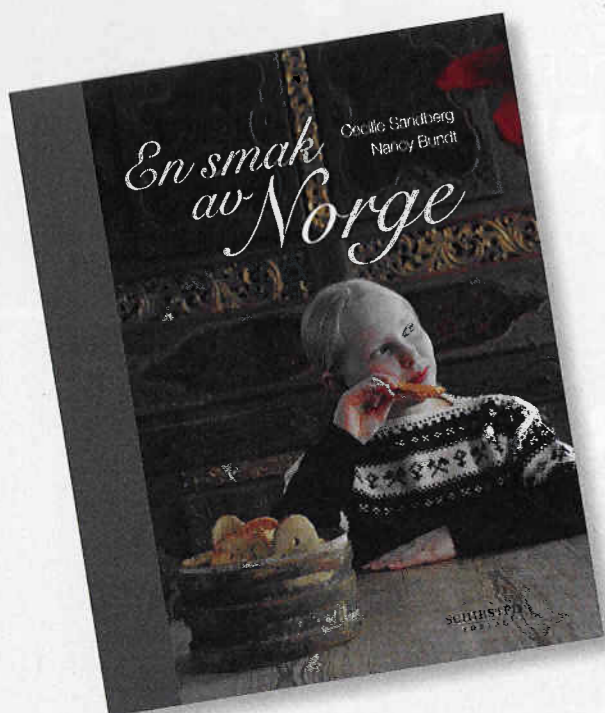


En smak av Norge

Gulrotsuppe fra Sørlandet, potetbrød og reinsdyrfilet fra Midt-Norge, og pannestekt torsk og multeparfait fra Nord-Norge. Hva med å prøve dette «geografiske» måltidet som er satt sammen av oppskriftene til matglade mennesker fra hele landet? Og med det ypperste av norske råvarer, naturligvis.



Alle foto, tatt av Nancy Bundt, er hentet fra den nye kokeboken *En smak av Norge* fra Schibsted Forlag.



Gulrotsuppe med kongekrabbe

Dette er en lett forrett som smaker fantastisk. Resultatet blir aller best om du bruker kyllingkraft, men du kan også jukse litt og bruke buljongterninger. Da vil du imidlertid miste noe av den gode, fyldige smaken, og suppen vil bli tynnere.

Til 6 personer GULROTSUPPE

4 gulrøtter
1 stor potet
1 hvitløksfedd
olivenolje til steking

1 liter kyllingkraft
2 ss crème fraîche
1–2 dråper tabasco

150 g ukokt kongekrabbekjøtt
olivenolje til steking

PYNT

6 babygulrøtter
kjørvel

1) Skrell gulrøtter og potet. Kutt dem i passende terninger. Fres gulrøtter, potet og hvitløksfedd i en tykkbunnet kasserolle med olivenolje til den får en fin glans, 2–3 minutter. Ikke bruk for sterk varme, det må ikke svi seg. Hell over varm, kyllingkraft og la alt koke til grønnsakene er møre.

2) Kjør alt i en blender og kok suppen opp igjen. Rør inn crème fraîche. Ta kasserollen av varmen og bruk en stavmikser i suppen. Da blir den lett og luftig.

3) Stek kongekrabbekjøttet i vegetabilsk olje. Vend det bare raskt i pannen, så er det ferdig. La det renne av på et kjøkkenpapir.

4) Øs den varme suppen opp i dype tallerkener. Er suppen tykk kan du tynne den ut med litt mer kyllingkraft. Legg biter av krabbekjøttet i tallerkenene og pynt suppen med forvelledede babygulrøtter og friske kjørvelblader.

Ytrefilet av reinsdyr

Til fire personer:

160 g ytrefilet av reinsdyr pr. person
smør til steking
salt og nykvernet sort pepper

Reinsdyrkraft:

1 1/2 kg avskjær og bein av reinsdyr
150 g gulrot
150 g kålrot
150 g sellerirot
100 g persillerot

1) Brenn avskjær og bein på høy varme i stekeovnen sammen med skrelte og grovhakkede biter av rotfruktene.

2) Etter brenningen legges avskjær, bein og grønnsaker i en kjele som fylles opp med kaldt vann til alt er dekket. Kok på svak varme og skum av jevnlig. Etterfyll med kaldt vann ved behov, beina skal være dekket. La kraften småkoke i 4 timer før du siler den og lar den avkjøles.

Saus:

5 dl reinsdyrkraft (redusert fra 1 l/1 liter)
3 3/4 dl rødvin
1 fedd hvitløk
rosmarin
timian
litt sukker
salt
nykvernet sort pepper
evt. 20 g smør

3) Kok opp 3 3/4 dl rødvin og la det koke til vinen er redusert med 3/4. Ha i redusert reinsdyrkraft og kok opp. Smaksett med hvitløk, rosma-

rin og timian, litt sukker, salt og pepper. Sil sausen. Dersom du koker opp sausen og pisker inn litt smør av gangen vil sausen bli delikat og jevn, med en blank tekstur. Sausen kan oppbevares noen dager i kjøleskap og varmes opp før servering.

Øvnsbakte, små mandelpoteter:

Vask potetene godt, tørk dem og ha dem i en ildfast form med olivenolje. Vendt dem godt i oljen og dryss over urter og salt. Forvarm ovnen til 160°C. La potetene bakes i 20–25 minutter. Vend dem etter halve tiden.

Ytrefilet av reinsdyr:

Forvarm stekeovnen til 200°C. Brun ytrefilet på alle sider i en stekepanne med smør mens du krydrer med salt og pepper. Sett kjøttet i stekeovnen i rundt 10 minutter, avhengig av størrelsen på fileten. Sett helst et steketermometer i kjøttet. Når kjernetemperaturen viser 55°C er kjøttet ferdig. La kjøttet hvile under folie i 10–15 minutter før du skjærer det opp i serveringsstykker.

4) Anrett oppskjærte skiver av kjøttet med øvnsbakte mandelpoteter og saus. Du kan også servere dampet brokkoli, sukkererter eller blomkål til.



Små potetbrød

Disse lekre og saftige brødene er inspirert av en oppskrift fra Ungarn. De holder seg gode i flere dager, og er nydelige å servere til varm mat i stedet for vanlig brød. På toppen drysser du det du måtte ønske: havsalt, fast ost, paprikapulver eller karve, eller en blanding av alt. Smøreost, som f.eks. Philadelphia eller Snøfrisk passer også godt.

400 g hvetemel
2 dl helmelk
40 g fersk gjær
2 egg, romtemperert

500 g mandelpoteter
200 g smør
1 egg til pensling

Til å strø over brødene:

havsalt
karve
paprika
smøreost

1) Forbered en vanlig gjærdeig. Ta frem en stor bakebolle og ha i melet. Varm melken til den er lunken, rundt 37°C, og rør ut gjæren i melken. Bland melk, gjær og egg i melet og elt godt. La deigen hvile under et klede i 30–40 minutter.

2) Skrell potetene og kok dem møre. Hell ut kokevannet og mos

potetene godt. La mosen avkjøles noe før du rører inn romtemperert smør.

3) Kjevle gjærdeigen ut til et rektangel med en tykkelse på 3–4 cm. Smør potetblandingen over deigen. Brett de to endene av deigen inn mot midten og over potetblandingen slik at potetblandingen dekkes helt av deigen. Sett deigen i kjøleskapet i 10 minutter.

4) Ta deigen ut av kjøleskapet og kjevle den på ny ut i et rektangel. Brett endestykkene inn mot midten og sett deigen i kjøleskapet i nye 10 minutter. Gjenta denne prosessen tre ganger.

5) Kjevle ut deigen til et stort rektangel med en tykkelse på 2–3 cm. Snitt overflaten av deigen med en skarp kniv eller et barbérblad slik at det blir et smårutete mønster over det hele. Stikk ut små sirkler med et kjøkkenglass eller form med en diameter 5–6 cm.

6) Forvarm ovnen til 160°C. Legg potetbrødene på et bakebrett dekket med bakepapir og pensle dem med et romtemperert, sammenpisket egg. Dryss over havsalt, karve, paprika eller smøreost. Lag gjerne en variasjon av smaker: Dekk noen brød med havsalt, andre med karve, ost eller paprika. La potetbrødene stå i ovnen i 20 minutter og avkjøl dem deretter på rist.



Pannestekt torsk med erterepuré og rødbetsmør

Nord-Norge og torsk hører sammen. Denne luksusetgaven av stekt torsk serveres med erterepuré, en baconskive, stekt sopp, rødbetsmør og noen små kunstverk av friterte rødbetskiver. Beregn 200 g torskfilet pr. person og bruk 1 teskje havsalt pr. filet.

Til 4 personer:

800 g torskfilet med skinn
4 ts finmalt havsalt
klarnet smør til steking
4 skiver bacon

Rødbetsmør:

1-2 rødbeter
150 g smør
50 g bacon i skiver
salt

Friterte skiver av rødbete:

1 rødbete
2-3 dl nøytral olje

Erterepuré:

2 dl små, dypfryste erter
evt. 2 ss kremfløte
salt
pepper

Kok opp vannet i en liten kjele og tilsett ertene. La vannet koke opp igjen og sil av ertene. Kjør ertene i en blender og spe med vann eller kremfløte til du får en jevn puré. Press pureen gjennom en finmasket sil og smak til med salt og pepper.

Soppblanding:

100 g blandet sopp, rensset og i skiver
smør til soppsteking
salt
nykværnet sort pepper

1) Skrap torskeskinnet godt. Én time før steking drysser du 1 teskje finmalt havsalt over kjøtt-siden av fisken.

2) RØDBETSMØR OG FRITERT RØDBETE:

Mens saltet trekker inn i fisken kan du lage rødbetsmør og fritere skiver av rødbete. Bruk ferske, ukokte rødbeter.

Til rødbetsmøret skreller og finkutter du rødbetene i små terninger som så kokes i en kjele sammen med smør og baconbiter. Til friterte rødbetskiver må du bruke en nøytral olje, rapsolje eller solsikkeolje egner seg utmerket. Høvle tynne skiver av en skrelt rødbete. La bitene ligge litt i isvann, da vil de bli sprøere. Varm opp oljen til 180°C og fres skivene raskt. Følg godt med så de ikke svir seg. La skivene renne av på et kjøkkenpapir.

3) Pannestekt torsk:

Ha klarnet smør i en stekepanne og varm opp til middels varme. Legg torskfiletene i pannen med skinnsiden ned. Legg en tallerken som press over fileten mens den steker – den skal stekes uten å vendes. Stek til fisken er trekvart ferdig. Når du løfter litt på tallerkenen og ser at det bare er den øverste delen av fileten som er blank, tas fisken opp av pannen og legges på en serveringstallerken. La den ligge litt og hvile, stekeprosessen vil fortsette i fisken litt til. Har du en temperaturmåler kan du sjekke kjernetemperaturen i fisken. Den skal være på 50° når fisken er ferdig.

4) SOPPBLANDING: Fres soppen i en stekepanne tilsatt litt smør og krydre med salt og pepper.

5) Rett før servering varmes rødbetsmøret opp. Legg torskfileten på en varm tallerken og anrett tilbehøret som vist på bildet.

Multeparfait med sjokoladesaus

Å lage multeparfait fra bunnen av er en omstendelig prosess. En raskere løsning er å blande myk vaniljeis med multesirup og deretter fryse isen. Dersom du ønsker å lage multeparfait fra bunnen av kan du forsøke denne oppskriften.

Multeparfait

1/2 vaniljestang
20 g sukker
1 1/2 dl vann

3 eggeplommer
3 eggehviter
40 g sukker

1 1/2 dl kremfløte, pisket
20 g sukker
1 dl multesirup

Sjokoladesaus:

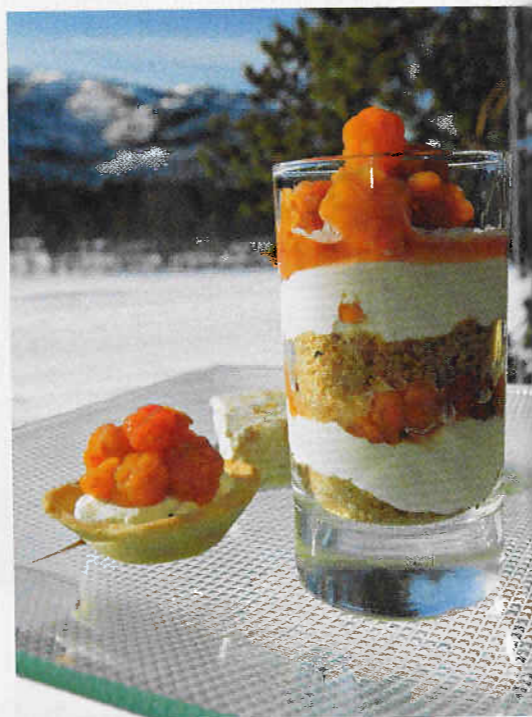
2 dl fløte
50 g sjokolade, 70%

1) Del vaniljestangen på langs og skrap ut frøene. Ha både stang og frø i en kjele sammen med sukker og vann. Kok opp. Fjern stangen.

2) Pisk eggeplommer og 20 g sukker med en elektrisk mikser. Pisk inn sukkervannet. Fortsett å piske til blandingen er kald. Hent frem en annen bolle og pisk eggehviter og 20 g sukker stivt.

3) Vend pisket kremfløte og sukker inn i eggeplomme- og sukkervannsblanding. Vend deretter inn eggehvitblanding i røren. Eggehvitene vil sørge for at parfaiten blir luftig. Tilslutt skjæres multesirupen inn. Hell røren i former og sett i fryseren. La parfaiten bli skikkelig innfrost før den serveres.

4) SJOKOLADESAUS: Kok opp fløten. Del sjokoladen i biter ha sjokoladen i fløten og la den smelte. Rør godt og avkjøl.



«Gratis» TV på hytta

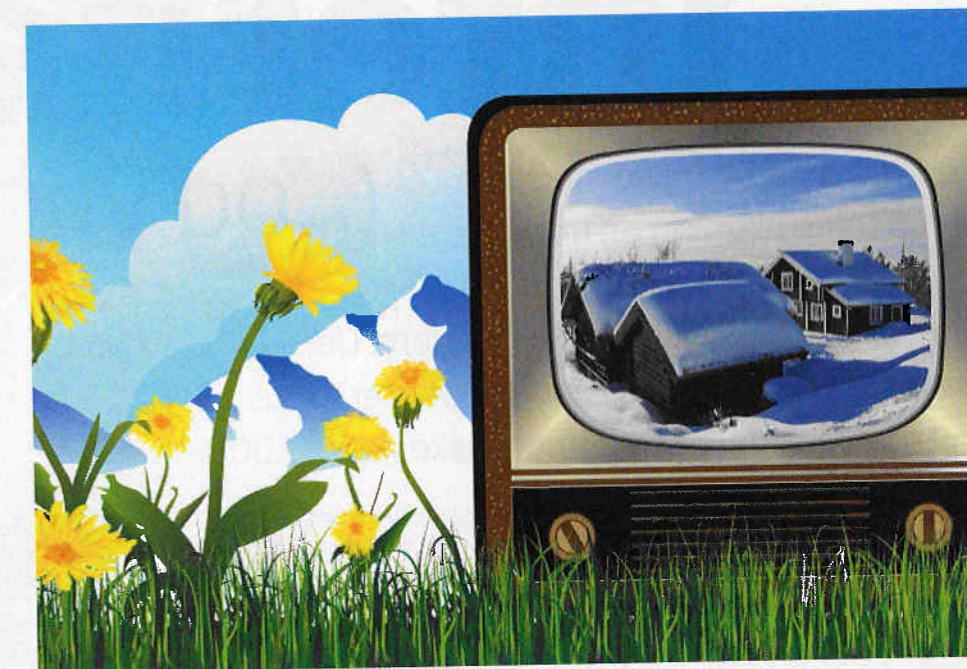
TV-distributøren RiksTV lanserte i begynnelsen av september en ny prismodel som kan bli meget fordelaktig for hytteeierne. Du betaler én pris – men kan se tv på fire forskjellige steder. For 330,- kroner i måneden kan du ha tre tv-er hjemme – og faktisk da ha den fjerde «gratis» på hytta.

– Vi har hatt stor pågang siden vi lanserte denne prismodelen. Og svært mange av dem vi får henvendelser fra har fritidsboligen som et sterkt argument for å bytte leverandør eller for å utvide allerede eksisterende abonnement, sier informasjonssjef i RiksTV, Jens-Petter Gjølseth.

– Det underlige er faktisk at mange av reaksjonene går på at dette må være en midlertidig pris – at den vil gå opp etter det de tror er en kampanjeperiode er over. Men det er det ikke. At du betaler et abonnement og kan se tv fire steder, er de nye prisene vi i RiksTV ønsker å gi dem som abonnerer på RiksPakken – vårt hovedprodukt, sier Gjølseth.

Ca 600 000 husstander i Norge har tre tv-er eller mer. For disse vil det nye prisbilletet gi en økonomisk gevinst. Med f.eks fire tv-er vil månedsprisen for hver tv være godt under hundrelappen. Du må imidlertid skaffe deg digitalmottaker og programkort. Dette er en engangsutgift.

Digitale mottakere er det så å si alltid tilbud på – blant annet solgte Elkjøp tre



digitale tv-mottakere til én krone mot at kunden binder abonnementet på RiksTVs hovedprodukt RiksPakken for ett år. Men når man først bestemmer seg for å bytte tv-leverandør gjør man det jo gjerne på litt sikt.

RiksTV er Norges nest største tv-distributør, og har i dag nesten 500 000 abonnenter. 98 prosent av norske husstander dekkes med tv-signaler – det samme er tilfelle for nesten 90 prosent av fritidseiendommene.

– Opplever dere mange nye abonnenter? – Etter lanseringen hadde vi mellom 2000 og 4000 henvendelser til vårt kundesenter daglig. Brorparten av disse var folk som skulle utvide eksisterende abonnement, eller ordne med nytt fordi det ville lønne seg for dem å ha full kanalpakke også på hytta, sier informasjonssjef Jens-Petter Gjølseth.

RiksTV

Et abonnement kan fryses to ganger pr. år og ikke mer enn seks måneder totalt i løpet av det året. Både grunnpris og abonnementspris fryses. Har du flere abonnement vil alle abonnementene fryses samtidig, du kan ikke fryse ett abonnement alene.

Viasat

Med abonnementet ViasatHeleHuset utnytter du kanalene i hovedabonnementet

ditt maksimalt, slik at du kan se digital-TV på flere TVer til sterkt rabattert pris.

Alt nødvendig installasjonsutstyr er inkludert, og alle kanalene i hovedabonnementet blir tilgjengelig der du ønsker å se TV. ViasatHeleHuset er også en gunstig løsning for deg som ønsker samme TV-tilbud på hytta. Ønsker du å benytte deg av Viasat HeleHuset utenfor ditt eget hjem trenger du en ekstra parabolantenne. Trenger du egen antenne på hytta betaler du kr. 495,- for denne og totalt kr.300,- for frakt.

(Kilde: www.viasat.no)

CanalDigital

Ved å bestille et AlleRom-abonnement hos Canal Digital får du en rabattert abonnementspris på hytten din (kr. 49 pr. mnd). Den billigste AlleRom-løsningen koster 38 kr/mnd, med 49 kr/mnd i tillegg for hytta

De fleste bruker hytta få måneder i løpet av et år. CanalDigital gir kundene mulighet til å fryse abonnementsprisen sitt i inntil 6 måneder i året. (Kilde: www.canaldigital.no)

LES OM NORSK
BREDBÅNDVANER
BLA OI