**BAGTE GULERØDDER**

4 store gulerødder (ca.400g)

Marinade

0,5 citron, u sprøjtet

2 tsk. olie

2 tsk. sød fransk sennep

1/2 spsk. mørk birkes

salt og peber

Skær gulerødderne i stave på Ca.7 cm, og riv citronskrællen meget fint.

Pres den halve citron.

Rør alle ingredienser til marinaden sammen, og bland med gulerødderne.

Læg gulerødderne i et ovnfastfad, og drys birkes ud over.

Baggulerødderne ved 200C i ca. 45minutter på midterste ovnrille.

Server bagte gulerødder som tilbehør til kogt eller stegt kød, fjerkræ eller fisk.

Variation: Andre rodfrugter kan anvendes i stedet for gulerødder.

**Hummus**

1 spsk. tahin

0,50 citron, saften herfra

1 dåse kikærter,

drænet og skyllet

2 fed hvidløg, finthakkede

1 tsk stødt spidskommen

1 knivspids Chayenne peber

0,50 dl koldt vand

+ evt. 1 isterning

3 spsk. olivenolie

flagesalt

sort peber, friskkværnetStart med at komme tahin og citronsaft i blenderen eller foodprocessoren og kør i et minut.

Tilsæt derefter de andre ingredienser og kør i yderligere et minut.

Kom gerne en isterning ved, det gør hummussen endnu mere cremet.

Tilsæt evt. lidt ekstra koldt vand, hvis konsistensen ønskes mere cremet.

Smag til med citron, olie, salt og peber.

**Flute**

(4 stk.)

50g gær

4 dl lunkent vand

Ca. 600 g hvedemel (10 dl)

1 tsk groft salt

Rør gæren ud i 1 dl at vandet i en skål.

Tilsæt resten af vandet og ælt 3/4 af melet og saltet i.

Ælt evt. resten af melet i, lidt ad gangen.

Dejen skal være ret fast.

Dæk skålen med et viskestykke eller plastfolie.

Stil skålen på et lunt sted.

Del dejen i 2 dele, tril dem til boller og derpå aflange (pladens længde).

Sæt dem på en smurt/bagepapirdækket plade.

Efterhæv i ca. 15 min. Snit med skrå snit i ca. 5 cm's afstand.

Sæt pladen midt i en 250C varm ovn i Ca. 15 min.

Efter 7 min. bagetid pensles med koldt vand med jævne mellemrum.

Afkøl på bagerist.

**Fish & Chips**

10 personer

**Kartofler**

10 bagekartofler (ca. 2 kg)

olivenolie

Skyl kartoflerne, og skær dem i stave. Du behøver ikke skrælle dem.

Læg kartoffelstavene i koldt vand i ca. 20 minutter. Hæld vandet fra, og tør kartoflerne godt af.

Put kartoflerne i et fad, og vend dem i olie og saft.

Bag nu fritterne i 0vnen ved 220° i Ca. 30-40 minutter; til de er gyldne og møre - hellere lidt for længe end lidt for kort.

Drys evt., med lidt mere saft inden servering,

**Fisk**

1,5 kg torskefilet (eller anden hvid fisk)

4 dl danskvand

4 æg delt i blommer og hvider

360 g hvedemel

2 spsk. (28 g) salt

2 I fritureolie

Skær fisken i 30 stykker.

Drys fisken med saft, og sæt den i køleskabet 20 minutter (hvis du har tid, det er ikke altafgørende).

Bland mel, æggeblommer og danskvand til en ensartet masse.

Varm en gryde (eller en frituregryde) med fritureolie op til 180.

Hvis du ikke har et termometer, kan du tjekke ved at stikke en tændstik uden svovl i olien.

Når det syder og bobler omkring den, er olien klar,

Pisk æggehviderne stive med lidt saft, og vend dem i dejen.

Dyp et fiskestykke ad gangen i dejen, så det er helt dækket, og sænk det forsigtigt ned i olien.

Steg fisken i små portioner; til de er gyldne, og læg dem på køkkenrulle.

Server den varme fisk med kartofler og dip og gerne citronskiver

**Ærteavokadodip**

250 g frosne ærter

2 modne avokadoer

200 g græsk yoghurt

2 fed hvidløg

saft af I citron

saft og peberHæld kogende vand over ærterne, og lad dem stå Ca. 2 minutter, indtil de er optøet.

Hæld dem herefter i en sigte, og lad dem dryppe af.

Mos avokadoen og ærterne med en stavblender eller blot med en gaffel i en skål.

Vend med yoghurten, et presset fed hvidløg og citronsaft, og smag til med salt og peber

**Citronfromage**

(4 personer)

4 blade husblas

4 æggeblommer

4 æggehvider

ca. 35g sukker

Forslag til smagstilsætning:

reven skal og saft af 1 appelsin/citron.

200g ananasstykker

1 dl. ananaslage

saft af 1 Citron.

2 spsk. kakao + ½ dl stærk kaffe.

3-4 spsk. ingefærmarmelade

2 spsk. citronsaft

Sæt husblasbladene i blød i koldt vand i 5 min.

Pisk æggeblommerne sammen med skal/kakaopulver eller lign. tør smagstilsætning.

Rør evt. frugtstykker i.

Pisk hviderne stive.

Pisk sukkeret i hviderne, lidt ad gangen. Pisk til al sukker er opløst.

Varm væsken (frugtsaft/lage/kaffe o.lign) til den er lillefingervarm.

Tag husblassen op at vandet.

Rør den i den varme væske til husblassen er smeltet.

Hæld den lunkne væske i en tynd stråle i æggeblommerne, mens der røres.

Rør halvdelen at de stive hvider i æggeblommemassen.

Vend resten at hviderne i.

Hæld fromagen i serveringsskål.

Sæt den i køleskab til fromagen er stivnet, 1 - 2 timer.

Tilbehør: Flødeskum. Små makroner/tørre småkager