

# VEGETAR 3 RETTERS MENU

Obs! Husk at det kun er hovedrets bakken (foliebakken) som kan gå direkte i ovnen.

## **Forret: : Græskarsuppe m. selleri flan, ristet surdejscrunch, urteolie & friskplukkede mikrogrønt**

- 1 Start med at tænde for din ovn på 180° varmluft eller 200° konventionel.
2. Kom græskarsuppen i en gryde og bring den i kog. Når suppen koger, slukkes for gryden.
3. Når ovnen er varm sættes selleriflan i ovnen. Sæt minut uret på 4 min.
4. Anret selleri flan i bunden af en dyb tallerken. Ovenpå selleri flan ligges ristet surdejscrunch og mikrogrønt.
5. Nu hældes græskarsuppen i den dybe tallerken, fra siden, uden at ramme croutonerne.
6. Dryp med urteolie i suppen, så det ligger små fine grønne perler i overfladen.

## **Hovedret: Spinatbøf m. Pommes Anna, cremede fyldte svampe, syrlige & søde løg, løgkarse & fermenteret svampeglace**

- 1 Start med at tænde for din ovn på 180° varmluft eller 200° konventionel.
- 2 Tag løgkarsen, svampeglace & spinatbøf ud af bakken.
- 3 10 minutter før I ønsker at spise, sættes foliebakken med Pommes Anna, Fyldte svampe & løg ind i den forvarmede ovn.
- 4 Sæt minuturet til 10 minutter
- 5 Svampeglace varmes i en gryde til kogepunktet.
- 6 Tænd for en pande på høj varme og steg spinatbøffen, til den er gylden brun på alle overflader. Skru efterfølgende panden ned på lav styrke under den resterende stegning. Spinatbøffen skal stege i ca. 3-4 min. på hver side. Vi anbefaler at man bruger meget fedtstof for en pænere gylden spinatbøf.
- 7 Når minuturet ringer, tages maden ud af ovnen. Tjek at garniture er varm og at spinatbøfferne er tilberedt.
- 8 Maden anrettes. svampeglace kan serveres på tallerkenen eller i en skål.
- 9 Pynt tallerkenen med løgkarse.

## **Dessert: Mørk chokolade Panna Cotta m. syltet bærkompot, ristede nødder & bagt hvid chokolade**

1. Tag låget af alle dessertbægrene og fjern folie fra lerskålen med chokolade Panna Cotta.
2. Læg nænsomt den syltet bærkompot ovenpå chokolade Panna Cottaen.
3. Drys herefter de ristede nødder og bagt hvid chokolade oven på bærkompotten.



# VEGETAR LUKSUS & ALL INCLUSIVE

## **Snacks - Vegetarisk Bruchetta, Sprøde tapioka chips, dehydreret vinterrødder**

Ristet brød skiver fordeles pænt på en tallerken. Aioli smøres på brødene, som drysses m. granatæble kerner, valnødder & timian. Sirup- & balsamicoblandingen røres rundt og hældes over brødene lige før servering. Tapiokachips anrettes i en skål. Vintertrøffelcremen anrettes i særskilt skål. Dehydreret vinterrødder anrettes i en skål. Urte-dip anrettes i særskilt skål.

## **Forret: Græskarsuppe m. selleri flan, ristet surdejscrunch, urteolie & friskplukkede mikrogrønt**

- 1 Start med at tænde for din ovn på 180° varmluft eller 200° konventionel.
- 2 Kom græskarsuppen i en gryde og bring den i kog. Når suppen koger, slukkes for gryden.
- 3 Når ovnen er varm sættes selleriflan i ovnen. Sæt minuturet på 4 min.
- 4 Anret selleri flan i bunden af en dyb tallerken. Ovenpå selleri flan ligges ristet surdejscrunch og mikrogrønt.
- 5 Nu hældes græskarsuppen i den dybe tallerken, fra siden, uden at ramme croutonerne.
- 6 Dryp med urteolie i suppen, så det ligger små fine grønne perler i overfladen.

## **Mellemret: Rødbedetatar m. æbler, agurk, syltede rødløg & urtesalat**

- 1 Anret den rørte rødbedetatar centreret i bunden af tallerkenen, som en cirkel form.
- 2 Ovenpå laksetataren placeres syltede æbler, agurk & syltede rødløg.



# VEGETAR LUKSUS & ALL INCLUSIVE

## **Hovedret: Spinatbøf m. Pommes Anna, cremede fyldte svampe, syltige & søde løg, løgkarse & fermenteret svampeglace**

- 1 Start med at tænde for din ovn på 180° varmluft eller 200° konventionel.
- 2 Tag løgkarsen, svampeglace & spinatbøf ud af bakken.
- 3 10 minutter før I ønsker at spise, sættes foliebakken med Pommes Anna, Fyldte svampe & løg ind i den forvarmede ovn.
- 4 Sæt minuturet til 10 minutter
- 5 Svampeglace varmes i en gryde til kogepunktet.
- 6 Tænd for en pande på høj varme og steg spinatbøffen, til den er gylden brun på alle overflader. Skru efterfølgende panden ned på lav styrke under den resterende stegning. Spinatbøffen skal stege i ca. 3-4 min. på hver side. Vi anbefaler at man bruger meget fedtstof for en pænere gylden spinatbøf.
- 7 Når minuturet ringer, tages maden ud af ovnen. Tjek at garniture er varm og at spinatbøfferne er tilberedt.
- 8 Maden anrettes. svampeglace kan serveres på tallerkenen eller i en skål.
- 9 Pynt tallerkenen med løgkarse.

## **Dessert: Mørk chokolade Panna Cotta m. syltet bærkompot, ristede nødder & bagt hvid chokolade**

1. Tag låget af alle dessertbægrene og fjern folie fra lerskålen med chokolade Panna Cotta.
2. Læg nænsomt den syltet bærkompot ovenpå chokolade Panna Cottaen.
3. Drys herefter de ristede nødder og bagt hvid chokolade oven på bærkompotten.

## **Natmad: Charcuterie & oste. 4 sydlandske pølser & 3 oste m. surt, sødt & sprødt. Hertil hjemmelavet surdejs brød & pisket smør**

1. Start med at tænde for din ovn på 180° varmluft eller 200° konventionel.
2. Brødet varmes i ovnen i 6 min. Når ovnen er varm.
3. Charcuterie & oste kommer klar til servering på fade.
4. Tag brødet ud af ovnen, tag filmen af smør og fade Så er natmaden klar!

