





Indrefilet med hvit asparges, grønn potetmos og klaret smør

Antall porsjoner: 4

Ingredienser:

1 indrefilet, renskåret for sener og fett

Grønn potetmos:

750 g poteter, skrelt og skåret i små biter

250 g frosne erter

25 g smør

1/2 dl hønsebuljong

1/2 dl crème fraîche

Litt sitronsaft

Salt og pepper

1 bunt hvit asparges, skrelt

1 håndfull frisk estragon

Klaret smør:

70 g smør

Tørk kjøttet med kjøkkenpapir, og strø salt og pepper over. Brun indrefilet i en varm panne, og stek den ferdig i ovn ved 200 grader i ca. 30 min. Dekk til kjøttet, og la det hvile i 20 min før transjering og servering.

Kok potetene møre i vann, og la dem stå i vannet. Varm opp smøret i en liten kjele, tilsett buljong og erter, og la det småkoke i 3 min. Kjør ertene til en grov puré med crème fraîche. Hell vannet av potetene, og ta vare på litt av vannet. Mos potetene til en grov mos i kjelen over lav varme. Bland potetmosen med erterpureen, og smak til med salt, pepper og sitronsaft. Hvis mosen blir for tykk, sper du med litt av kokevannet. Hold mosen varm under lokk i gryten.

Skjær av den nederste delen av aspargesene, og kok dem møre i saltet vann.

Smelt smøret i en gryte til det er gyllent, ta gryten av varmen, og la mysen falle til bunnen. Hell smøret forsiktig over i en bolle, og la bunnfallet bli igjen i gryten.

Anrett skiver av indrefilet i med asparges, estragon, grønn potetmos og klaret smør.



Ovnsstekt lammelår med mynte, fetaost og rotfrukter

Antall porsjoner: 4

Ingredienser:

1 lammelår

400 g poteter, skåret i store biter

400 g blandede rotfrukter, f.eks. pastinakk og gulrot, skåret i store biter

1 løk, skåret i skiver

1/2 liter hønsebuljong eller lammefond

4 skrelte hvitløkfedd

Salt og pepper

150 g fetaost, smuldret

1 bunt mynte, grovhakket

1 dl olivenolje

Bland mynte og olivenolje. Vend halvparten av blandingen med poteter, hvitløk, rotfrukter og løk i en dyp ovns panne.

Gni resten av mynteblanding inn i lammelåret, og krydre med salt og pepper (lammelåret kan med fordel marineres dagen før). Kok opp buljongen, og hell den over potetene i ovns pannen.

Legg lammelåret på rist over potetene, og stek det ved 220 grader i 30 min. Skru ned temperaturen til 180, og stek videre i 1 time. Når lammelåret er ferdig, tar du det ut, pakker det inn i aluminiumsfolie og lar det hvile i 30 min før servering. Hold potetene varme i ovnen ved lav temperatur.

Strø frisk, hakket mynte og fetaost over, og server!



Lammekrone med couscous og frisk agurksalat

Antall porsjoner: 4

Ingredienser:

2 lammekroner

5 dl vann

4 dl couscous

1 dl tørkede aprikoser i terninger

1 dl rosiner

3 ss olivenolje

2 ss sitronsaft

Salt og pepper

1 ts kardemomme

1 ts spisskummen

1 ts rå sukker

4 ss ristede gresskarkjerner

2 finhakkede vårløk

1 håndfull frisk mynte eller koriander

2,5 dl matyoghurt

1 hvitløkfedd, presset

100 g agurk skåret i lange strimler (bruk en potetskreller)

Litt sitronsaft og sukker

Skjær bort fett og sener fra lammekronene. Brun dem i en varm panne, og stek dem ferdig i ovn ved 200 grader i ca. 25 min. Ta dem ut av ovnen, og la dem hvile i 20 min før servering.

Ha couscous og tørket frukt i en bolle. Kok opp vannet, og hell det over. Rør inn olivenolje, salt, pepper, kardemomme, spisskummen og sukker. Dekk skålen med plastfolie, og la couscousblandingen trekke i 15 min før du rører inn gresskarkjerner, vårløk og mynte. Bland yoghurt og hvitløk. Vend agurkstrimlene i litt sitronsaft og en klype sukker.

Server couscousen sammen med lammekronene, agurksalaten og hvitløk-yoghurten.



Spareribs med sommerlig lett coleslaw

Antall porsjoner: 4

Ingredienser:

1-2 pk. spareribs, 15000 g

Coleslaw (Italiensk salat):

1 liten spisskål, ca. 1/2 kg.

2-3 grønne epler

3-4 stilker bladselleri

200 g sukkererter

2 dl crème fraiche

1-2 ts dijon sennep

1 ss lønnesirup

1 ss sitronsaft

Salt, pepper

2 ss hakket purreløk

1 liten bunt dill

Rugbrødtoast

8 skiver rugbrød eller mørkt grovt brød

200 g revet ost

1 ss purreløk

Tilbered spareribsen som anvist.

Kutt opp spisskålen. Halver eplene, fjern kjernehuset og skjær dem i meget tynne båter. Kutt bladsellerien på skrått og sukkerertene på langs. Rør crème fraiche, dijon sennep, lønnesirup og sitronsaft sammen og smak dressingen til med salt og pepper. Hell dressingen over grønnsakene og bland godt. Dryss over purreløk og masse dill og la salaten trekke inntil servering.

Fordel osten på halvdelen av brødene, dryss over purreløk og legg resten av brødene på som lokk. Rist brødene i ovnen på 225°C ca. 8 min. til osten er smeltet og brødene sprø eller rist dem i en toaster. Skjær brødene i mindre stykker og server dem til spareribsen sammen med coleslaw.



Lammeculotter med vårsalat

Antall porsjoner: 4

Ingredienser:

4 lammeculotter

1 bunt grønn asparges, skåret i skrå skiver
1 bunt reddiker, skylt og skåret i skiver
1 romanosalathode, skylt og delt i store biter
1 håndfull frisk dill, skylt
50 g ristede pinjekjerner

Sitronvinaigrette:

1 finhakket vårløk
3 ss sitronsaft
2 ss olivenolje
1 ss finrevet sitronskall
Salt og pepper

4 loffskiver, skåret i store terninger
Litt olivenolje

Rist brødterningene i olivenoljen i en panne.

Skjær avlange snitt i fettranden på culottene. Brun dem i en varm panne, og stek dem videre i ovn ved 200 grader i ca. 20 min. Ta culottene ut av ovnen, dekk dem til med aluminiumsfolie, og la dem hvile i 15 min.

Legg aspargesene kort i kokende vann, og legg dem deretter i kaldt vann. Pisk sammen alle ingrediensene til sitronvinaigretten.

Vend grønnsakene i sitronvinaigretten. Strø pinjekjerner, salt, pepper og brødkrutonger over grønnsakene, og server dem med lammeculottene. Anrettes på dype tallerkener eller et avlangt serveringsfat.



Gouda med tomatmarmelade

Antall porsjoner: 4

Ingredienser:

4 skiver goudaost

Tomatmarmelade:

1 kg modne røde tomater, skåret i store biter
Finrevet skall og saft av 1 sitron
1/2 dl epl-sideddikk eller kryddereddik
800 g sukker
1 vaniljestang

Kok opp sukker og eddik samt sitronsaft og -skall i en kjele. Reduser laken til en sirupsaktig konsistens, tilsett tomater og vanilje og la koke uten lokk i ca. 1 time.

Fordel marmeladen i syltetøyglass som er dyppet i kokende vann og skylt med Atamon. Marmeladen kan oppbevares i kjøleskapet i et par måneder.

Server osten med tomatmarmelade og brød - ev. sammen med italienske pølser. Smaker også fantastisk til grillet kjøtt.