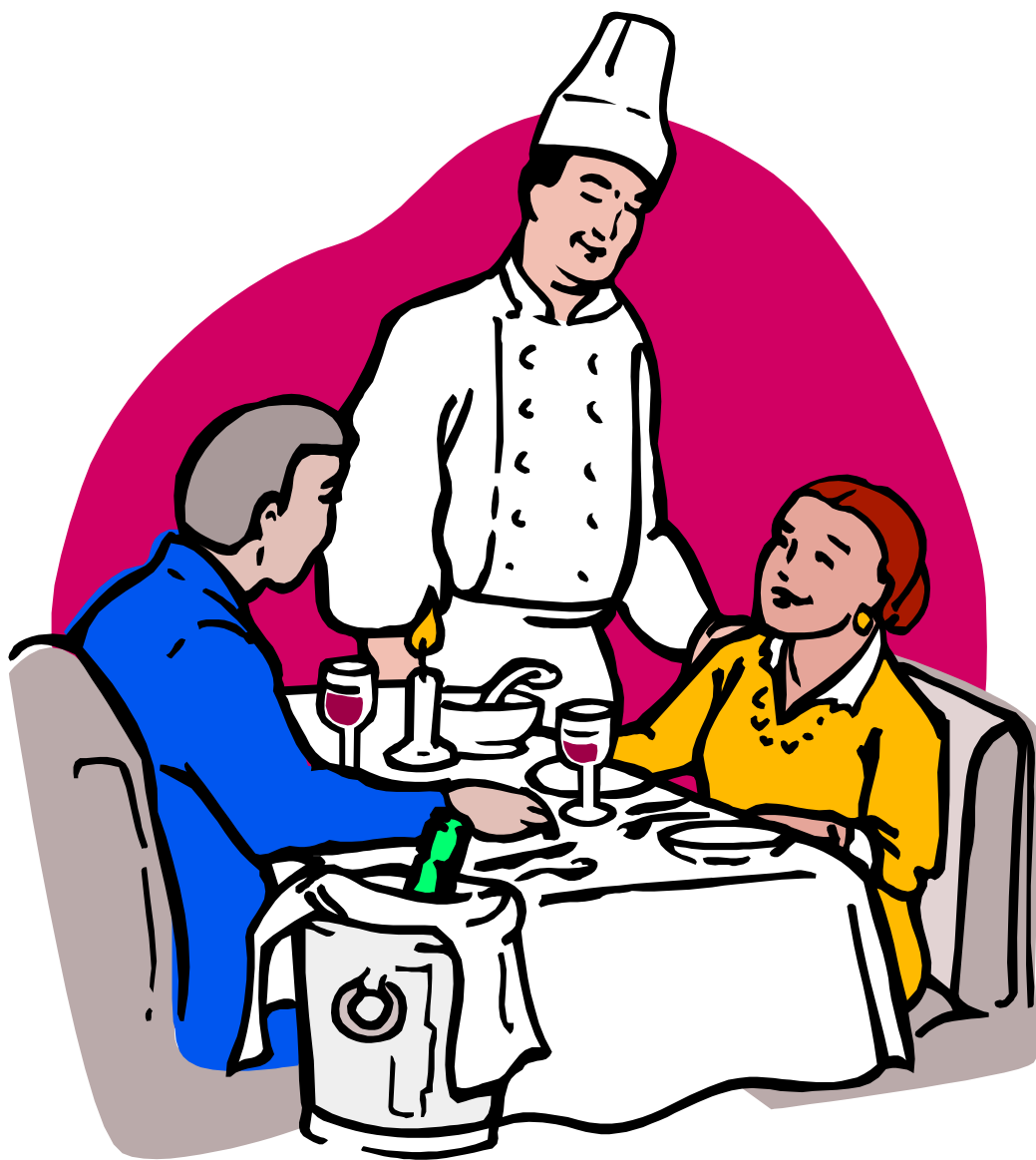


# Selskapsmat



# Forretter



# Lettstekte Scampi



## ***Fremgangsmåte/montering:***

- ✓ ***60 gr. Scampi forhåndstekes hurtig i stekepanne og krydres.***
- ✓ ***Scampien stekes ferdig i ovn rett før servering***
- ✓ ***Litt Vestfoldsalat og litt rød Lollosalat***
- ✓ ***Marinerte tomater ( 4 båter + litt av marinaden )***
- ✓ ***Hvitløksdressing***
- ✓ ***Urtecoulis***

# Chilli- Honningmarinert lammefilet



## **Fremgangsmåte/montering:**

- ✓ **60 gr. Lammefilet i tynne skiver serveres kald.**
- ✓ **Chili-/honningmarinaden haes litt av på tallerken.**
- ✓ **Bønnespiresalat serveres ferdiglaget kald**
- ✓ **Urtecoulis**

# Vestkystspyd



## **Fremgangsmåte/montering:**

- ✓ **Spyd med Scampi , Haneskjell, Laks, Steinbit til sammen 70-80 gr.**  
(andre typer fisk og skalldyr kan benyttes)
- ✓ **Spynet forhåndstekes i stekepanne og krydres.**
- ✓ **Soya- / ingefærmarinade over spydet ved steking i ovn rett før servering + pynt på tallerken.**
- ✓ **Krydret Tzatsiki**

# Timianstekt reinsdyrfilet



## **Femgangsmåte/montering:**

- ✓ **Reinsdyrfileten forhåndstekes rosa i stekepanne krydres + frisk timian på.**
- ✓ **60 gr.Reinsdyrfilet i tynne skiver serveres kald**
- ✓ **Salatseng ( f. eks Rød Lollo Rosso, Frisesalat, Vestfoldsalat)**
- ✓ **Tyttebærdressing**
- ✓ **Hele tyttebær til pynt**

# Bønnespiresalat

**1 grønn squash i tynne  
strimler**

**1 ss. hakket hvitløk**

**1 hakket rød chili**

**1 ss. hakket ingefær**

**2 pk. bønnespire**

**1-2 ss. sukker**

**4 ss soyasaus**

**salt/pepper**

**Alt svisses i olivenolje.**



# Chilli- honningmarinade

**2ss.honning**

**Saften av 2 lime**

**2 rød chili uten frø finhakket**

**2 ss.koriander finhakket**

**2 ss.ingefær finhakket**

**2 dl.madeira**

- ✓ **Bland alle ingrediensene og la lammefilet ligge i marinaden i 1 time.**
- ✓ **Ta opp lammefiletene og stek dem rosa i stekepannen.Vakuumeres.**
- ✓ **Kok opp marinaden sammen med  $\frac{1}{2}$  liter kalvekraft(KALVEFOND OG VANN),kokes litt ned og jevnes litt med maizena.Avkjøles.**





# Hvitløksdressing

**25 gr hvitløk**

**dill**

**persille**

**1 ss hvitvinseddik**

**1 lt rømme**

**salt**

**pepper**

- ✓ **Hakk hvitløk, dill og persille.**
- ✓ **Bland i rømmen og smak til med salt og pepper**



# Marinerte tomater

25 gr hvitløk

100 gr løk

3-4 ss tomatpuré

4 ss hvitvinseddik

1 liter olje

salt

pepper

flådde tomater



- ✓ **Finhakk hvitløk og løk. Rør sammen tomatpuré, eddik og olje,**
- ✓ **smak til med salt og pepper.**
- ✓ **Ha i løk og hvitløk.**
- ✓ **Lag et kryssnitt øverst på tomatene. Ha dem i kokende vann til skinnet løsner. Haes over i isvann. Ta av skinnet.**
- ✓ **Del tomatene og ta ut kjernen, del i båter og legg i marinaden.**

# Soya- ingefær marinade

- 2 dl sitronsaft**
- 5 dl soyasaus**
- 2 dl hvitvin**
- 3 dl sukker**
- 100 gr frisk ingefær**
- 30 gr hvitløk**
- 150 gr sjalottløk**
- 1 strøken ss. chili**
- 4 ss. maizena ekspress**

- ✓ **Alt blandes unntatt maizena og kjøres i hurtigmikseren.**
- ✓ **Kokes deretter opp og jevnes med maizena.**



# Tyttebærdressing

**5 dl rømme**

**200 gr tyttebær, hele (passeres gjennom sikt)**

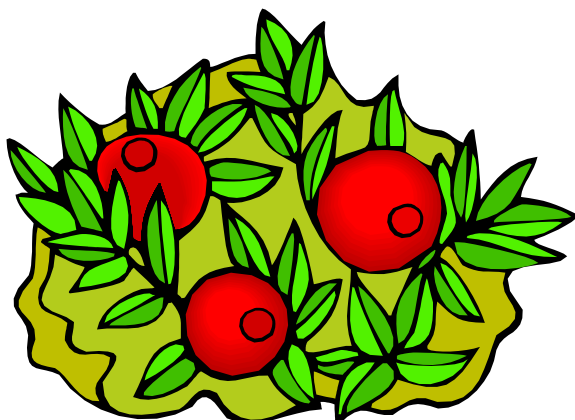
**Smakes til med :**

- ✓ **Saft av 4 appelsiner og 100gr.sukker kokes ned og avkjøles.**

**Salt**

**Pepper**

- ✓ **Bland alt sammen, og smak til med salt og pepper.**



# Tzaziki

$\frac{1}{2}$  liter yoghurt naturell  
1 normal agurk  
 $\frac{1}{2}$  kinesisk hvitløk finhakket  
2.ss olivenolje  
litt salt  
saften av  $\frac{1}{2}$  sitron

- ✓ Yoghurt rennes av gjennom en serviett.
- ✓ Agurk, det grønne fjernes og agurken raspes på råkostjern.
- ✓ Alt blandes. Smak til.



# Urtecoulis

**Olje (soyaolje eller solsikkeolje)**

**Frisk basilikum**

**Frisk dill**

**Frisk persille**

**Salt/ pepper**

**Alt kjøres i en barmikser og smakes til .  
Det skal være så mye urter at det blir  
som en tykk saus.**



# Hovedrett



# Lammecarrè



## **Fremgangsmåte/ montering:**

- ✓ **Ca. 250gr. Lammecarre brunes i stekepannen og krydres.**
- ✓ **Stekes ferdig i ovn rett før servering.**
- ✓ **Sauterte rotgrønnsaker ( gulrot, kålrot, sellerirot ( +evt.persillerot) ca.100gr.**

**Skjæres i 2-3 med mer tynne skiver i passe størrelser og sautes på direkten i olje og krydres.**

- ✓ **Kremet pastinakk ferdiglaget varmes.**
- ✓ **Rosmarinskjy Ca. 1 dl.**
- ✓ **Parisiennepotet 250-300 gr. Kan kjøpes ferdig ( kulepotet)**

**Stekes i stekepannen rett før servering og krydres. Serveres a part.**



# Pannestekt reinsdyrfilet



## **Fremgangsmåte/ montering:**

- ✓ **180-200 gr. reinsdyrfilet forhåndsbrunes i stekepannen. Enten som 2 medaljonger eller helstekes fileten.**
- ✓ **Sautert rødløk i båter og bacon i tynne strimler stekes på direkten.**
- ✓ **Soppsaus ca. 1,5 dl ferdiglaget varmes**
- ✓ **Frisk rosenkål**
- ✓ **Mandelpotet serveres a part**

# Steinbit



## **Fremgangsmåte/ montering:**

- ✓ 160 gr. Steinbit ( 1 bit ) brunes i stekepannen og krydres
- ✓ 60 gr. Scampi på et spyd stekes fort i en panne og krydres.  
Begge disse stekes ferdig rett før servering.
- ✓ Sauterte grønnsaker ( gulrot, paprika rød, squash, rødløk, sukkererter ) i passe staver og båter stekes på direkten før servering krydres
- ✓ 1-1,5 dl. Basilikumsaus ferdiglaget varmes
- ✓ Jasminris eller mandelpotet serveres a part  
Jasminris kan serveres på tallerken.Kokes å haes i kopper som snues på tallerken ved servering.

# Stekt breiflabb



## **Fremgangsmåte/ montering:**

- ✓ **200-220 gr. Breiflabb ( 2 biter ) brunes i stekepanne og krydres.**
- ✓ **Stekes ferdig i ovn rett før servering.**
- ✓ **Friske grønnsaker f. eks broccoli, blomkål, sukkererter, gulrotstaver etc.**
- ✓ **Ca 1,5 dl rødvinsaus ferdiglaget, varmes.**
- ✓ **Mandelpotet serveres a part.**

# Oksekraft- fond

## Oksebein

4 store (gulrot, sellerirot, løk, purreløk).

Litt tomatpure

Litt sukker

Litt salt

Malt sort pepper

Timian

Basilikum

Merian

1 Hvitløksfedd

- ✓ Brun beina godt I ovn
- ✓ Ta av fett, kok opp beina og skum av fett.
- ✓ Brun grønnsakene i stekepanne, skru ned varmen og tilsett tomatpure, sukker, salt og krydder. Dette fresas til tomatpureen har skiftet farge.
- ✓ Tilsett vann og kok inn 2 ganger. Blandingen has over beinene.
- ✓ Kraften kokes I minst 12 timer, når den er ferdig siles den gjennom sileklede.
- ✓ La kraften stå ca 1 time og skum av fett hele tiden.
- ✓ Kraften kokes ned til den har fått god smak.



# Rødvinssaus

**4 Store (gulrot, sellerirot, løk, purreløk)**

**Timian**

**Merian**

**Tomatpure**

**Kværnet sort pepper**

**Sukker**

**Sal**

**Rødvin**

**Oksekraft**

**Maizena**

**Salt, pepper**

- ✓ **Grønnsakene brunes i kjele.**
- ✓ **Ha i krydder, tomatpure og brun det sammen med grønnsakene.**
- ✓ **Ha på rødvin og kok inn.**
- ✓ **Ha på oksekraft og kok i 2- 3 timer.**
- ✓ **Jevn sausen med maizena**
- ✓ **Smak til med salt og pepper.**
- ✓ **Sil sausen gjennom chinoise.**

# Lammekraft

**Lammebein**

**4 Store (gulrot, løk, sellerirot og purre).**

**Tomatpurre**

**Rosmarin**

**Timian**

**Basilikum**

**Sukker**

**Salt**

**1 Fedd hvitløk.**

- ✓ **Brun beina i ovnen**
- ✓ **Ta av fettene og ha beina i en kjele, hell på kaldt vann. Kok opp og skum av.**
- ✓ **Brun grønnsakene i steikepanne, skru ned varmen og ha i tomatpurre, sukker, salt og krydder. Dette frites til tomatpureen skifter farge.**
- ✓ **Hell på vann og kok inn to ganger.**
- ✓ **Ha grønnsakene i kraften.**
- ✓ **Kraften kokes i minst 12 timer.**
- ✓ **Sil kraftegn gjennom sileklede.**
- ✓ **La kraften stå ca. en time og skum av fettene hele tiden.**
- ✓ **Reduser kraften til den har fått god smak.**

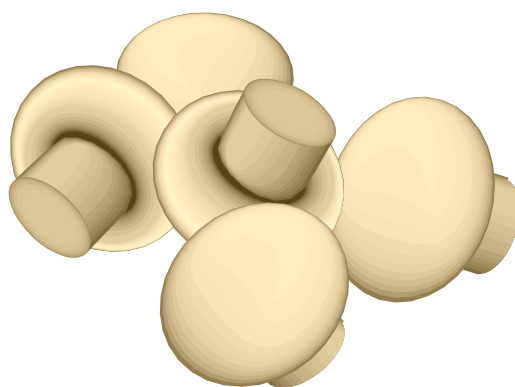
# Rosmarinsjy

- ✓ *Sviss rosmarin i litt olje.*
- ✓ *Tilsett hvitvin og kok inn til det er ca. 1/3 igjen.*
- ✓ *Ha på lammekraft og kok dette inn til du får en kraftig smak.*
- ✓ *Jevn sausen med maizena.*
- ✓ *Smak til med salt og pepper.*
- ✓ *Finkutt frisk rosmarin og tilsett denne rett før servering.*



# Soppsaus

- ✓ *Champignon, kantarell i skiver.  
(Eventuelt steinsopp eller andre typer).*
  - ✓ *Løk finhakket.*
  - ✓ *Mel*
  - ✓ *Fløte*
  - ✓ *Salt/pepper*
  - ✓ *Portvin*
- 
- ✓ *Soppen freses sammen med løken.*
  - ✓ *Blandingens pudres med mel.*
  - ✓ *Tilsett fløte.*
  - ✓ *Kok sausen til melsmaken er borte.*
  - ✓ *Smak sausen til med salt, pepper og portvin.*





# Fiskekraft - fond

## Fiskebein

Løk, purreløk og selleri

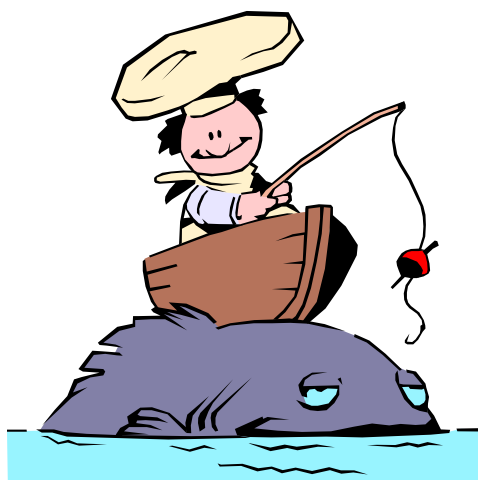
Basilikum, timian og oregano

Hel hvitpepper

1 fedd hvitløk

Laubærblad

- ✓ Skyll fiskebeina godt, ha på kaldt vann.
- ✓ Kok opp og skum av. Tilsett grønnsakene og kryderet.
- ✓ Kok kraften i 20 minutter.
- ✓ Sil kraften gjennom sileklede.
- ✓ Reduser kraften til den har fått god smak.



# Hvitvinssaus

**Sjalottløk**

**Hvitvin**

**Fiskefond**

**Fløte nedkokt**

**Salt/Pepper**

- ✓ **Sjalottløk freses og hvitvin tilsettes, kokes ned.**
- ✓ **Ha på fiskefond og reduser. Jevnes med beurre manie ( smør/mel).**
- ✓ **Fløte tilsettes og smak til med salt og pepper**



# Basillikumsaus

- ✓ *Hvitvinsaus kjøres i mikser med frisk basilikum og litt smør til den har fått en fin grønnfarge.*



# Kremet pastinakk

**Skrell pastinakk og kutt i små terninger.**

**1 liter fløte**

**2 dl.melk**

- ✓ **Dekk pastinakk med fløte/melk og kok opp.**
- ✓ **Kok til pastinakken er mør.**
- ✓ **Jevnes med maizena.**
- ✓ **Smakes til med salt/pepper.**



# Dessert



# Pannacotta



## **Fremgangsmåte/montering:**

- ✓ 1 porsjonsskål pannacotta
- ✓ 1 kule jordbærsorbet
- ✓ Karamellsaus
- ✓ Evt pynt

# Stekt sjokolademousse



## **Fremgangsmåte/ montering:**

- ✓ 1 porsjon sjokolademousse
- ✓ 1 kule vaniljeis
- ✓ Bringebærcoulis
- ✓ Evt pynt

# Høstens bærtallerken



## **Fremgangsmåte/ montering:**

- ✓ **Ca.120 gr. Ferdigtinte bær( 150 gr frosne) (bringebær, bjørnebær, blåbær, evt rips) Bærene må sukres under tining.**
- ✓ **Vaniljekrem**
- ✓ **Evt hvit sjokolade til gratinering. Må smeltes på forhånd og haes utover brett så det blir tynne flak.**
- ✓ **Serveres i dyp tallerken**



# Lun sjokoladecake



## **Fremgangsmåte/ montering:**

- ✓ **Passe stykke sjokoladecake lunkes før servering**
- ✓ **Basilikum-/ appelsinsalat**
- ✓ **Bærcoulis**
- ✓ **( 1 kule vaniljeis)**
- ✓ **Evt pynt.**

# Appelsin - basilikumsalat

*Skjær ut appelsinfileter*

*Jordbær kuttes i båter*

*Frisk basilikum*

*Alt blandes med saft fra appelsinene*



# Bærcoulis

**1 Pose jordbær frossen 2,5 kg**

**Ca. 6 dl sukkerlake 500 g/1 liter**

**Ca. 300 gr. Melis**

- ✓ **Alt mixes og passeres.**
- ✓ **Samme oppskrift om man skal lage bringebærcoulis.**



# Jordbærsorbet

**1 liter jordbærpure**

**225 gr. Sukker**

**75 gr. Glykose**

**$\frac{1}{2}$  dl. Vann**

- ✓ **Vann, sukker, og glykose kokes til sukkerlake og avkjøles.**
- ✓ **Bland laken med pure og kjør i ismaskin.**
- ✓ **Jordbærsorbet kan eventuelt kjøpes.**





# Pannacotta

**4 dl sukker, smeltes til karamell**  
**2 liter fløte, tilsett i karamellen**  
**2 vaniljestenger**  
**10 pl. gelatin**  
**2 dl. Melk**  
**12 stjerneanis**

- ✓ **Etter at karamellen er smeltet og fløten tilsatt, ha i vaniljestenger og stjerneanis. Kokes opp.**
- ✓ **Bløtlegg gelatinen i vann og smeltes i den oppvarmede melken. Dette tilsettes resten. La det hele stå å trekke litt smak.**
- ✓ **Avkjøles litt i kasserollen mens man rører av og til slik at vaniljefrøene ikke legger seg i bunnen.**
- ✓ **Haes over i porsjonsskåler og settes kaldt.**

# Karamellsaus

**150 gr. Sukkerbiter**

**2 dl. Vann**

- ✓ **Ha sukkerbitene i en kjele og smelt til karamell.**
- ✓ **Rør med en tresleiv. Ta kjelen til side.**
- ✓ **Hell i vannet- husk at karamellen er veldig varm.**
- ✓ **Kok videre ca. 5-10 min. til sukkeret har løst seg opp.**

**Kjøpt karamellsaus kan også brukes.**



# Sjokoladecake

2 egg

100 gr sukker

100 gr hvetemel

1 dl melk

1  $\frac{1}{2}$  pl. kokesjokolade

75 gr margarin

- ✓ Pisk eggedosis. Sikt mel og vend inn.
- ✓ Varm melken, sjokoladen og margارين . Avkjøles og blandes i.
- ✓ Steikes på 180 grader i ca 15 min i 24 cm form.

Fyll:

4 plater kokesjokolade

125 gr. Smør

5 dl fløte

$\frac{1}{2}$  dl appelsinlikør

- ✓ Kok opp alt sammen og avkjøl til det tykner.
- ✓ Fylles over den avkjølte kakebunnen i formen.
- ✓ Når fyllet er kaldt er kaken klar til servering.



# Rå sjokoladecake

**100 gr. smør**

**100 gr. kokesjokolade**

**150 gr. sukker**

**3 egg**

**50 gr. mel**

- ✓ **Smelt sjokolade og smør .**
- ✓ **Pisk egg og sukker til eggedosis og bland i melet forsiktig.**
- ✓ **Dette blandes forsiktig med sjokolade/smør blandingen.**
- ✓ **Haes i en form og stekes i ovn. 160 °C i ca. 25 min.**
- ✓ **Skal være litt rå i midten..**





# Stekt sjokolademousse

300 gr kokesjokolade

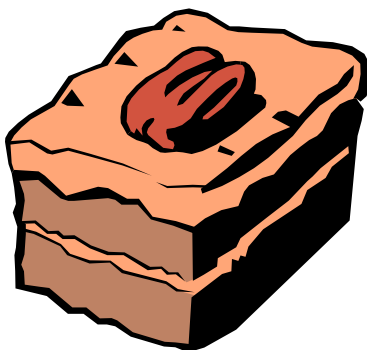
200 gr smør u/salt

4 eggeplommer

2 egg

60 gr sukker

- ✓ Smelt sjokolade og smør.
- ✓ Pisk eggeplommer, egg og sukker til eggedosis.
- ✓ Bland sjokoladen og eggedosis forsiktig.
- ✓ Spray formene med formfett.
- ✓ Ha i massen.
- ✓ Stekes i 5-7 min. ved 160° C.



# Vaniljeis

**3 l melk**

**1.5 l fløte**

**460 gr eggeplomme**

**1200 gr sukker**

**3 vaniljestenger**

- ✓ **Fløtemelken kokes opp med vaniljestang.**
- ✓ **Eggeplomme og sukker piskes godt, fløtemelken piskes i.**
- ✓ **Avkjøles godt og kjøres i ismaskin.**



# Vaniljeparfait

**10-12 eggeplommer**

**250 gr sukker**

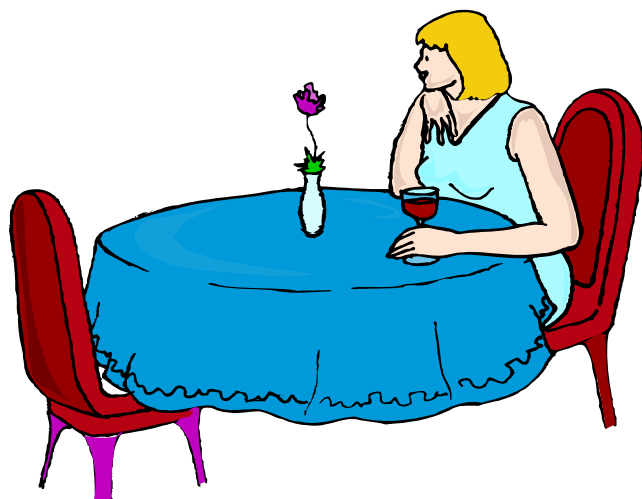
**2 dl fløtemelk**

**1 vaniljestang**

**1 l fløte**

**cognac**

- ✓ **Fløtemelk kokes opp med vaniljestang og avkjøles.**
- ✓ **Fløte piskes til krem.**
- ✓ **Sukker og eggeplommer piskes først varm så kald.**
- ✓ **Tilsett fløtemelken.**
- ✓ **Løft inn kremen.**
- ✓ **Smak til med cognac.**





# Vaniljekrem

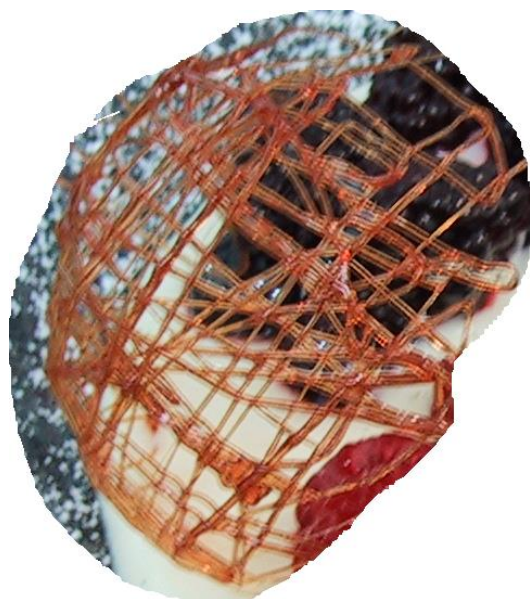
**1 liter melk**  
**1 liter fløte**  
**4 vaniljestang**  
**480 gr sukker**  
**120 gr maizena**  
**12 eggeplommer**

- ✓ **Ta litt melk og rør ut maizena .**
- ✓ **Kok opp melk, fløte, vaniljestang og sukker.**
- ✓ **Rør i maizena og kok i noen minutter.**
- ✓ **Ta jevningen av platen og bland i eggeplommene under omrøring. Siles over i en stålbakke.**
- ✓ **Avkjøles i stålbakke og røres i begynnelsen slik at eggeplommene ikke skiller seg.**

**OBS! Ved bruk av maizena ekspress brukes 1/3 mer i vekt enn vanlig maizena.**

# Pynt

- ✓ **Til forrettene og hovedrettene kan man ha f.eks friturestekte risnudler, friturestekt skorsonnerot etc.**
- ✓ **Til dessertene kan man lage sukkerskåler av karamellisert sukker, eller sjokoladepynt av mørk og hvit sjokolade**



# Karamellkurv

**300 gr smør (romtemperert)**

**1 ss glykose**

**300 gr sukker**

**160grmel (kaldt)**

- ✓ **Smør, sukker, glykose blandes i mikser. Melet røres forsiktig inn.**
- ✓ **Til en kurv brukes ca. 30 gr. Settes på bakebrett med god avstand imellom og klemmes litt ut. Deigen flyter mye ut. stekes ved 200 grader til gylden brun.**
- ✓ **Tas ut og avkjøles ca. 1 min. før de tas av brettet. Formes over et glass eller lignende.**



# Hippentaglitelle

**1 egg**

**50 gr melis**

**50 gr mel**

**1ss glykose**

- ✓ **Alt blandes. Haes i sprøytepose av papir. Sprøytes i tynne striper på smurt bakeplate.**
- ✓ **Stekes ved 180 grader i ca. 2 min til de er gylden brun.**
- ✓ **Tas ut og skrapes av platen med en gang.**



# Hippen/ Jaconde

**3 egg**

**150 gr melis**

**150 gr mel**

**kakaopulver**

**2 ss vann**

- ✓ **Egg, mel og melis kjøres i foodprosessor til en glatt røre. Halvparten av røren tas ut, mens resten kjøres med vann og kakaopulver til ønsket mørkelse.**
- ✓ **Sprøytes i tynne striper til ønsket mønster og stekes ved 180 grader.**

