



Tagliatelle bolognese með burrata

Klassískt bolognese er alltaf gott og líklegt er að flestir lumi á góðri uppskrift. Hér er ein útgáfa sem klikkar ekki.

Hráefni

- 1 stk laukur
- 3 stk gulrætur
- 2 stk sellerí stíkar
- 4 stk hvítlauksrif
- ólífuolía
- 500 g nautahakk
- 1 stk krukka af Heinz sósu með tómötum og chilli
- 1 msk tómátþúrra
- 2 msk fersk steinselja smátt skorin
- salt og pipar
- 1 msk nautakraftur t.d Oscar
- ½ dl vatn (eða magn eftir smekk)

Til að toppa réttinn

- 12 stk burrata ostur
- rifinn parmesan ostur
- fersk basilíka

Leiðbeiningar

Smátt skerið lauk, gulrætur og sellerí. Steikið upp úr vægum hita í pott eða á pönnu. Bætið krömdum eða pressuðum hvítlauk saman við þegar laukurinn er aðeins búinn að mýkjast.

Bætið nautahakkinu saman við og steikið þar til það er orðið eldað.

Hellið sósunni út í ásamt tómátþúrru, steinselju, salti, pipar, nautakrafti og vatni.

Blandið vel saman og leyfið þessu að malla í dágóða stund. Ég læt þetta malla í um klukkustund eða lengur. Því lengur því betra.

Sjóðið tagliatelle eftir leiðbeiningum á pakkingu.

Blandið tagliatelle út í nautahakkið eða berið fram í sitthvoru lagi þannig að hver og einn getur skammtað sér.

Toppið svo réttinn með rifnum parmesan osti, burrata og ferskri basilíku.



Tvöfaldur hamborgari með beikoni og egg

Hamborgarar eru alltaf klassík. Þetta eru auðvitað engin stjarnvísindi en alltaf gaman að koma með nýjar hugmyndir af samsetningu á hamborgara.

Hráefni

4 stk hamborgarabrauð (brioche)
8 stk 90g hamborgarabuff
8 stk ostsneiðar
12 stk beikonsneiðar
4 stk egg
sultaður laukur
4 stk buff tómatsneiðar
kál
hamborgarakrydd
smjör og matarolía
Heinz Burger Sauce

Leiðbeiningar

Steikið beikon þar til það er stökkt.

Steikið og kryddið hamborgarana (eða grillið) og setjið ostinn á í lokin, hitið brauðin.

Steikið eggin í smjöri þar til þau eru eins og þið viljið hafa þau og raðið síðan öllu saman; Brauð, Heinz Burger Sauce, kál, tómatur, kjöt, sultaður rauðlaukur, kjöt, beikon, egg, meiri Heinz Burger Sauce.

Heinz Burger sósan er virkilega góð hamborgarasósa. Það er dill í henni svo hún er aðeins öðruvísi en þær sem við eigum að venjast en sannarlega góð og ljúffeng tilbreyting.



Salat með sólþurrkuðum tómötum, ólífum og engifer-tahinidressingu

Hér erum við með salat með grænum ólífum, sólþurrkuðum tómötum og rauðlauk sem mér finnst passa svo vel saman og tahinisósan fer rosalega vel með ólífunum. Ég er að nota lífrænar ólífur frá Rapunzel en ég er mikil ólífukona og börnin mín elska ólífur og við erum öll sammála um að þetta séu langbestu grænu ólífurnar. Uppskriftin dugir mér í 3 fullar auðmeltanlegar máltíðir en salatið virkar alveg jafn vel sem meðlæti ef maður kys það frekar. Ég heyri alltof oft niðrandi orð um salat. Salat dettur inn í flokkinn “kanínufóður” eða einhverskonar megrunarkúr. Véganar borða bara salat heyrir maður stundum í þeim tón eins og það væri slæmt. Ég skal leiðrétta það að allir véganar borða ekki bara salat en það þyrfti þó ekki að vera slæmt að borða bara salat,... þ.e.a.s ef það er alvöru salat ;). Það súrealíska er að véganar eru þeir sem geta sjaldnast fengið alvöru salat á veitingastöðum. Végan hamborgari er svona meiri klassík á végan matseðlinum. Gott salat fyrir mér er salat sem uppfyllir skilyrðin um fjölbreytt bragð, áferð og fyllingu. Ég vil finna súrt, sætt og salt bragð, ég vil finna fyrir mjúkri og crunchy áferð og góð dressing er mikilvæg. Svo vil ég líka geta orðið södd af því svo það má vera bara frekar stórt. Það sem kannski er vanmetið en mér finnst líka mjög mikilvægt er að það sé fallett og litríkt. Við höfum heyrt orðatiltækið að við borðum með augunum og það er bara hellingssannleikur í því. Við fáum vatn í munninn við það að sjá eitthvað girnilegt og er það augunum að þakka, augun senda skilaboð til heilans að máltíð sé í vændum og munnvatnsframleiðslan hefst sem er fyrsta stig meltingarinnar. Mæli með að prófa þetta meðvitað og athuga hvað þú upplifir.

Hráefni

Salat

- 225 g bakki íssalat
- 100 g lífrænt spínat eða spínatkál
- 3 stk avocado
- 8 stk sólþurkaðir tómatar (án olíu)
- ½ stk krukka grænar lífrænar ólífur frá Rapunzel
- ½ stk rauðlaukur
- 1 stk gúrka
- 1 stk rauð stór papríka

1 stk væn lúka alfaalfa spírur

Möndlukurl, sjá uppskrift á vefnum

Tahini sinnepsdressing með engifer

1 dl ljóst lífrænt tahini, frá Rapunzel

1 stk engiferbiti, fer eftir smekk en ég nota ca 1x4cm

2 stk lime, safinn

2 msk sykurlaust lífrænt sinnep

4 stk döðlur

1,50 dl vatn

Leiðbeiningar

Byrjið á að skola það grænmeti sem þarf að skola. Mér finnst ágætt að leyfa salatinu að liggja í köldu vatni á meðan ég sker hitt grænmetið og þerra svo í salatvindu.

Sjóðið vatn og hellið yfir sólþurrkuðu tómatana og leyfið þeim að mýkjast örlítið.

Skerið svo allt grænmetið smátt eða eins og þér finnst best að borða það. Mér persónulega finnst best að skera það mjög smátt svo allt blandist vel. Ég sker salatið líka í minni bita.

Hægt er að blanda öllu saman ef þú vilt eða setja hvert grænmeti í sér skálar. Það fer kannski svolítið eftir því hvort þú sért að bjóða uppá salatið eða hvort þú sért að græja þér nesti. En uppskriftin passar í 3 stór nestisbox.

Útbúið dressinguna svo með því að setja öll hráefni í blandara/töfrasprota og blanda vel.

Verði ykkur að góðu.



Grillaður maís með rjómaostasmyrju

Eftir að maður byrjar að borða ferskan maís þá er nefnilega ekki aftur snúið skal ég segja ykkur, þetta er hreinlega ekki það sama og frosinn maís!

Hráefni

6 stk ferskur maís
230 g Philadelphia rjómaostur með graslauk
30 g rifinn parmesan ostur
1 msk lime
1 tsk Tabasco sósa
½ tsk hvítlauksduft
½ tsk papríkuduft
¼ tsk chili flögur
Salt og pipar eftir smekk
smá smjör til penslunar
ferskur kóríander til að strá yfir í lokin

Leiðbeiningar

Sjóðið maísinn og hitið grillið í botn.

Hrærið öllu öðru saman nema kóríander og smjöri.

Takið maísinn upp úr pottinum þegar hann er tilbúinn, makið á hann vel af smjöri og smyrjið með þunnu lagi af rjómaostasmyrjunni.

Grillið í stutta stund á öllum hliðum.

Toppið síðan með vel af rjómaostasmyrju, parmesan og smá chilliflögum ef þið þorið.



Útileguskúffa

Það jafnast ekkert á við nýbakaða skúffuköku og ískalda mjólk! Nú eru útilegur og ferðalög að fara í gang að nýju og það er sannarlega hægt að slá í gegn með því að taka eina skúffuköku með í ferðalagið.

Hráefni

SKúffukaka

460 g hveiti
60 g Cadbury bökunarkakó
290 g sykur
220 g púðursykur
1 ½ tsk. lyftiduft
½ tsk. salt
120 g sýrður rjómi
250 g AB mjólk
3 egg
180 ml matarolía
3 tsk. vanilludropar
330 ml heitt, sterkt kaffi

Krem

300 g smjör við stofuhita
60 g Cadbury bökunarkakó
½ tsk. salt
400 g flórsykur
130 g heit súkkulaðisósa (keypt tilbúin á flösku)

Leiðbeiningar

Skúffukaka

Hitið ofninn í 170°C, klæðið skúffukökuform með bökunarpappír að innan og sprejjið vel með matarólúspreyji (eða sprejjið bara beint í formið).

Sigtið hveiti og bökunarkakó í hrærivélarskálina og bætið næst öðrum þurrefnum saman við hveitiblönduna.

Pískið allt „blautt“ saman í aðra skál og blandið síðan varlega saman við þurrefnin á lágum hraða í hrærivélinni.

Skafið niður á milli og hrærið þar til slétt og þunnt deig hefur myndast.

Bakið í um 30-35 mínútur eða þar til þrjónn kemur hreinn út.

Krem

Þeytið smjórið þar til létt og ljóst.

Bætið kakóinu og saltinu saman við og þeytið áfram, skafið niður á milli.

Bætið næst flórsykri og súkkulaðisósu saman við í nokkrum skömmtum og skafið niður á milli (ekki er þörf á því að hita sósunu, bara vigta hana beint úr flöskunni).

Þeytið kremið þar til létt og ljóst og smyrjið því næst yfir kökuna.



Caj P kjúklingaspjót

Bragðmikil kjúklingaspjót á grillið.

Hráefni

1 poki Rose Poultry úrbeinuð kjúklingalæri
1 dl Caj P original grillolía
Grænmeti eftir smekk

Leiðbeiningar

Skerið lærin í helming. Hellið Caj P sósunni yfir.

Látið standa í ca. 1-2 klst eða eftir smekk.

Þræðið til skiptis kjúkling og grænmeti upp á grillpinna og grillið í ca. 20 mín eða þar til lærin eru fullelduð.