

 mad med mere

SOMMERENS GRILLTILBEHØR



SOMMERENS GRILLTILBEHØR

Sommer er ensbetydende med udeliv, lune aftener, spændende grillmad og friske grøntsager. Grøntsager i sæson smager af mere – og de passer rigtig godt til det gode kød. Om sommeren er måltidet ikke bare lettere i sin udformning – det er også lettere at tilberede. Kød til grillen og lækre sommergrøntsager. Mere skal der egentlig ikke til. Udeliv og det gode vejr kræver ikke så meget. Det er simpelt, men stadig yderst lækkert.

Lad dig inspirere og få nye idéer til sommerens grilltilbehør.



mad med mere



INDHOLDSFORTEGNELSE

Forord	Side 2-3
Indholdsfortegnelse.....	Side 4-5

SALATER

Tomatsalat.....	Side 6-7
Melonsalat.....	Side 8-9
Siciliansk citrussalat.....	Side 10-11
Cruditésalat.....	Side 12-13
Regnbuesalat.....	Side 14-15

KARTOFLER

Stjernekartofler.....	Side 16-17
Hasselback kartofler.....	Side 18-19
Sesamkartofler.....	Side 20-21

GRØNTSAGER

Spæde forårsgrøntsager.....	Side 22-23
Grøntsager en papilot.....	Side 24-25
Grillet spidskål.....	Side 26-27
Fyldte squash.....	Side 28-29
Grillet blomkål.....	Side 30-31
Grønt spyd.....	Side 32-33
Hvide og grønne asparges.....	Side 34-35
Bearnaiseboard.....	Side 36-37
Sommerens grøntsæson.....	Side 38-39



mad med mere



OPSKRIFT



TOMATSALAT MED BASILIKUMSPESTO





Ingredienser

Til 4 personer

1 kg solmodne tomater
i forskellige farver
og størrelser
200 g oliven
100 g Vesterhavsost
2 spsk. basilikumspesto
1 skalotteløg
Sukker
Salt og peber

Fremgangsmåde

Tomaterne klargøres og skæres ud i tynde skiver.

Krydr med lidt salt, peber og lidt sukker. Anret tomaterne flot på et fad og smuldr vesterhavsosten ud over.

Fordel oliven samt finthakket skalotteløg.

Pynt med et par basilikumsblade samt pestoen.





Ingredienser

Til 4 personer

- ½ vandmelon
- ½ honningmelon
- ½ kantalupmelon
- 1 bakke hindbær
- ½ granatæble
- 1 avocado
- ¼ bdt. basilikum

Dressing

- 2 spsk. olivenolie
- 1 spsk. æbleeddike
- 1 tsk. honning

Fremgangsmåde

Klargør frugt og grønt.

Lav små kugler af melonerne med et parisiennejern. Resterne skæres i små tern og vendes sammen med kuglerne, hindbær samt avocado i tern.

Drys granatæblekerner ud over salaten. Pynt med basilikum.

Pisk dressingen sammen med et piske-
ris og fordel den ud over melonsalaten
lige inden servering.





OPSKRIFT

MELONSALAT



SICILIANSK CITRUSSALAT MED ROSMARINDRESSING





Ingredienser

Til 4 personer

- 4 appelsiner
- 2 grape
- 100 g sorte oliven
- ½ fennikel
- 2 kviste rosmarin
- 2 spsk. olivenolie
- 1 spsk. akaciehonning

Fremgangsmåde

Med en skarp kniv skæres skrællen af appelsiner og grape.

Appelsinerne skæres i skiver og grapen skæres i fileter, så man undgår den hvide hinde.

Fennikel skæres i tynde skiver på et mandolinjern.

Anret skiverne af appelsin på et fad og læg filterne af grape ovenpå. Fordel fennikel og oliven henover.

Rør olivenolie, honning og hakket rosmarin sammen til en dressing.

Hæld dressingen ud over citrussalaten.





Ingredienser

Til 4 personer

½ spidskål

¼ blomkål

¼ romanesco

2 mini-gulerødder

2 grønne asparges

2 beder i forskellige farver

50 g hasselnødder

Tallerkensmækker til pynt

Hyldeblomstvinaigrette

1 dl olivenolie

3 spsk. hyldeblomsteddike

1 spsk. sennep

Salt og peber

Fremgangsmåde

Klargør grøntsagerne og snit dem i ultratynde skiver på et mandolinjern. Fordel de tynde skiver af grøntsager dekorativt på et fad.

Til hyldeblomstvinaigretten piskes sennep og eddike sammen og krydres med salt og peber.

I en tynd stråle hældes olivenolien stille og roligt i, mens der piskes med et piskeris eller en gaffel. Fordel hyldeblomstvinaigretten ud over grøntsagerne.

Drys med grofthakkede hasselnødder og pynt med tallerkensmækker.



CRUDITÉ SALAT MED HYLDEBLOMSTVINAIGRETTE





REGNBUESALAT





Ingredienser

Til 4 personer

Salatblade

1 avokado

2 grønne asparges

6 cherrytomater

1 buket blomkål

1 gul peberfrugt

2 beder i forskellige farver

Fremgangsmåde

Klargør grøntsagerne.

Anret salaten som bund på et stort fad – og så er det ellers bare at bruge de grøntsager, der er i sæson.

Skær dem i mundrette stykker og læg dem tilfældigt hen over salaten.

Navnet regnbuesalat kommer af alle de flotte farver som grøntsagerne har.

Lav en dejlig vinaigrette til, og du har en fantastisk salat til sommerens grill-aftener.





Ingredienser

Til 4 personer

- 1 kg petitkartofler
- 1 dl olivenolie
- 2 dl ramsløgspesto
- 50 g Vesterhavsost
- Salt og peber



Fremgangsmåde

Skær 2/3 igennem kartoflerne i diagonale snit, så der dannes en stjerne. Vend dem med olivenolie og krydr med salt og peber.

Bag kartoflerne i ovnen i 30-40 minutter ved 180°C til de er gyldne og lækre.

De sidste 5 minutter rives vesterhavsosten ud over og bages med.

Anret kartoflerne og fordel ramsløgspestoen udover de gyldne og sprøde kartoffelstjerner.



STJERNEKARTOFLER MED RAMSLØGSPESTO





HASSELBACK KARTOFLER "BACON STYLE"





Ingredienser

Til 4 personer

4 bagekartofler
16 skiver slagterbacon
4 dl creme fraiche 18%
1 bdt. purløg
1 spsk. sennep
Saften af en ½ citron
1 tsk. paprika
Salt og peber

Fremgangsmåde

Skær riller på tværs i bagekartoflerne 2/3 igennem, så der opstår tynde skiver (pas på med ikke at skære hele vejen igennem). Placer kartoflerne i et smurt ildfast fad og sæt dem i ovnen ved 200°C i 45 minutter.

I mellemtiden steges baconskiverne sprøde – gem baconfedtet. Rør creme fraiche med sennep og smag til med salt og peber samt citronsaft og fintsnittet purløg.

Når bagekartoflerne er gyldne og møre, tages de ud og baconfedtet hældes henover. Drys med groft salt og paprika.

Stik fire skiver bacon i hver bagekartoffel og server med purløgsdressingen.



Ingredienser

Til 4 personer

500 g petitzkartofler
1 dl olivenolie
1 spsk. sesamfrø
1 spsk. nigellafrø
1 spsk. paprika
Chilimayo
Salt og peber
Spyd

Fremgangsmåde

Vend kartoflerne i olivenolie og steg dem i ovnen i 30 minutter ved 180°C varmluft.

Lad dem køle lidt af og sæt dem dernæst på spyd.

Drys sesamfrø, nigellafrø samt paprika på og giv dem 5 minutter mere i ovnen. Krydr med salt og peber.

Server med en klat chilimayo til.





SESAMKARTOFLER PÅ SPYD





SPÆDE FORÅRSGRØNTSAGER MED DIP AF RYGEOST





Ingredienser

Til 4 personer

8 mini-gulerødder
1 bdt. radiser
6 grønne asparges
2 hvide asparges
2 aspargesbroccoli
1 bok choy
1 håndfuld ærter
200 g rygeost
1 dl sødmælk
1 spsk. ramsløgspesto
Salt

Fremgangsmåde

Klargør grøntsagerne og skær dem i passende stykker. Det er meningen, at grøntsagerne skal være rå. De er netop nu i sæson, og de smager fantastiske, som de er.

Anret grøntsagerne dekorativt på en tallerken eller på et fad rundt i kanten, så der er plads til en klat dip af rygeost i midten.

Rygeosten piskes op med sødmælk og smages til med salt.

Anret en klat i midten af tallerken.

Hæld lidt ramsløgspesto over.



Ingredienser

Til 4 personer

½ squash
1 bdt. grønne asparges
1 majskolbe
¼ blomkål
¼ romanesco
1 chili
1 stk. bok choy
1 dl olivenolie
5 kviste timian
Salt og peber

Fremgangsmåde

Klargør grøntsagerne og skær dem i mundrette stykker.

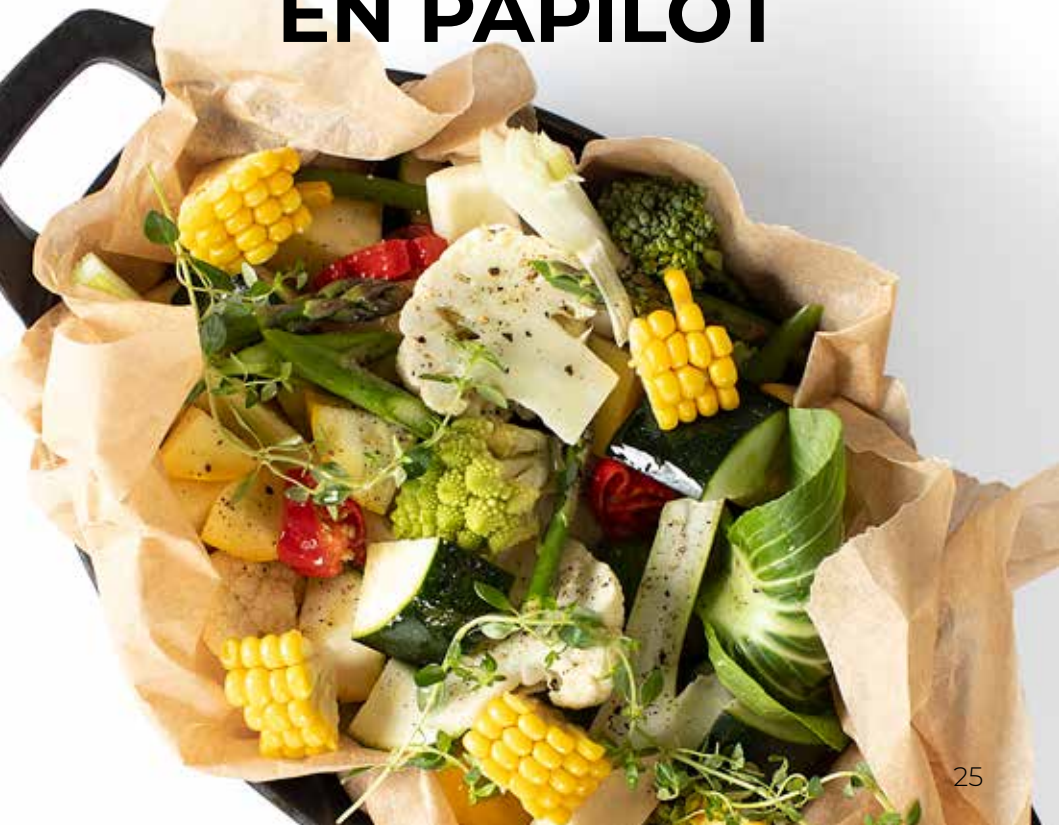
Vend med olivenolie og krydr med salt og peber.

Læg alle grøntsagerne i et stykke bagepapir og læg dem i et ildfast fad eller en alu-bakke.

Grill ved indirekte varme i 30 minutter – husk at vende rundt undervejs. De skal stadig være bid i de lækre nye grøntsager, så smager de bedst.



GRØNTSAGER EN PAPILOT





GRILLET SPIDSKÅL MED BLOMSTERSMØR





Ingredienser

Til 4 personer

- 1 spidskål
- 2 spsk. basilikumpesto
- 250 g smør
- 1 håndfuld forskellige spiselige blomster

Fremgangsmåde

Skær spidskålen i kvarte fra rod til spids.

Grill dem over direkte varme til der er nogle flotte grillstriber.

Lad de grillede spidskål køle lidt af og smør dem derefter med basilikumpestoen mellem bladene.

Læg en klat smør pyntet med blomster på den grillede flade og lad det smelte stille og roligt ned i kålen.



Ingredienser

Til 4 personer

4 squash
1 løg
1 fed hvidløg
1 spsk. olivenolie til
stegning
400 g hakket oksekød
½ bdt. basilikum
350 g færdigkøbt
tomatsauce
1 tsk. tørret oregano
½ tsk. tørret rosmarin
Salt og peber
100 g revet mozzarella

Fremgangsmåde

Klargør grøntsagerne.

Halver squashene på langs og skrab den bløde indmad ud med en ske. Læg dem på en bageplade med bagepapir.

Hak løg og hvidløg og steg dem i olie i en gryde sammen med kødet i 2-3 minutter til kødet er godt brunet.

Hak basilikum fint og tilsæt det sammen med tomat sauce, oregano og rosmarin. Lad det stege videre i 5 minutter. Smag til med salt og peber.

Fordel kødsaucen i de 8 udhulede squash, og drys mozzarella på toppen.

Sæt squashene ind i ovnen ved 225°C og bag dem i ca. 10 minutter til osten er smeltet.



FYLDTE SQUASH





GRILLET BLOMKÅL MED TRØFFELSMØR





Ingredienser

Til 4 personer

1 blomkål

250 g smør

2 spsk. trøffel "krummer"

Salt og peber

Fremgangsmåde

Fjern bladene og stokken fra blomkålen.

Skær et hul i toppen med en diameter på 2 cm.

Rør smørret med trøffelkrummerne og fyld det i hullet.

Blomkålen grilles ved indirekte varm i 35 minutter.



Ingredienser

Til 2 personer

¼ spidskål

¼ selleri

1 peberfrugt

1 squash

2 tomater

Marinade efter eget ønske

Fremgangsmåde

Klargør grøntsagerne og skær dem ud i stykker så de passer til hinanden og til spyddet.

Pensl med din yndlingsmarinade og sæt grøntsagsstykkerne på spyddet skiftevis så farvespillet er rigtig flot.

Grill spyddene ved indirekte varme i 30 minutter.





GRØNT SPYD

"KEBAB-STYLE"





HVIDE OG GRØNNE ASPARGES MED SPRØD COPPA





Ingredienser

Til 4 personer

1 bdt. hvide asparges

1 bdt. grønne asparges

8 skiver coppa

2 dl kold hollandaise

Spiselige blomster til pynt

Fremgangsmåde

Skræl de hvide asparges fra hovedet mod roden.

Knæk de nederste 2-3 cm af både de grønne og hvide asparges.

Giv dem et kort opkog.

Coppa'en steges ved svag varme på en pande til de er gyldne og sprøde.

Kom den kolde hollandaise i en sprøjtepose. Anret aspargesene med de sprøde coppaskiver og små dutter af hollandaise samt lidt spiselige blomster.



Ingredienser

Til 4 personer

- 2 dl bearnaisesauce
- 100 g sprødstegete baconern
- 1 bdt. estragon
- 2 kviste bredbladet persille
- 3 dl rapsolie
- Paprika
- Spiselige blomster



Fremgangsmåde

Lav en estragonolie ved at blende estragon og olie i 5 minutter – til der er opnået en helt grøn olie. Husk at gemme et par kviste til at pynte med.

Smør den kolde bearnaise ud på et flot fad eller en tallerken og drys de sprødstegete baconern henover.

Pynt med spiselige blomster, estragon, bredbladet persille samt paprika.

Til sidst dryppes estragonolien ud over.

Brug bearnaiseboard som dyppelse – dyp en skive grillet kød i bearnaisen.



BEARNAISEBOARD

MED BACONKNAS



SOMMERENS GRØNTSÆSON

Sommer i Danmark byder på saftige frugter og de lækreste og sprødeste grøntsager, der bare venter på at blive sammensat til de mest indbydende sommersalater. Der er ikke noget bedre end et lækkert stykke kød eller en spændstig pølse på grillen og dejligt, sommerligt tilbehør.

Det er årstiden, hvor vores madvaner adskiller sig mest fra de øvrige årstider – især vores tilbehør er lettere end eksempelvis vinterens tunge og grove rodfrugter. Om sommeren spiser vi os mætte i grillmad med tilbehør af lette salater med grønne blade, tomater, radiser, agurker, asparges, jordbær og selvfølgelig nye kartofler. Det er grøntsager, der ofte ikke behøver nogen særlig tilberedning, da de simpelt hen smager skønt, som de er – og så er udvalget af sommerens grønt nærmest uimodståeligt. Det er nemt at spise efter sæsonen, når køkkenhaver, gård- og grøntbutikker bugner med farverige og sprøde råvarer fyldt med dejlig smag og god næring.

Spis løs og glæd dig over alle de spændende og fantastiske danske sommergrøntsager – det er nu, de er allerbedst.



mad med mere





mad med mere

Vi ønsker alle en rigtig god sommer

Husk det gode kød til grillen.