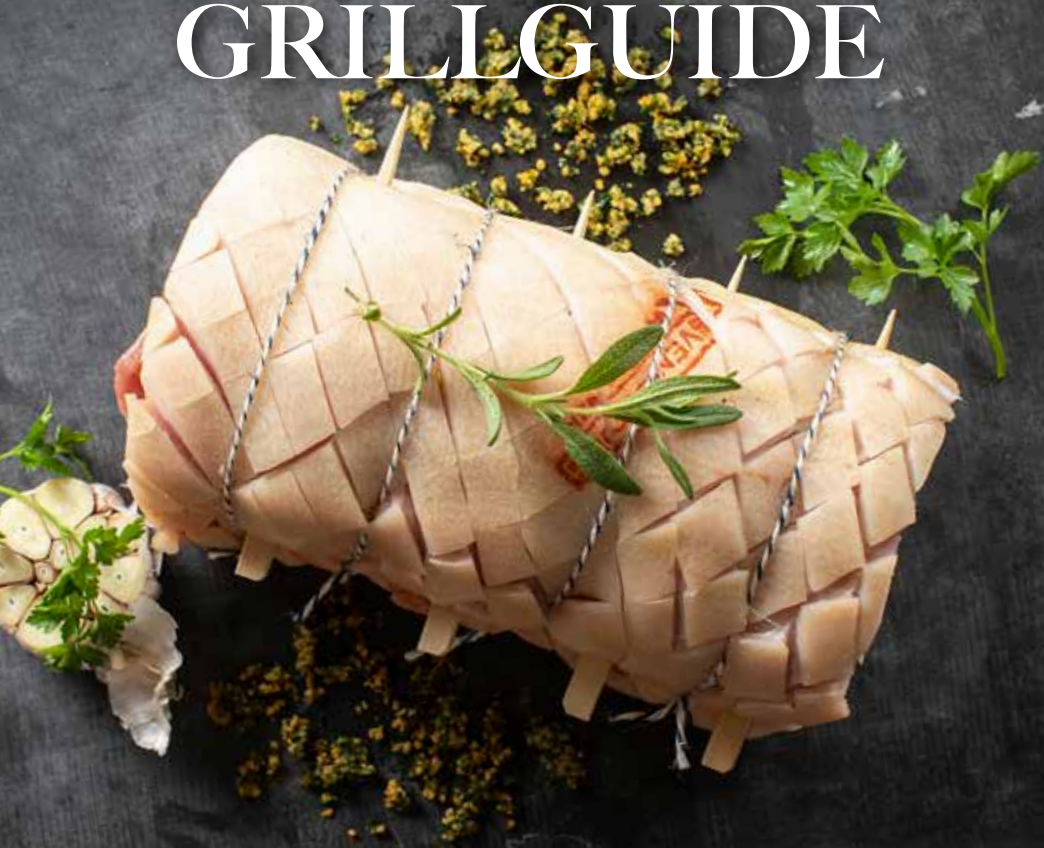




mad med mere

# SOMMERENS GRILLGUIDE



# SOMMERENS GRILLGUIDE

Vi har fundet grillen frem, for sommerdage og solskin betyder spændende mad på de udendørs arealer. Den perfekte grillaften starter med de gode råvarer.

Hos *mad med mere* er vi klar med alt det gode kød, der skal gøre din aften til en vellykket grillaften.

Vi giver dig selvfølgelig de gode råd og vejledning med på vejen, så du får den ultimative grilloplevelse hjemme hos dig selv.



mad med mere



## Indholdsfortegnelse

Sådan steger du grillkødet perfekt...	Side 6-7
Ribeye .....	Side 8-11
Flanksteak .....	Side 12-15
Oksemørbrad .....	Side 16-19
Svinemørbrad .....	Side 20-23
Porchetta .....	Side 24-27
Grillspyd .....	Side 28-31
BBQ ben .....	Side 32-35
Grillpølser .....	Side 36-39
Pulled pork .....	Side 40-43
Kyllingebryst .....	Side 44-45
Bearnaisesauce .....	Side 46-47
Hjemmelavet tilbehør .....	Side 48-49
Kold bearnaise .....	Side 50-51
Kartoffelsalat .....	Side 52-53
Majskolber .....	Side 54-55
Tomatsalat .....	Side 56-57
Tapenade .....	Side 58-59
Grillede grøntsager .....	Side 60-61
Jordbærsalsa .....	Side 62-63





Kyllingebryst

Svinemørbrad

Flanksteak

Nakkefilet  
(pulled pork)

Porchetta

Ribeye

Barbecue ben

Oksemørbrad

Grillspyd

Grillpølse

# Sådan steger du KØDET PERFEKT



Bøfthykkelse  
i cm



Samlet  
grilltid i min.



Hviletid  
efter grillning  
i min.

## Slagterens fif til den gode grilloplevelse:

- Sørg for at få kødet ud af køleskabet i god tid, så det har en vis temperatur inden tilberedning. En bøf må meget gerne have stuetemperatur inden den lægges på grillen. På den måde udskilles mindre væske.
- Den direkte grillmetode bruges som tommelfingerregel til kødudskæringer, der skal grille under 25-30 minutter, eksempelvis bøffer, pølser og kyllingebryst.
- Den indirekte grillmetode bruges som regel til kødudskæringer, der skal grilles mere end 25-30 minutter, eksempelvis stege og hele kyllinger.
- Til grill skal kødet gerne være med en god fedtmarmorering, da det ellers er rigtig svært at bevare et saftigt stykke kød. Uden fedtmarmorering skal kødet grilles med stor omhu, for det bliver hurtigt tørt og kedeligt.

- Skal der bøffer på grillen, så sørg for at vælge en bøf med noget tykkelse. En tynd bøf er sværere at grille perfekt.
- Hviletid er vigtig, da saften får lov at trække ind i kødet og efterlader et mere saftigt resultat.

## Gasgrill eller kulgrill – der er fordele og ulemper

Gasgrillen er hurtigere klar end kulgrillen – og den kræver derfor ikke den helt store planlægning af tiden. En kulgrill kræver lidt mere tilrettelæggelse. Briketterne skal først blive klar i grillstarteren – griller du med kul, kan disse tændes direkte i grillen, og de er lidt hurtigere klar end briketterne.

Temperaturen kan styres på en gasgrill, og den er derfor nemmere at arbejde med. Men kulgrillen har også sine fordele, og der er ingen tvivl om, at slagteren vil vælge en kulgrill, hvis tiden ingen rolle spiller.

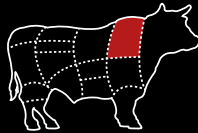
Kulgrillen giver en helt anden smag, som ikke kan opnås i en gasgrill. Kun kulgrillen kan frembringe den rette røgudvikling, som får den helt rigtig grillsmag frem i kødet. Desuden giver en helt anden hygge at stå omkring en kulgrill, der desuden udsender den liflige duft, der går direkte i næse borene.

Vælg gasgrillen hvis tiden er knap – men vælg kulgrillen hvis smagen og duften er det vigtigste.

Ribeyen skæres af det stykke oksefilet, der sidder op mod koens nakke. Udskæringen er blandt det mest smagfulde kød fra koen. Bøffen har en lækker fedt-marmorering, hvilket er med til at holde kødet saftigt og fuld af smag efter det er tilberedt.

Ribeyens marmorering gør det nemt at få en god stegeskorpe på kødet.

# Sommerens RIBEYE











Ribeye skal grilles ved direkte varme. Under tilberedningen skal bøffen vendes hyppigt og dernæst krydres med salt og peber. Pensl med en kvist frisk rosmarin og gnid et hvidløgsfed over bøffen – det giver en fantastisk smag.

### RARE



CM	MIN.	MIN.
2	5	3
3	7	4
4	9	5

### MEDIUM



CM	MIN.	MIN.
2	7	4
3	9	5
4	11	6

### WELL DONE



CM	MIN.	MIN.
2	9	5
3	11	6
4	13	7

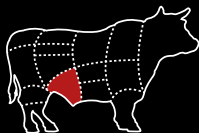
# Sommerens RIBEYE

Flanksteak er en udsækering fra slaget af koen med grove kødfibre og en fantastisk smag af oksekød.

Kødet har en forholdsvis fast struktur, hvilket hænger sammen med fibrenes længde.

Når kødet marineres i slagterens lækre marinade, er det et sikkert hit på den varme grill.

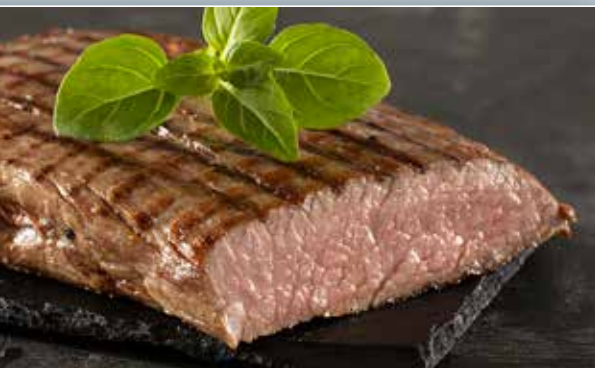
# Sommerens FLANKSTEAK











Flanksteak skal grilles ved direkte varme. Den er nem at stege saftig – men pas på den ikke får for længe. Efter tilberedning og hviletid skæres steaken ud i tynde skiver. Husk at skære kødfibrene over, så smelter kødet på tungen.

### RARE



CM	MIN.	MIN.
2	4	3
3	6	4
4	8	5

### MEDIUM



CM	MIN.	MIN.
2	8	4
3	10	5
4	12	6

### WELL DONE



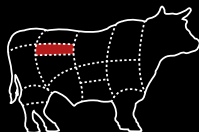
CM	MIN.	MIN.
2	10	5
3	12	6
4	14	7

# Sommerens FLANKSTEAK

Oksemørbrad er en af de fineste og møreste  
udskæringer på koen, og den kan serveres som tykke  
bøffer kaldet tournedos eller steges hel og  
efterfølgende skæres ud i skiver.

Oksemørbrad er meget fin i strukturen og da den er  
uden fedtkant og fedtmarmorering, må den  
ikke steges for længe.

# Sommerens OKSEMØRBRAD











Bøffer af oksemørbrad grilles over direkte varme. Det er vigtigt at få en flot grillskorpe, da en oksemørbrad er meget mild i smagen. Pensl bøffen med smagsneutral olie og pas på ikke at give den for meget. Krydr med salt og peber.

### RARE



CM	MIN.	MIN.
2	4	3
3	6	4
4	8	5

### MEDIUM



CM	MIN.	MIN.
2	6	4
3	8	5
4	10	6

### WELL DONE

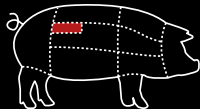


CM	MIN.	MIN.
2	8	5
3	10	6
4	12	7

# Sommerens OKSEMØRBRAD

En svinemørbrad sidder midt inde i grisen under kammen. Det er en muskel, der ikke bliver rørt ret meget – og derfor er kødet meget mørt.  
En svinemørbrad er nem at håndtere og tilberede, men den skal grilles med omhu for ikke at blive tør, da det er en mager udskæring uden fedtmarmorering.

# Sommerens SVINEMØRBRAD











Start med at grille svinemørbrad over direkte varme, så den får en flot grillskorpe. Grill herefter videre ved indirekte varme, til den er færdigtilberedt. Krydr med salt og peber. Den skal være saftig og let rosa. Brug gerne et stegetermometer.

MEDIUM



MIN. MIN.

8

15

WELL DONE



MIN. MIN.

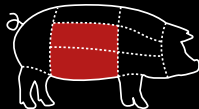
12

15

# Sommerens SVINEMØRBRAD

Porchetta skæres af svinebrystet med svær uden ben.  
Det er en italiensk rullesteg – kødet rulles stramt om friske krydderurter såsom rosmarin, persille, timian samt hvidløg, citronskal, salt og peber. Efter en tur på grillen får porchettaen lækre sprøde svær og en fantastisk mør og smagfuld midte.

# Sommerens PORCHETTA











Husk drypbakke under kødet. Det er svært at angive en præcis stegetid på en porchetta, da den kan variere meget i størrelse – regn med 3-4 timer. Den grilles ved indirekte varme til en kerntemperatur på 72 grader. Vend stegen et par gange under tilberedningen.

WELL DONE



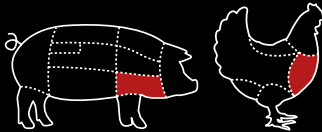
MIN. MIN.

180-240 30

# Sommerens PORCHETTA

Slagteren har sat det gode kød på pinde.  
Lækre grillspyd med kylling, pølser og friske  
grøntsager er et sikkert hit i hele familien.  
Her får du nemlig noget for enhver smag, og du  
behøver ikke vælge mellem kød eller pølser – du får  
begge dele. Farvestrålende og velsmagende.

# Sommerens GRILLSPYD











Kød og grøntsager pensles med smagsneutral olie, og grillspyddene grilles over direkte varme. Husk at få alle sider godt grillet. Krydr med salt og peber og vend spyddene hyppigt, så de ikke får for meget.

WELL DONE



MIN. MIN.

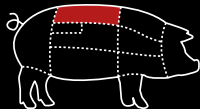
8

2

# Sommerens GRILLSPYD

BBQ benene er skåret fra flæskestegen.  
Det tidskrævende arbejde er gjort for dig –  
slagteren har nemlig med ekspertise  
krydremarineret og forstegt de lækre BBQ ben,  
så du skal blot lægge dem på den varme  
grillrist og glæde dig til den gode smag.

# Sommerens BBQ BEN











BBQ benene, kambenene, de gode ben eller spareribs – kært barn har mange navne. Benene skal grilles ved indirekte varme i 20-25 minutter. Alt efter smag og behag kan BBQ-benene pensles med lidt ekstra BBQ-sauce lige inden, de er færdige – så er de ekstra snaskede.

WELL DONE



MIN. MIN.

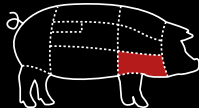
20-25 5

# Sommerens BBQ BEN

Ikke en grillaften uden en god grillpølse  
til at afslutte med. En god grillpølse skal være  
sprød, fast og smage af kød og krydderier.

Slagteren har kreeret sommerens lækre grillpølser  
i eget pøsemageri, og det kan smages.  
Godt håndværk, godt kød og  
spændende krydderier.

# Sommerens GRILLPØLSER











Grillpølser skal grilles over direkte varme, så de får en dejlig skorpe. Pas på ikke at have for meget varme på grillen – pølserne må ikke sprække. Grill eventuelt skiftevis direkte og indirekte. Brug en pølsetang til at vende med, og pas på at der ikke prikkes hul på skindet.

#### WELL DONE



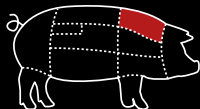
CM	MIN.	MIN.
2	9	2
3	11	2
4	13	2

# Sommerens GRILLPØLSER

Pulled pork laves af en udskæring fra grisens nakke. Slagteren har krydret en nakkefilet, så den får en helt fantastisk smag.

Du vælger, om stegen skal være tilberedt og således blot skal lunes – eller om du selv vil langtidsstege nakkefileten i grillen.

# Sommerens PULLED PORK











WELL DONE



MIN. MIN.

600-720 30

Low & slow – lave grader i lang tid. På den måde bliver en pulled pork fantastisk. Mør og smagfuld. Den skal grilles ved indirekte varme, og gerne med langsom optænding af briketterne. Briketterne stilles i 2 ringe op ad hinanden rundt langs grillens kant. Start med at tænde 2 briketter, hvorefter de resterende tænder hinanden stille og roligt. Hold grillen på omkring 110 grader. Husk drypbakke med vand i under kødet. Efter 10-12 timer er stegen super mør.

# Sommerens PULLED PORK

Kyllingebryst hører til blandt de mest fedtfattige kødudskæringer. Når der ikke er skind på, så er der ikke fedt på kødet. Pas derfor også på med for hård og lang tilberedning.

Slagteren har lavet en spændende marinade til kyllingen – men du kan også få dem naturel.

# Sommerens KYLINGEBRYST











Kyllingebrysterne krydres eller marineres efter ønske, og de grilles over direkte varme. Træk dem eventuelt lidt væk fra den direkte varme, så de ikke bliver sorte. De skal have en dejlig gylden grillskorpe, og samtidig være saftige.

WELL DONE



MIN. MIN.

12

5

# Sommerens KYLLINGEBRYST

En god grillaften indeholder mere og andet end blot det gode kød. Der skal noget lækkert tilbehør til. Og hvad er mere klassisk end en kold kartoffelsalat. Den kommer vi ikke udenom – og den smager skønt med nye danske kartofler. Derudover myldrer det lige nu frem med forskellige saftige og flotte tomater. Brug dem i en dejlig tomat salat og nyd smagen af sommer. Ligeså har vi lige nu adgang til de dejligste danske jordbær. De fleste forbinder jordbær med dessert, men jordbær er også overraskende lækre i en krydret salsa. Prøv det som nyt tilbehør til den elskede grillbøf. Som dip til kødet anbefaler slagteren en kold bearnaise – den smager skønt og gør grillmaden ekstra delikat. Skal det være ekstra nemt, så tøm køkkenet for grøntsager og smid dem på grillen – mere vanskeligt behøver det ikke at være.

# Hjemmelavet TILBEHØR





Kold bearnaise



Tapanade



Jordbærsalsa



Kartoffelsalat



Tomatsalat



Majskolber



Grillede grøntsager



Opskrift til 4 personer

# KOLD BEARNAISE





## Ingredienser

4 æggeblommer  
6 dl rapsolie  
4 spsk. dijonsennep  
Salt  
Cidereddike  
Friskkværnet peber  
½ bdt. frisk estragon

## Fremgangsmåde

Pisk æggeblommer, salt, sennep og en anelse cidereddike med en elpisker til det er tykt og hvidt.

Pisk herefter olien i i en tynd stråle – det er vigtigt, at det foregår stille og roligt, så mayonnaisen ikke skiller. Fortsæt indtil konsistensen er god tyk og "skælvende".

Hak estragon og bland det i cremen.

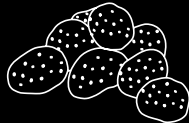
Smag til med salt og peber.

Lad gerne dippen trække på køl en times inden servering.



Opskrift til 4 personer

# KARTOFFELSALAT







## Ingredienser

1 kg små nye kartofler  
100 g creme fraiche 18%  
100 g mayonnaise  
1 spsk. dijonsennep  
1 bdt. radiser  
¼ bdt. kørvel  
Salt og peber

## Fremgangsmåde

Sæt kartoflerne over at koge i rigeligt vand – godt saltet. Kog dem forsigtigt så der stadig er bid i dem. Afkøl i køleskabet i en times tid. Derefter halveres de.

Rør en dressing af creme fraiche og mayonnaise, der smages til med dijonsennep samt salt og peber. Dressingen og de halverede kartofler vendes sammen.

Radiser snittes fint og drysses over kartoffelsalaten sammen med kørvel.



Opskrift til 4 personer  
**MAJSKOLBER**





## Ingredienser

4 majscolber  
4 grillspyd  
1 dl. tapanade

## Fremgangsmåde

Befri majscolberne for blade så de er rene. Sæt et grillspyd i hver majscolbe og grill dem direkte over de varme grillkul. De skal have 2-3 minutter på hver side (4 sider i alt). De må gerne få lidt grillstriber.

Inden servering hældes den kolde tapanade over de varme majscolber.

Se opskrift på tapanade side 59.



Opskrift til 4 personer  
**TOMATSALAT**





## Ingredienser

250 g forskelligfarvede  
cherrytomater  
150 g edamamebønner  
1 rødløg  
¼ bdt. basilikum  
1 spsk. æbleeddike  
2 tsk. sukker  
Salt og peber

## Fremgangsmåde

Halver cherrytomaterne og snit  
rødløget fint.

Vend begge dele sammen og tilsæt  
de resterende ingredienser.

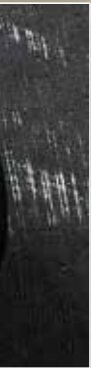
Smag på tomatsalaten – det er vigtigt  
at finde den rigtige balance mellem  
tomaternes sødme og æbleeddikens  
surhed.





Hjemmelavet  
**TAPANADE**





## Ingredienser

½ bdt. kørvel  
½ bdt. persille  
½ bdt. estragon  
2 dl olivenolie  
1 citron  
Salt og peber

## Fremgangsmåde

Klargør krydderurterne og kom dem op i en skål/blenderglas. Tilsæt olivenolien og blend med en stavblender. Riv skallen af en citron og pres saften – tilsæt og blend videre til ønskede konsistens. Smag tapanaden til med salt og peber.

Tapanaden er fantastisk til at komme på de grillede majsolber eller andre grillede grøntsager. Eller brug den i en kartoffelsalat.



Opskrift til 4 personer

# GRILLEDE GRØNTSAGER





## Ingredienser

- 4 hvide asparges
- 4 grønne asparges
- 4 asparges broccoliene
- 1 peberfrugt
- 1 squash
- 3 spsk. citronolie
- Salt og peber

## Fremgangsmåde

Klargør grøntsagerne og skær dem i mundrette stykker.

Krydr med salt, peber samt citronolie. Gril grøntsagerne over direkte varme, så de får lækre grillstriber.

Grøntsagerne pakkes derefter i små stanniølpakker, som lægges på grillen ved indirekte varme i 15-20 minutter.



Opskrift til 4 personer

# JORDBÆRSALSA







## Ingredienser

200 g jordbær  
½ dl. sur-sød chilisauce  
1 skalotteløg  
1 spsk. olivenolie  
Salt og peber

## Fremgangsmåde

Hak skalotteløget fint og sautere det i en lille gryde i olivenolien. Jordbærerne skæres i små tern og tilsættes sammen med chilisaucen. Det hele simrer ved lav varme i 5 minutter. Smag til med salt og peber. Køles af og opbevares i køleskab. Jordbærsalsaen skal serveres kold.



mad med mere