. Foretrekker du spansk rødvin på boks under 400 kroner, er det bare å legge inn de kriteriene, så får du frem en liste over hva som er tilgjengelig. Er du på jakt etter knusktørr vin, krysser du av for maks 3 gram sukker per liter. Har lyst på vin som passer til ost, kan du velge dette også.



LEVERINGSMÅTER

Ved å bestille vinen på nett, har du allerede spart en tur til polet. Du trenger ikke engang oppsøke et polutsalg for å hente flaskene dine. Du kan bestille til nærmeste postkontor eller post-i-butikk. Eller du kan få vinen levert hjem på døren. De to siste alternativene kommer dog med en leveringsavgift. 89 % av all vin som bestilles via nettbutikken, hentes i et polutsalg. 7 % utleveres via post, mens bare 4 % leveres på døren.

En pussighet som du må ta høyde for når du bestiller hjemlevering eller henting i post-i-butikk, er Norges alkohollovgivning. Du kan nemlig bare hente eller få levert vin innenfor polets åpningstider. Og den som tar imot varene, må kunne vise ID.

Her er tre nydelige viner som bare fins i bestillingsutvalget, en fin mulighet til å teste nettbestilling.

VINTIPS

Allram Strass Riesling 2022
Niederösterreich, Østerrike
Kr 225 VP 5862101 (bu)

Frisk og saftig med innslag av stenfrukt og sitrus. Smaksrik med toner av fersken, nektariner og epler, hint av blomster og saftig utgang. Knusktørr og fint følge til fisk og skaldyr.

Trerose Rosso di Montepulciano
2020, Toscana, Italia
Kr 210 VP 4198001 (bu)

Dufter av bær og krydder. Smaker saftig av rød frukt og hint av blomster. Noe utviklet. Lett urtepreg med bløte tanniner. Til pasta og kjøtt.

Lethbridge Pinot Noir 2023
Victoria, Australia
Kr 300 VP 10570401 (bu)

Aroma av røde bær. Delikat smak av bringebær, moreller og kirsebær, urter, krydder og blomster. Fin konsentrasjon og lett tanninbitt. Drikkevin eller til pasta, hvitt kjøtt og svin.



* BU = bestillingsutvalget. Når ikke annet er oppgitt er vinen å finne i basisutvalget på polet.

Velkommen til sjokoladehimmelen

Siden midten av 1600-tallet har vi nytt den deilige søte og bitre sjokoladen. Først som drikk og senere som søtsaker. I dag fins det et hav av oppskrifter med sjokolade. Her er fire av de beste.

TEKST: MARIE MELCHIOR FOTO: BETINA HASTOFT



Sjokolademousse med appelsin og granateple

En frisk og lett mousse med sitrus og frukt. Den inneholder ikke fløte og føles derfor lettere enn klassisk mousse.

4 porsjoner

200 g mørk sjokolade

25 g smør

4 egg

1 appelsin, helst usprøytet

50 g sukker

1 granateple

Smelt sjokolade og smør i vannbad og avkjøl.

Skill eggene. Pisk eggehvitene stive.

Riv appelsinskall (kun det ytterste orange). Pisk eggeplommer med revet appelsinskall og sukker til lyst og kremet.

Rør inn den avkjølte sjokoladeblandingen.

Vend inn stivpisket eggehvite i to omganger.

Sett moussen kjølig i en bolle eller fordel den i porsjonsglass før nedkjøling.

Form til kuler med skje og server i skåler med granateplekjerner på toppen.

Sjokoladetips

Til sjokolademousse anbefales mørk sjokolade med 60–70 % kakao, fordi den gir intens smak uten å bli for bitter.

Profesjonell sjokolade som Callebaut eller Valrhona gir ekstra glatt konsistens.

Melkesjokolade gir en søtere mousse, og passer best for barn og andre som liker en mild smak.



Cookies med sjokolade

Sprø utenpå og seige inni – akkurat slik cookies skal være.

Ca. 30 stk.

200 g mykt smør

½ ts vaniljesukker

175 g brunt sukker

100 g sukker

1 egg

300 g hvetemel

½ ts bakepulver

¼ ts hjortetakksalt

½ ts salt

2 ss melk

150 g mørk sjokolade + ekstra til pynt

Pisk smør, vaniljesukker, brunt sukker og sukker til det er kremet. Pisk inn egget.

Sikt mel, bakepulver, hjortetakksalt og salt i røren og rør sammen.



Pyntetips

Grovhakk sjokolade og smelt over vannbad eller i mikro. Avkjøl litt og ha den i en sprøytepose med tynn tipp eller en kraftig plastpose som du klipper et ørlite hjørne av. Sprøyt sjokoladen i fine striper over cookiesene og dryss litt finhakket sjokolade over.

Tilsett melk og grovhakket sjokolade.

Legg bakepapir på en stekeplate. Sett spiseskjeer med deig på platen og trykk dem lett sammen. La det være godt med mellomrom mellom hver, så de kan flyte litt utover.

Stek på 200° i 10–12 minutter, til de er lett gylne. Avkjøl på rist. Se pyntetips.

Oppbevares i tett boks eller glass med lokk.





Sjokoladegrissini

Sprø, søte hvetepinner med mørk sjokolade – perfekt til kaffekoppen eller til dessertbordet.

14–16 stk.

2½ dl lunken melk

1 ss honning

25 g gjær

1 ts havsalt

1 ts kanel

200 g fullkornshvetemel

100 g fin durumhvete

150 g mørke sjokoladeknapper, ev. grovhakket mørk sjokolade

PYNT:

melis

Varm melk med honning til den er lunken. Løs opp gjær og salt i melkeblanding.

Formingstips!

Grissiniene kan formes i ulike mønstre – snurr dem lett for et dekorativt uttrykk.

Rør inn kanel og mel litt etter litt. Elt deigen glatt og smidig i minst 10 minutter. Elt inn sjokolade.

Legg deigen i en bolle, dekk med fuktig kjøkkenhåndkle og la heve et lunt sted i 1 time.

Rull deigen til en lang pølse, ca. 2 cm tykk. Skjær i biter på ca. 10 cm og legg på bakepapkledde stekeplate.

Stek på 225° i 20–25 minutter til de er gylne. Avkjøl på rist og dryss med melis rett før servering.

Sjokoladesnitter med solbær

Fyldige sjokoladesnitter med frisk solbærmarmelade – en fristende og dekorativ kakebit.

Ca. 16 stk.

150 g mørk sjokolade

150 g mykt smør

150 g sukker

4 egg

100 g hvetemel

1 dl solbærmarmelade

PYNT:

solbærpulver (se tips)

Smelt sjokolade i vannbad og la den avkjøle litt.

Pisk smør og sukker lyst og kremet. Pisk inn ett og ett egg. Pisk inn mel og deretter den smeltede sjokoladen.

Kle en liten langpanne med bakepapir og fordel røren jevnt.

Stek på 175° i 15–20 minutter. Avkjøl på rist.

Del kaken i 4 brede striper. Smør to av dem med solbærmarmelade. Legg de to andre oppå som lodd.

Skjær kaken i snitter og dryss med melis før servering.

Fargetips

Solbærpulver/solbærstøv er frysetørret solbær. Dekorativt og velsmakende! Du får det i spesialbutikker og på nett. Bringebærstøv (hindbærstøv) går også fint. Har du god tid, kan du tørke solbær selv og male til pulver. Eller ta snarveien og bland litt konditorfarge i finkornet sukker.



MAISON mat & vin

Matglade for matglade

INNHOIDSANSVARLIG

Kjersti Moen
kjersti.moen@egmont.com

VISUELT ANSVARLIG/REDIGERER

Elisabet Oftedal

BILDEBEHANDLING

Mindworking Asia

PRODUKSJONSKOORDINATOR

Kate Wik
kate.wik@egmont.com

REDAKTØR

Ole Martin Bjørklid
ole-martin.bjorklid@egmont.com

ANSVARLIG REDAKTØR/ DIREKTØR

Marianne Gram
marianne.gram@egmont.com

MARKEDSAVDELING

Markedsansvarlig
Monica Eriksen
monica.eriksen@egmont.com

ANNONSESALG

Adventure AS
christian@ad-venture.no
tlf. 904 09 289

Annonsekoordinator

Anita Myrvang
anita.myrvang@ad-venture.no
tlf. 941 59 089

På minside.egmont.no kan du enkelt se på og administrere ditt abonnement.

KUNDESERVICE

Tlf. hverdager 08-16: 22 58 54 88
E-post: abo-maison@egmont.com
Fint om du har ditt kundennummer klart ved henvendelse til oss.

Abonnementet løper til du sier det opp.

Abonnementspriser:

8 utgaver kr 571,-
(pristillegg utenfor Norden)

POSTADRESSE

Maison Mat & Vin,
Postboks 4980, Nydalen,
0441 Oslo

E-POST

matogvin@egmont.com

BESØKSADRESSE

Nydalsveien 12, Oslo

SENTRALBORD

22 77 20 00

TRYKK

Global Supply



Coverfoto: BETINA HASTOFT

LES MAISON MAT & VIN DIGITALT

Ønsker du å lese Maison Mat & Vin digitalt, kan du som abonnent gjøre det gjennom magasinappen Flipp – helt uten ekstra kostnad. Her kan du bla deg gjennom alle magasinssidene i nyeste utgave og få tilgang til hele arkivet. Flipp er tilgjengelig som app på mobiltelefon og nettbrett, eller i nettleser på bladerflipp.no

I Flipp kan du også kjøpe tilgang til alle andre Egmonts magasiner, nemlig 90 av Norges mest leste og populære ukeblader, magasiner og tegneserier! Full tilgang koster ordnært kr 129, men som abonnent på Maison Mat & Vin betaler du kun kr 29 per mnd.

For å komme i gang må du registrere deg på www.flipp.no/start. Du må ha Vipps for å identifisere deg.

Story House Egmont A/S er en del av Egmont, et av Nordens største mediekonsern med 6300 ansatte og aktivitet i 30 land. Vi er en stiftelse, og Egmont Fondet deler årlig ut over 100 millioner kroner til et bedre liv for barn og unge. Vårt motto, *We bring stories to life*, har sterke publisistiske verdier. Vi står bak mer enn 700 magasiner, tegneserier, Klikk.no, TV2, Nordisk Film, kinodrift, samt flere deleide selskaper.

Stoff i bladet kan bare gjengis etter tillatelse fra redaktøren og med kildehenvisning. Publisering av stoff i bladet skjer utelukkende i henhold til våre generelle vilkår for rettigheter til stoff. Det gjelder både for stoff som honoreres og stoff som ikkehonoreres. Vi forbeholder oss også retten til å lagre og utgi stoffet i elektronisk form fra vårt redaksjonsarkiv eller andre databaser vi har avtale med, herunder å utgi stoffet via internett. Innsendere av stoff må i hvert enkelt tilfelle avtale spesielt med redaksjonen hvis de reserverer seg mot at deres stoff distribueres fra vårt elektroniske arkiv eller tilknyttede databaser.

Redaksjonen påtar seg ikke ansvaret for innsendt stoff som ikke er bestilt. Det tas forbehold om endringer i oppgitte produktinformasjoner.

Red.

ET MAGASIN FRA

story
house
EGMONT

ISSN: 1890-7180

TILBUD TIL DEG!

Få inspirasjon og kreative impulser

Nå får du 8 utgaver av

Boligdrøm

+ 2 stk Slåpeblom-kopper fra
Wik & Walsøe for kun kr 349*

*Porto kr 49 for utsendelse av gaven

Bestill på SMS:
Send BD40 til 2205

Totalverdi:

1771^{kr}

SE HVOR MYE DU SPARER:

8 utgaver av Boligdrøm i butikk:	kr 872
Verdi gave:	kr 899
Totalverdi:	kr 1771
Din pris:	kr 349*

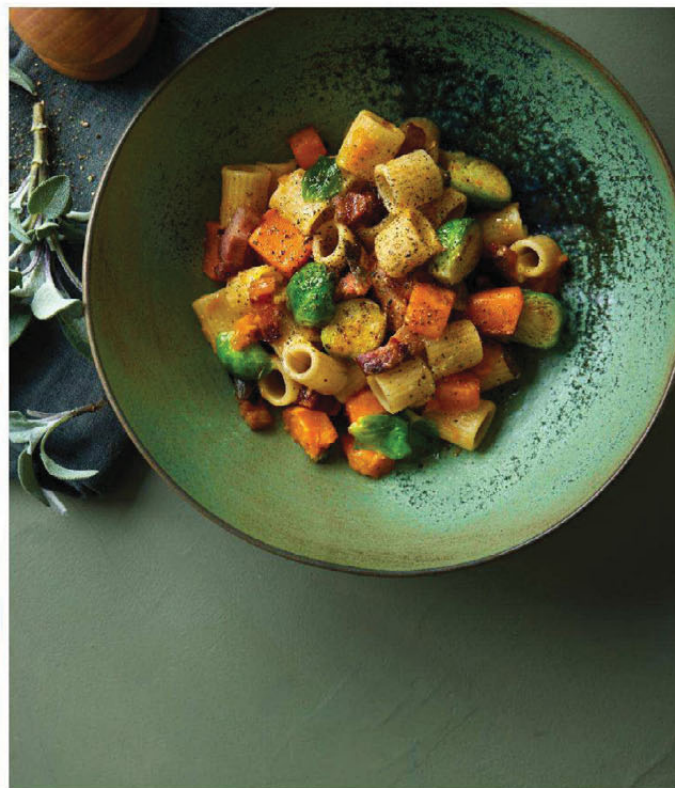
Du sparer:	kr 1422
-------------------	----------------

*+ kr 49 i porto

Abonnementet løper inntil du sier opp. Du kan si opp når du vil. Etter introduksjonstilbudet vil faktura for neste periode være kun kr 488 for 8 utgaver.

NESTE NUMMER

I salg fra **24. oktober**



Gled deg!

Elegant meny for gode venner

Pasta med deilige vintersmaker

Tex-mex på nye måter

Langpannekaker som imponerer

Burgundervin du har råd til

Krydderne vi henter frem nå

Nye, nydelige fiskeretter

+ Chablis-vinene som passer til

matglede for matglade

Returadresse:
ART AS
Postboks 209
2021 Skedsmokorset

VERDENS STØRSTE RAKFISKFESTIVAL

Det ligger i lufta.



30. OKTOBER – 1. NOVEMBER 2025
FAGERNES I VALDRES

RAKFISK.NO

TWA-dbytes.org



Foto: Cathrine Dokken