

**Sennepscreme**

1 ltr. Fiskefond, 1 dl hvidvin, 5 stk peberkorn  
 1,5 dl piskefløde, 4 stk æggeblomme  
 100 g brunet smør, 1 spsk. dijon sennep, 1 stk. citron, saften

Fiskefond med hvidvin og peberkorn koges ind til det halve, sigt det herefter.  
 Tilsæt fløde og legér med æggeblommerne over svag varme.  
 Tilsæt smørret. Smag til med dijon sennep og citronsaft.  
 Herefter må saucen ikke koge, men blot holdes lun, da den ellers vil skille.

**Sous vide torsk**

4 stk. Torskeloins  
 Fint reven skal af 1 citron  
 3 spsk. oliven olie, salt og peber

Torsken vakuumeres med olie, salt, peber og skallen fra citron.  
 Koges i sous vide i ca. 15 min ved 49 grader. Gøres op til servering, da den skal serveres fra posen.

**Pocheret æg**

4 stk. æg  
 1 dl. eddike, 1 l. vand, 1 spsk. salt

Bring vand, salt og eddike til kogepunktet (93 grader) slå et æg ud i en lille si og kom dem ned i gryden.  
 Pochere det i ca. 4 min og servere straks.

**Rugbrød**

125 gram solsikkekerner, 100 gram hørfrø, 400 gram skårne rugkerner  
 200 gram fuldkornshvedemel, 750 gram rugmel  
 1 liter yoghurt naturel, 150 gram hvedemel, 25 gram salt

+ 6 dl. vand + 50g. gær

Opløs gæren i vandet. Tilsæt kerner, salt og yoghurt - rør det godt sammen  
 Tilsæt alt melet og rør det sammen med en ske - hvis man har en røremaskine kan denne også bruges  
 Lad dejen stå og hæve i 1 time i en smurt form et lunt sted  
 Pensl med lidt vand på toppen og drys med solsikkekerner eller græskarkerner  
 Varm ovnen op på 200 grader (varmluft) og bag rugbrødet i 1 time og 15 min. Så snart rugbrødet er inde, skal temperaturen sænkes til 160 grader (varmluft)

**Glaseret kalvebacon**

4 skiver kalvebacon ca. ½ cm. tykke  
 Sennep og farin

Baconskiven pensles med sennep og drysses med brun farin. Bages i ovnen ved 160 grader i ca. 30 min eller til det er karamelliseret.

**Rødbede carpaccio**

1 stk. rødbede, salt, peber, lidt citronsaft, lidt blandet krydderurter.

Skral rødbeden og skær en masse tynde skiver på mandolinjernet. Marinere det i citronsaft og krydr med salt og peber. Gerne min 1 time inden servering. Vendes med grofthakket krydderurter.

### **Fladbrød**

3 dl. mælk, 25 g. gær, 1 spsk. sukker  
2 spsk. olivenolie  
400 g. hvedemel, 1 tsk. salt

Lun mælken i en gryde, så den er lillefingervarm. Smuldr gæren og rør den ud i mælken i en skål sammen med sukker og olivenolie.

Tilsæt melet lidt efter lidt og ælt eller rør på livet løs, til dejen er lækker blød og smidig. Lad dejen hæve tildækket i ca. 1 time.

Del dejen i 8 stykker og grib en kagerulle! Rul nu hvert stykke ud i en cirkel med en diameter på ca. 20 cm. på et meldækket bord. Sæt en pande med lidt olie over på middel varme - fordel evt. olien med lidt køkkenrulle, så det dækker hele panden i et tyndt lag. Steg fladbrødene som pandekager, til de har fået fine brune pletter - vend dem med en palet halvvejs. Opbevares i et fugtigt klæde, så de ikke bliver tørre.

### **Hybenchutney**

200 g rensed hyben, 1 rødløg, 50g rørsukker  
2 dl vand, ½ dl balsamico  
2 cm chili, 2 fed hvidløg, 1 cm ingefær

Skær rødløget i strimler. Skræl ingefær og skær det i skiver. Chili skæres i skiver og hvidløget hakkes groft. Alle ingredienserne kommer i gryden med hyben og simrer til alle hyben er kogt møre. Det tager ca. 30 minutter. Stil det på køl eller nyd det varmt med det samme.

### **Rilette af sprængt fasan**

4 fasan bryster  
1 dl rødvin, ½ l. Hønsefond, 100 gr. andefedt  
1 fed hvidløg, 1 løg, 3 gulerødder, 3 stænger frisk timian, 1 stilke frisk rosmarin  
Salt og peber, 10 knuste peberkorn  
Olie og smør til at stege i

Brysterne er sprængte, så de er for saltet. De brunes af og kommer i en gryde.

Tilsæt ordnet urter og krydderier. Kom vin/fedt og fond på og lad det koge helt mørt i ca. 1 time.

Køl let af inden det plukkes. Skal varmes op igen ved servering

### **Mynte yoghurt**

2.5 dl yoghurt, 0.5 bdt. mynte, finthakket, 1 fed hvidløg, knust  
2 spsk. olie, 1 spsk. citron  
1 tsk. spidskommen, 0.5 tsk. salt

Rør det hele godt og grundigt sammen

### **Rucola i vinaigrette**

1 god håndfuld rucola ( nok til 4 durum)  
4 spsk. olivenolie, 2 spsk. æbleeddike, ½ spsk. honning, 1 tsk. sennep, salt og peber

Ingredienserne til vinaigrette piskes godt sammen og rucola vendes sammen med.