

INDHOLDSFORTEGNELSE

SKALDYR.....	4
Krabbesalat ..	4
Blåmuslinger.....	4
Ostegratinerede muslinger	4
Kammusling-gryde (4 pers.).....	4
Kammuslinger i tomatflødesauce (4 pers.).....	4
Paella.....	5
Kogte rejer.....	5
Rejesauce ...	5
Rejesauce II - Sebastians sauce.....	5
Stegte rejer.....	5
Thai rejer.....	6
FISK.....	7
Båldampet fisk.....	7
Citronmarineret fisk.....	7
Dampet fisk.....	7
Fiskefrikadeller (4 pers.).....	7
Fiskesalat.....	7
Fiskemousse (4-5 pers.).....	8
Fiskesuppe.....	8
Thai fiskesuppe.....	9
Fisketerrine	9
Fisk i hvidvinssauce.....	9
Creolertorsk	10
Fisk i fad med rejer.....	10
Rødtungefilet med kiwi og appelsinsauce.....	10
Frække torskefileter (4 pers.).....	11
Gravet fisk.....	11
Ovnstegt fisk.	11
Rognsalat.....	12
Røget fisk.....	12
Tunmousse (8 pers.)	12
Tunsalat.....	12
Tørret fisk.....	12
Marinerede ammasatter.....	12
Stegte ammasatter.....	12
Dampet havkat.....	12
Havkat i skiver.....	12
Hellefisk.....	13
Gravet hellefisk.....	13
Hellefisk med rejer.....	13
Kæbekød af hellefisk.....	13
Saltbagt laks.....	13
Ørred med mandler - Ørred Amandine.....	13
Ørred på enebærkviste.....	13
Røget laks med pasta.....	14
Friturestegt rødfisk.....	14
Kogt rødfisk med karrysovs.....	14
Rødfisk i kokos.....	14
SÆL.....	15
Sælbøf/sæltoumedos.....	15
Sælhjerter.....	15
Sællever, rå	15
Sællever, stegt.....	15
Sælsuaasat (sælkødssuppe).....	15
HVAL.....	16
Hvalbøf.....	16
Hvalbøf med ost.....	16
Hval-/hvalrosragout.....	16
Hvalrullesteg.....	16
Mattak, rå.....	16
Mattaksuppe.....	16

Røget hval.....	16
FUGLE.....	17
Alkesuppe.....	17
Honningstegt alkebryst.....	17
Røget alkebryst	17
Edderfugl (6 pers.)	17
Rype.....	17
Søkongebryst.	17
LAM.....	18
Lammekoteletter.....	18
Lammekød i karry (6 pers.).....	18
Lammekølle	18
Rødvinsmarineret lammebov (4 pers.).....	19
Lammesuppe fra Sydgrønland.....	19
VILDT	20
Moskusgryde.....	20
Rensdyrbøf.....	20
Rensdyrkølle.....	20
Rensdyrkølle med rødvinssovs.....	20
Rensdyrragout.....	20
KONTINENTAL.....	21
Hvidkål- og ostesalat.....	21
Janssans fristelser (4-6 pers.).....	21
Omelet.....	21
Pasta-ovnret (10 pers.).....	21
Pizza (10 pers.).....	22
Chili con carne.....	22
Rødkålsalat	22
BAGNING.....	23
Brød á la Trangia.....	23
Brød og boller.....	23
Italiens brød.....	23
Madpandekager.	23
DEN SØDE TAND.....	24
Blåbær-/sortebæris.....	24
Crumble.....	24
Lagkage med blå-/sortebær.....	24
Pandekager.....	24
Raspkage.....	25
Tærte.....	25
Søndetjysk chokoladekage	25
Brownies.....	25
BÆR, PLANTER OG SVAMPE.....	26
Svampe.....	26
Blåbær	26
Blåbærmarmelade.....	26
Enebær.....	26
Enebærthe	26
Sortebærgele	26
Tyttebær.....	26
Blåklkke.....	26
Blåklkkegele.....	26
Engkarse.....	26
Fjeldrevling.....	27
Fjeldsimmer.....	27
Fjeldsyre	27
Gederams.....	27
Gederams, marinerede stængler.....	27
Islandsk Mos Mælk.....	27
Kamille.....	27
Kantlyng	27
Kokleare.....	27
Kvan.....	27
K van- og rabarberkompot.....	28

Kvansalat.....	28
Kvan, syltet.....	28
Mosebølle.....	28
Mælkebøtte.....	28
Pileurt	28
Rosenrod.....	28
Skotsk timian.....	28
Skotsk timian -the.....	28
Strandarve.....	28
Troldurt.....	28
Svampe.....	29
Ristede rørhatte.....	29
Svampesoufflé (2 pers.).....	29
STÆRKE DRIKKE.....	30
Enebær snaps.....	30
Hannibals Bitter.....	30
Imiak.....	30
Kvansnaps.....	30
Revlingsnaps	30
Timiankrydret vin.....	30
Timiansnaps	30
Grønlandsk kaffe.....	30
STIKORD.....	31

SKALDYR

Krabbesalat

Krabbekød
Hårdkogte æg
Ærter
Dressing

Del kødet i mindre stykker. Fjern evt. de seje "flipstivere" . Hak de hårdkogte æg og bland krabbekødet og de optøede ærter med æggene. Lav en dressing og bland med fyldet. Pynt med purløg, persille eller dild.

Blåmuslinger

Ved elvmundinger kan man ofte finde banker af blåmuslinger - de er ikke til at gå fejl af - når man først har smagt en blåmusling, så husker man disse herlige levende godbidder.

De skal lukke sig, når man banker let på dem, ellers er de ikke sunde og ikke gode at spise.

En 2-3 liters stor gryde fyldes med muslinger, vand og hvidvin i lige mængder, desuden salt og peber. Indholdet sættes i kog og skal koges 5-7 min. i spildkogende vand.

Kom citronsaft over de færdig kogte muslinger og spis brød til.

Ostegratinerede muslinger

Skyl muslingerne; brug kun de muslinger, der er lukkede (eller lukker sig under skylning). Kog muslingerne i letsaltet vand i 6 min. Brug kun de åbne muslinger. Bland blødt smør, persille og hvidløg. Et dybt ovnfast fad smøres og muslingerne lægges heri. Drys med rasp og fordel persille/hvidløgssmørret over muslingerne i klatter, drys parmesanost efter smag. Sæt fadet i ovnen og lad muslingerne gratinere i ca. 10 min.

Kammuslinger i tomatflødesauce (4 pers.)

muslinger: 16-20 kammuslinger
1 glas hvidvin
1 tsk citronsaft
salt & peber

tomatsauce: 2 spsk smør
1 bundt hakket persille
1 tsk estragoneddike
3 spsk tomatpure
200 g pillede rejer
1½ dl cremefraiche
cayennepeber
peber

flødesauce: 1½ spsk smør
1 tsk mel
7-8 spsk muslingelage
1 æggeblomme
2 spsk fløde
salt & peber

Lad kammuslingerne trække i en lage af hvidvin, citronsaft, salt og peber i 10 min. Tilsæt lidt vand og kog muslingerne heri i 3 min. - ikke længere, så bliver de seje. Gem lagen - lad muslingerne dryppe af.

Smelt smørret på en pande. Tilsæt eddike, persille, tomatpure og rejer, og varm blandingen op. Tilsæt under omrøring cremefraiche og tag panden af varmen. Smag til med salt, peber og cayennepeber. Læg kammuslingerne i blandingen.

Rør smør og mel til en melballe under svag varme og tilsæt muslingelagen. Kog det godt igennem. Pisk æggeblommen med fløde og rør det i saucen - nu må saucen ikke koge mere. Smage til med salt og peber. Hæld saucen over muslingerne.

Kammusling-gryde (4 pers.)

½ kg kammuslinger vendes i mel, som er blandet med salt, peber og muskatnød. Steg muslinger let på panden. Efter nogle min. spædes op med 2 dl fløde og 1 dl hvidvin til sovsen har en jævn konsistens. Smag til med salt og serveres med ristet brød.

Paella

Opvarm fedtstoffet (olie el. margarine). Svits kort karry ved høj varme heri og tilsæt ris, der vendes og svitses kort. Derefter tilsættes salt og tilstrækkeligt vand (2 kopper ris til 3 kopper vand, - og så lidt ekstra vand til gryden). Når vandet er kogt fra, og risene er møre tilsættes efter eget valg alt godt fra havet og omegn: muslinger, rejer, fiskestykker, kæbekød; ærter, gulerod i strimler, lidt kvan, rosenrod, citronsaft. Retten varmes igennem og serveres.

Kogte rejer

1 kg upillede rejer pr. person

tilbehør:

salt & peber
hvidt brød
mayonnaise
citronsaft
dild

Beregn 1 kilo upillede rejer pr. person (fuldt måltid). Rejerne koges i rigeligt, godt saltet vand eller endnu bedre i havvand: til en 12 liters gryde bruges 3 gode håndfulde salt. Bring vandet i kog og hæld rejerne i gryden. Kog 100-200 gram ad gangen. Rejerne skal koge i 1 minut, derefter tages de op med en hulske.

Rejesauce

500 g kogte rejer
3 dl tør hvidvin
1 dl vand
2 dl fløde
3 spsk tomatpure
1 tsk paprika
3/4 dl cremefraiche eller yoghurt naturel
salt & peber

Pil rejerne og kog skallerne med hvidvin og vand i ½ time. Si derefter skallerne fra og kog lagen ind med fløden. Der skal være cirka 2½ dl væde tilbage. Tilsæt tomatpure og krydderier.

Bland en håndfuld rejer sammen med cremefraiche/yoghurt og smag til med salt og peber. Bland med den indkogte lage fløde-tomatblanding - det må ikke koge.

Rejesauce II- Sebastians sauce

100 g rejer pr person
persille
1 fed hvidløg til 4 personer
basilikum, rosmarin, herbes de Provence, estragon
olivenolie, citronsaft
1-2 æggeblomme
1/4 liter cremefraiche
1/4 liter fløde
100 g pasta pr person

Persille og hvidløg skæres i små stykker. Heri kommes basilikum, rosmarin, herbes de Provence og estragon. Det hele blandes med olivenolie, citronsaft og æggeblommer. Tilsæt cremefraiche og fløde - samt evt. parmesanost og hvidvin. Varm op og tilsæt rejer i passende mængder. Serveres med pasta.

Stegte rejer

Steg rejerne i hvidløgssmør. Serveres med ris.

Thai rejer

Til 4 personer:

- 1 masse rejer
- 1/2 porre
- 1/2 chili

marinade:

- 3 spsk. olivenolie
- saft af 1/2 citron
- 1 fed hvidløg
- 1/2 chili helt fint snittet
- 2 tsk ingefær

De pillede rejer lægges i et ildfast fad. Herover hældes meget tyndtsnittede porre, chili og marinade. I kanten lægges citronbåde. Spises med brød til.

FISK

Båldampet fisk

En "primitiv" måde at lave fisk over ild er at komme fisken i stanniol og læge den i gløderne. Her skal fisken ligge 20-30 min. Denne måde giver en dampning af fisken.

Citronmarineret fisk

ørred eller laks
citronsaft
salt & peber
hakket løg

Fisken fileteres: Luk fisken op og vend den med skindet mod bordet. Skær med en skarp kniv benene ud. Lad skindet sidde. Hæld citronsaft over fileterne. Drys med salt og peber og evt. løg. Læg fileterne sammen. Lad fisken stå koldt i mindst 6 timer. Serveres med hvidt brød. Velegnet som forret.

Dampet fisk

fisk: ørred, laks, hellefisk, helleflynder
grøntsager: løg, gulerødder
krydderier: estragon, persille, dild
væske: 5-6 dl hvidvin eller vand med citronsaft

*tilbehør:*ris

kartofler
flødesauce af fiskelage
sauce hollandaise

Rens fisken grundigt. Læg den i en bradepande ovenpå grøntsagerne. Hæld væsken ved og dæk med stanniol. Damp fisken i ovnen ved 200 grader i 30 min.

Skær eventuelt en rille i fisken og læg en håndfuld store grønlandske rejer i.

Fiskefrikadeller (4 pers.)

700-800 g fisk
2æg
2 dl mælk
salt, peber, persille, dild, timian, citronmelisse
1-2 log
3-4 spsk mel
4 skiver bacon
reven muskatnød
40-50 margarine eller smør

Alle slags fisk kan bruges - også uvaq. Rens fiskestykkerne for skind og ben og hak dem i små stykker med en kniv sammen med løg og bacon. Rør farsen med mel og krydderier. Tilsæt til sidst mælk lidt efter lidt - pas på: farsen må ikke blive for lind. Steg frikadellerne i en tykbundet pande.

ELLER: 3 små torske- eller hellefiskefileter hakkes med en kniv. 2 løg hakkes fint og blandes med fisken samt 2 æg, 1 dl rasp, 1 dl piskefløde eller mælk, salt, peber, persille, dild, timian, citronmelisse røres sammen og steges i fedtstof på panden.

Fiskesalat

½ kg rå, frisk hellefisk, ørred eller laks skæres ud i papirtynde skiver, lægges i et fad og overhældes med citronsaft. Fisken marineres i saften i mindst 5 timer og vendes ofte. Fisken vil nu være næsten hvid, som var den kogt. Hæld lagen fra og læg fisken i et serveringsfad. Pisk olie (5 spsk), vineddike (2 spsk), tabasco (3 stænk) og hvidvin (2 dl) sammen, tilsæt salt og persille. Hæld dressingen over og pynt med oliven og løgringe. Serveres med flutes eller friskbagt brød.

Fiskemousse (4-5 pers.)

300 g frisk laks, ørred eller hellefisk
150 g røget laks, ørred eller hellefisk
150 g smør
2 dl hvidvin
1 lille glas cognac
salt & peber

Rens fisken og skær den derefter i firkanter og læg disse i en tykbundet gryde. Hæld vinen over og varm op til kogepunktet. Sluk. Lad fiske/vinblandingen køle fuldstændigt af. Skær den røgede fisk i små stykker.

Smelt 50 g smør og vend de røgede fiskestykker heri i 2 min. Afkøl fiskeblandingen. Når blandingen er kold overhældes den med cognac og blandes godt sammen med 100 g smør. Bland nu de to portioner fisk - den ferske og den røgede - og smag til med salt og peber. Hæld fiskemassen i en form. Serveres med flutes og smør.

Fiskesuppe

2½ kg fisk og skaldyr: laks, ørred, rødfisk, torsk, hellefisk, helleflynder, havkat, ulk (til fond), blåmuslinger, kammuslinger og rejer.

Krydderier:

salt & peber
timian
basilikum
safran

suppe: 1 dl vindrukerneolie
2 store løg
1 ds tomatpuré
5 fed hvidløg
35 cl hvidvin (resten til kokken)
fløde

tilbehør: flutes

Kog en fiskefond af hoveder, ben, krydderier og citronsaft. Efter mindst 2 timer sies fonden.

Fileter fiskene. Hak løgene, skær fiskefileterne i mindre stykker og svits det i en gryde. Tilsæt tomatpure, knust hvidløg og andre krydderier. Hæld fiskefonden over og lad koge i 30 min. Tilsæt hvidvin og fløde. Lad suppen snurre i 1 time - den må ikke spilkoge på noget tidspunkt. Lige før servering kommes evt. skaldyr i.

Thai fiskesuppe

fiskefond:

fiskeben
vand
salt, peber
hele koriander
hele nelliker
stjerneanis
laurbærblade
rosmarin
krydderbuket af grøntsager
hvidløg
appelsiner

torskefilet i tern
broccoli i buketter
gulerødder i stave
porrer, fint snittede
kartofler i tern
løg i små både
kokosmælk
salt, peber

Lad fiskefonden koge et par timer. Si væsken fra og hæld den tilbage i gryden. Tilsæt alle ingredienser og lad suppen simre i 15-20 minutter - dog: broccoli, gulerødder og fisk skal kun koge med i 5-10 minutter. Smag suppen til. Serveres med ris.

Fisketerrine

1 kg fisk - alle slags kan bruges
1 stort løg
3 æg
1 dl yoghurt naturel
2- 3 skiver bacon
1 dl fløde
250 g kogte kammuslinger eller blåmuslinger
1 tsk tørret persille
1 knivspids basilikum

Hak fisk, bacon og løg. Rør med æg derefter yoghurt og fløde. til sidst persille og basilikum i. Smør en form godt og fyld 1/3 af fiskefarsen i. Læg halvdelen af muslingerne over og endnu 1/3 fiskefars, resten af muslingerne og endelig den sidste del af fiskefarsen. Læg stanniol over og bag terrinen i vandbad i ovnen i ca. 1½, time ved 175C. Tag stanniolen af det sidste kvarter. Server med flutes, smør og evt. rejesauce.

Fisk i hvidvinsauce

5 løg
2 dl mel
½ l hvidvin
½ l piskefløde
salt & peber
1 kg fisk i fileter
reven ost

Svits løg, drys mel over og rør godt sammen. Lidt efter lidt tilsættets vin og fløde under omrøring. Sauce koges igennem ved svag varme og smages til med salt og peber. Fisken lægges i et ovnfast fad, sauce hældes over og reven ost drysses over. Varmes midt i ovnen 15 min. ved 225 grader.

Creolertorsk

Til 4 personer:

- 4 kartofler
- 250 g torskefilet
- 2 tsk saft af lime el. citron
- 2 tsk olivenolie
- 1 lille hakket løg
- 1 stilk bladselleri, hakket
- 1 lille grøn peberfrugt, snittet
- 1/4 tsk cayennepeber
- 2 fed hvidløg, hakket
- 2 tomater, hakkede

Skær kartoflerne i både og bag dem i ovnen i 30 min ved 220C . Imens skæres torsken i mindre stykker og limesaften hældes over. Løg, bladselleri og grøn peber svitses. Tilsæt cayennepeber og hvidløg. Rør torskestykkerne i gryden sammen med tomaterne. Lad retten koge i cirka 5 minutter. Serveres med kartoflerne.

Fisk i fad med rejer

Til 4 personer:

- 8 fiskefiletter
- 2½ dl cremefraiche
- 2½ dl piskefløde
- 3 spsk maizenamel
- 250 g champignon, halveret
- 150 g fine ærter
- 100 g rejer
- 1 dåse konc. tomatpure
- cayennepeber, salt og peber.

pynt: 100 g rejer og dild

Fiskefiletterne rulles sammen og lægges i et fad. Resten blandes sammen og lægges over fiskene. Bages i ovnen ved 200 grader i 30 minutter. Pyntes med rejer og dild, og serveres med kartofler.

Rødtungefillet med kiwi og appelsinsauce

Til 4 personer:

- 600 g rødtungefillet
- 2 spsk mel
- 1 tsk salt
- peber
- sauce:*
- 2½ dl appelsinsaft
- 1 dl grøntsagsbouillon
- 1 dl fløde
- 1 tsk maizenamel
- kiwi i skiver

tilbehør:

- kartofler, bønner og flutes

Vend filetterne i mel og krydderier, og steg dem gyldne. Appelsinsaften koges ind til det halve. Bouillon hældes ved. Maizena udrøres i fløde og røres i. Kog saucen igennem, smag til med salt og peber. Hæld saucen over fiskene og pynt med kiwi. Serveres med kartofler, bønner og flutes.

Frække torskefileter (4 pers.)

6-8 torskefileter (ca. 700-800 g)
2 porrer el. andet grønt

sauce: 1 tsk dijonsennep
1 spsk vineddike
5 spsk tomatpure
1 spsk karry
2 dl piskefløde
smør

Skær fileterne i mindre stykker og læg dem taglagt i et smurt, ovnfast fad. Drys salt på. Rens porrerne, skær dem i skiver og læg dem oven på fisken.

Saucen: Alle ingredienser, minus smør, blandes sammen og hældes over. Slut af med nogle tynde skiver koldt smør. Brug osteskæreren.

Gravet fisk

fisk: 400 g ørred, laks, hellefisk
1½ spsk salt
1½ spsk sukker
1 tsk hvid peber
1 pose tørret dild

sauce: 3 spsk sød, fransk sennep
1 dl olie
5 spsk dild

Fileter fisken - se "citronmarineret fisk". Bland sukker, salt, peber og dild. Læg fileterne med skindet nedad på et stykke stanniol. Drys med blandingen og læg fileterne sammen. Fold stanniol tæt om fisken og læg det hele i en plastpose. Fisken afgiver en del væske, så posen skal være tæt - brug evt. to poser indeni hinanden. Læg fisken koldt i let pres i 1-2 døgn. Velegnet til frokost. Vær yderst omhyggelig med renlighed, da processen er sårbar overfor bakterieangreb; derfor SKAL fisken ligge kølig.

Sauce: bland ingredienserne og smag til med sukker.

Ovnstegt fisk

fisk: laks, ørred, torsk, hellefisk, helleflynder
1 stort løg pr. fisk
salt & peber
citronskiver
hvidvin
1dl vand

tilbehør: ris, kartofler
tomatsauce af fiskelage, tomat, fløde og cayennepeber
flutes

Smør en bradepande med lidt olie. Fyld fisken med løg og drys med salt og rigeligt peber. Placer tynde citronskiver ovenpå fisken. Læg fisken i panden. Hæld vandet og vin i panden og dæk med stanniol. Steg fisken ved ca. 200 grader i 30- 45 min. eller indtil kødet slipper benene.

Fisken kan evt. lægges på en bund af grøntsager såsom løg, gulerod, champignon, bønner, spinat.

En alternativ sauce kan laves ved at blande fløde, salt, peber, karry og citronsaft. Saucen hældes over, så den dækker fisken.

Rognsalat

200 g torskerogn fra dåse skæres i tern. Dressing af 100 g mayonnaise, 2-3 spsk ymer, 1 tsk reven løg, ½ tsk karry, citronsaft blandes og smages til med salt og peber. Rognen blandes i dressingen. Serveres som pålæg til frokost eller som forret.

Røget fisk

fisk: fed fisk: rensed ørred, laks, hellefisk

saltlage: mættet opløsning af kogesalt i vand
1½ kg lage pr. kg fisk

Det er generelt de fede fisk, der er gode at ryge: laks, ørred og hellefisk.

Fisken lægges først i saltlage i 2 timer. Skyl og aftør fisken. Anbring fisken hængende i et rør eller lignende. Antænd savsmuld eller kviste herunder. Anbring evt. en spritbrænder til at holde gang i røgen. Det må ikke være varmere i røret, end at man kan få en hånd ind. En fisk skal have ca. 4 timer ved 60 grader.

På fjeldstationen findes nogle ABU-rygeovne. Disse kan med stor fordel tages med på hytteturene. Den rensede fisk kommes på risten, og i bunden af ovnen antændes savsmuld. Når savsmulden ikke længere brænder, men gløder og ryger, skubbes risten med fisk ind i ovnen. Afhængig af fiskens størrelse skal fisken ryges 1-2 timer. Mærk efter at kødet slipper benene. Fisken kan både serveres kold og varm.

Tunmousse (8 pers.)

Hæld olien fra 2 ds. tun. Mos tunfisken, tilsæt 200 g smør, 1 dl creme fraiche, citronsaft, salt og peber. Rør det hele sammen og smag moussen til. Fyld moussen i en skål, stil den tildækket køligt i mindst 5 timer. Pynt med grønt.

Tunsalat

Undholdet af en dåse tun i vand moses med en gaffel og blandet med mayonnaise eller hytteost. Der krydres med citronsaft, salt, peber, chili. Majs, ærter eller lign. kan tilsættes efter behov. Kapers er glimrende til.

Tørret fisk

Torsk, ammasat og hellefisk (ræklinger) produceres som tørret fisk - enten knastør som torsk og ammasat eller halvtør som ræklingen.

Den tørrede fisk er god som snacks og spises nærmest som chips evt. med bærkompot.

Marinerede ammasatter

Skyl ammasatterne og læg dem i en skål godt blandet med groft salt. Lad dem stå natten over. Skyl ammasatterne og tag indvoldene ud, men lad hoved og hale sidde på. Kog ingredienser til lagen sammen: 1 dl eddike, 1 dl sukker, 2 dl vand, 10-12 hele peberkorn. Lad lagen afkøle. Læg ammasatterne i lagen og læg løgringe over. Lad den trække i mindst 1 døgn. Serveres med rugbrød og smør.

Stegte ammasatter

Rens ammasatterne, men lad hoved og hale sidde på. Bland salt og peber i rugmel og vend fiskene heri. Steg dem gyldne i fedtstof ved svag varme. Server kartofler og persillesovs til, eller evt. et stykke groft rugbrød med smør.

Dampet havkat

En hel havkat renses og hovedet skæret evt. af. Derefter lægges den i bradepanden, som forinden er smurt med olie eller andet fedtstof. I bugen lægges skiver af citron og fisken krydders med salt og peber, muskat, og 1-2 dl hvidvin hældes over. Fisken skal dampes til den er mør i en ovn ved 200 grader. Fiskefond bruges til at lave sovs, hertil masser af kartofler eller evt. brød.

Havkat i skiver

1½ cm. tykke skiver af havkat steges i smør på panden - 3 min. på hver side. Derpå dryppes citron over skiverne, som serveres med smørristede mandelflager. Serveres med ris og grønt.

Hellefisk

Hellefisk er en stor fladfisk, som tilberedes på mange måder: røget, dampet og tørret. Den tørrede hellefisk kendes som rækling. Helleflynderen er samme type fladfisk, men kan blive op til 2 meter lang. Kødets af helleflynder er fastere og derfor lidt finere.

Gravet hellefisk

En stor hellefisk renses. Lige dele groft salt og sukker blandes og tilsættes tørret dild og peber. Blandingen fordeles på fileternes inderside i rigelig mængde, så fileterne er helt dækkede. Fileternes kødsider lægges mod hinanden og anbringes under pres et køligt sted i mindst 1 døgn - gerne længere. Serveres på friskbagt brød med tør hvidvin.

Hellefisk med rejer

En hel hellefisk renses og hovedet skåret evt af. Derefter lægges den i bradepanden, som forinden er smurt med olie eller andet fedtstof. I bugen lægges skiver af citron og fisken krydres med salt og peber, og 1-2 dl hvidvin hældes over fisken skal dampes til den er mør i en 200 grader varm ovn.

Fiskefond bruges til at lave sovs, hvori rejer i rigelig mængde kommes i og lunes. Hertil masser af kartofler eller evt brød.

Kæbekød af hellefisk

Svits grøntsager (løg, porrer, gulerødder). Tilsæt kæbekøddet og lad det simre i 15 min. så kødet ikke falder fra hinanden. Tilsæt krydderier (salt, peber og karry), mælk og fløde og vend det godt. Serveres med ris.

Saltbagt laks

2 kg salt fugtes med vand. Saltmassen klappes rundt om en 3-4 kg skællaks, der kommes i ovnen ved 200 grader i ca. 1 time. Når laksen er færdigbagt, tages den seje saltmasse af med "hammer og mejsel" og serveres hel ved bordet sammen med kartofler og evt. grøntsager.

Saltmassen holder på laksens egen fugtighed og smagsstoffer, hvorved laksen dampes i sin egen væde.

Ørred med mandler - Ørred Amandine

ca. 300 g ørred pr. person
100 g smuttede mandler
1 dl mel
salt & peber
citronsaft
smør el. olie til stegning

Rens ørrederne, men lad hoved og hale side på, tør dem godt af i køkkenrulle, dryp ørrederne ind- og udvendig med citronsaft og drys dem indvendig med en smule peber. Bland mel, salt og peber og vend ørrederne heri. Steg dem på panden. Fiskene skal steges 8-10 min. på hver side ved jævn varme. Skær de smuttede mandler i flager. Smelt lidt smør og kom mandlerne heri og smag til med citronsaft. Anret fiskene overhældt med det citron/mandelblandede smør. Serveres med løse ris.

Ørred på enebærkviste

Pluk en pose fuske enebærkviste. Rens ørrederne, skyl dem og salt dem. Skyl enebærkvistene. I bunden af en stor jerngryde lægges et lag enebærkviste, og oven på et stykke bagepapir som underlag for fisken. Ørrederne lægges nu tæt sammen på bagepapiret og dækkes med dild. Derefter endnu et lag bagepapir og oven på enebærkviste til grydens kant. Læg låg på. I begyndelsen skal der svag varme under gryden, senere noget kraftigere varme. Det tager 20-30 min. før fisken er færdig. Serveres evt. med kartofler.

Røget laks med pasta

Til 4 personer:

- 50 g pasta pr. person
- 75 g laks pr. person
- 2 fed hvidløg
- 1/4 chili
- 1 glas hvidvin
- 2 dl fløde el. mælk - evt. kokosmælk
- 2 tomater i småstykker el. 1/2 dåse flåede tomater
- 1 stor porre
- salt, peber, olivenolie, parmesanost

Laks, hvidløg, chili og porre svitses i olie. Tilsæt hvidvin og lad det simre i cirka 2 minutter. Tilsæt fløde og tomater. Lad det simre i cirka 5 minutter. Imens koges pastaen. Serveres evt. med broccoli til.

Friturestegt rødfisk

Fisken renses - lad hoved og hale sidde. Fyld olie i en stor gryde og varm op. Når olien syder om en tændstik, er den varm nok og fisken kommer i. Fisken steges i ca. 10 min i olien. Når den er færdig kommer den automatisk op til overfladen.

Tilbehør: Ris + en sovs lavet af: løg, ananas, tomat, soja, citronsaft og evt lidt honning.

Kogt rødfisk med karrysovs

Rens rødfisken og gnid den med salt. Læg den i let saltet spildkogende vand med 1 løg og evt. laurbærblade. Kog fisken ved svag varme i ca. 15-20 min. Karrysovsen laves med et hakket løg, der svitses i smør, hvorefter karry tilsættes og der spædes evt. op med piskefløde.

Rødfisk i kokos (4 pers.)

- 400 g Rødfiskefilet
- 100 g kokosmel
- 1 ds. Ananas
- 1 grøn og 1 rød peberfrugt

Fileterne skæres i mindre stykker, vendes i koksmel og pandesteges i 3 – 5 min. Ananas skæres i små stykker, sautes let på panden, lægges i brunden af et ildfast fad, rødfisk ovenpå. Peberfrugt i strimler sautes og lægges øverst. Bages i 200 grader varm ovn i ca. 10 min.

Lun frokostret, eller som middagsret med ris og karrysovs.

SÆL

Sælbøf/sæltournedos

Hvis du kan få fat i kødstykkeme som ligger omkring nyrerne - kaldet nyrestykker - så køb dem. Her er kødet mest reelt og lækket. Stykkerne brunes på panden i fedtstof Smid dog det første hold fedtstof væk. Steges videre i nyt fedtstof ved svag varme, sammen med hakkede løg i ca. 10 min. Serveres med kartofler, surt og sennep.

Kan også laves som engelsk bøf. Hvor man kun giver bøfferne 3-4 min. på hver side. Så kommer kødsmagen virkelig til sin ret.

Sælhjerter

Hjerterne brunes på panden i fedtstof. Første hold fedtstof smides væk. Steges videre i nyt fedtstof i ca. 10 min., tilsæt derefter vand eller suppe og kog videre i ca. 30 min. Hjerterne tages op, stegeskyen jævnes, der tilsættes ribsgele efter smag og til sidst fløde. Serveres med kartofler og drysses med hakket persille.

Sællever, rå

Leveren skæres i små strimler og spises rå. Bør være kropsvarm.

Sællever, stegt

Lever brunes i hele stykker på panden. Første hold fedtstof smides væk. Leveren steges videre i nyt fedtstof i ca. 10 min., hvorefter leveren får lov til at hvile i ca. 10 min. Leveren skæres i skiver og sovsen hældes over. Sovsen består af fint hakket løg og bacon i strimler, som sautes i 5 min. Flåede tomater og fløde tilsættes, og sovsen jævnes.

Sælsuaasat (sælkødssuppe)

Variation I

Skær det vaskede sælkød i små stykker og kog det langsomt i suppen til det er mørt (ca. 2 timer). Brug evt. ribbensstykkerne, som kan bruges som gnaveben. Kog løg og grøntsager i suppen, så de er møre samtidig med kødet. Skum evt. suppen inden servering. Smag suppen til, serveres med ris, sennep og rugbrød.

Variation II

Sælkød (kød med spæk og ben) kommes i en gryde med koldt vand. Varm op til

kogepunktet og skum af. Tilsæt 1 løg (skåret i skiver) pr kg kød, samt ligeligt med salt og 2 håndfulde grødris pr kg kød. Kog 20-30 min afhængig af kødstykkernes størrelse. Sæltarme (grønlandsk spaghetti) kan evt. koges med. Det smager fortræffeligt med sennep. (siger Jytte).

Variation III

Gule ærter udblødes et par time. Derefter koges de i vand. Ærter og byggryn kommes i og koges en halv time. Skær det vaskede sælkød i små stykker og kog det langsomt i suppen, til det er mørt. Kog løg og grøntsager i suppen, så de er møre samtidig med kødet. Sælblod kan eventuelt piskes i til sidst. Smag suppen til, server de udskårne grøntsager på suppen og spis kødet til med sennep og rugbrød.

HVAL

Hvalbøf

Sildepisker og finhval er bedst. Kødet skæres i fingertykke skiver og bankes let med hånddryggen. Derefter gnides stykkerne med knust hvidløg og drysses med peber og paprika. Steges nogle få min. på hver side i gyldenbrunt smør. Derefter saltes de og serveres med rigelige mængder bløde løg og hvide kartofler. Sovsen kan laves evt. af stegeskyen.

Hvalbøfkan med fordel laves på grønlands grill: Læg en flad sten af passende størrelse i et bål. Når stenen er tilstrækkelig hed lægges bøfferne på og grilles et par minutter på hver side. Tilbehør: brød og kvansalat.

Hvalbøf med ost

Som hvalbøf. De stegte bøffer ligges på en bradepande og dækkes til med ost. Bradepanden stilles i en varm ovn indtil osten er smeltet.

Hval-/hvalrosragout

Et stykke hval eller hvalros skæres i små firkanter, krydres med basilikum, salt, peber og evt. hvidløg, og brunes i en gryde ca. 10 min. Derefter tilsættes vand og bouillon. Lad kødet simre med løg og gulerødder evt. svampe i ca. 1 time. Herefter tilsættes fløde og retten simrer yderligere 5 min. Serveres med kartofler, kartoffelmos eller ris.

Hvalrullesteg

Rullestegen købes i KNI, krydres med salt og peber og brunes på alle 4 sider i en tykbundet gryde. Herefter tilsættes vand, evt. rødvin, og rullestegen simrer i ca. 1 time - vend stegen undervejs. Serveres med kartofler og bløde løg. Evt. gulerødder.

Mattak, rå

Gå på brættet og køb en klump mattak. Skær den i tynde skiver og spis den velsmagende delikatess. Det er sundt og smager som nødder. Serveres evt. med blåbær eller sortebær. Mattak fra hvidhval og narhval smager bedst.

Mattaksuppe

Fjern spækket og skær mattakken i små firkanter. Kog dem møre i suppen. Kog karry og hakkede løg i fedtstof tilsæt mel og pisk derefter den kogende suppe fra mattakken deri.

Lad sovsen koge langsomt i 10 min. Smag den til og server den med løse ris.

Røget hval

Køb et stykke røget i KNI. Skær den røget hval i tynde skiver og serveres kold med røræg eller melon, samt brød eller ovnstegte kartofler: kartoflerne vaskes og tørres og skæres i både. Krydres med salt, peber, rosmarin og evt hvidløg. Kartoflerne smøres derefter i olie og brunes ved 200 grader i 45 min.

FUGLE

Alkesuppe

Pluk, flå og rens alkene. Alkene sættes over i en gryde med så meget vand at det netop dækker fuglene. Lad det koge op, skum af og dæmp varmen så suppen netop simrer. Tilsæt løg, ris og salt, og lad det koge til alkene er møre (ca. 1½ time).

Honningstegt alkebryst

Skær forsigtigt bryststykkerne af alken og bank dem let. Der beregnes 1 alk pr. person. Gnid bryststykkerne i en smule friskkværnet peber og evt. basilikum. Brun fedtstoffet på panden og brun bryststykkerne på begge sider. Skru ned for varmen og hæld en skefuld honning på hvert bryststykke. Lad stykkerne stege færdigt ved svag varme i ca. 5-6 min. på hver side. Krydr derefter med salt. Pynt evt. med ristede mandler. Serveres med kartofler eller løse ris.

Røget alkebryst

Hvis man er heldig kan røget alkebryst købes i KNI. Skær i tynde skiver. Server på fuskbagt hvidt brød med røræg.

Edderfugl (6 pers.)

3 edderfugle plukkes og gnides godt med salt og peber udvendig og indvendig. Fyldes med udstenede svesker og æblebåde, læg bacon omkring og brun fuglene i en gryde. Når fuglene er brune på alle sider hældes en kvart liter vand ved og varmen dæmpes. Steges herefter ved svag varme i 1½ time. Prøv med en gaffel om brystkødet er mørt. Stegeskyen tilsættes 5 dl fløde og giver en god sovs. Serveres med kartofler eller ris. Tyttebærsyltetøj smager fremragende til.

Rype

Tilberedes som kylling fx i ovn eller storgryde.

Søkongebryst

Steges som alkebryst, idet der dog ikke tilsættes honning men i stedet rødvin. Serveres med kartofler eller kartoffelsalat.

LAM

Lammekoteletter

2-3 koteletter pr. person
hvidløg
paprika
salt & peber
olie
smør

Hak eller knus hvidløgene, bland med peber og paprika og rør olie i. Bank koteletterne let med hånden og pensl dem med krydderiblandingen. Lad dem hvile i 10 min. Steg koteletterne på en tykbundet pande 2 min. på hver side.

Lammekød; karry (6 pers.)

kød: 1 kg lammekød
2 løg
2 spsk olie
2 spsk karry
75 g rosiner
4 spsk citronsaft
1 tsk salt
½ tsk peber
200 g mango-chutney
3 dl mælk
75 g mandler
3 æg
2 dl fløde
25 g smør

karrysovs:

1 spsk karry
3 dl bouillon
1 dl fløde
20 g smør
1½ spsk mel
salt & peber

tilbehør:ris

Skær lammekødet i mindre stykker. Hak løgene og svits dem i olien. Når løgene er klare, tilsættes karry. Lad det koge igennem og sluk. Bland karryløgene med det hakkede kød og tilsæt rosiner, citronsaft, salt, peber, mango-chutney og mælk. Læg blandingen i et ovnfast fad og hæld smuttede mandler over. Pisk æg og fløde sammen og hæld det over. Dæk med stanniol og stil fadet i ovnen ved 200 grader i 30 min. Fjern folien og lad retten stege endnu 30 min.

Karrysovs: Smelt smør og kom karry i. Rør mel i og lad det opsuge fedtstoffet. Spæd til med bouillon og fløde lidt ad gangen under kraftig omrøring. Kog op og smag til med salt, peber og evt. karry.

Lammekølle

Lammekøllen tørres af, hvidløgsfed stikkes ind i små snit i køllen. Fordel smør på lammekøllerne (rør evt. smørret op med lidt citronsaft og /eller reven citronskal) og drys med masser af timian, rosmarin, salt og peber. Lammekøllen lægges i en bradepande. Hæld et par dl vand i bunden af bradepanden og steg køllen nederst i ovnen i ca. 2 timer. Dryp køllen med skyen af og til. Lammekøllen har bedst af at hvile tildækket en halv times tid inden servering.

Tips: Rør flødeost op med hvidløg og krydderurter (timian, rosmarin, persille...). Skær køllen op ind til benet med et snit på langs og fordel flødeosten inde i køllen. Snør sammen og steg i ovnen.

Tips: Til lammekøllen kan serveres en bærkompot: Blå-, sort- eller tranebær koges eller rystes let med sukker.

Rødvinsmarineret lammebov (4 pers.)

1 lammebov
½ fl rødvin
1 tsk knust enebær
salt & peber
1 løg
2 fed hvidløg
1 dl fløde

Gnid lammeboven med krydderier og knust hvidløg. Læg den i bradepanden sammen med det finthakkede løg. Hæld rødvinen over og lad lammeboven trække i mindst 1 døgn. Tag lammeboven op af marinaden og gnid den med en smule salt. Læg den i et smurt ovnfast fad eller bradepande og lad den få et kvarter ved 225 grader. Dæmp herefter varmen til 175 grader. Hæld marinaden ved og lad boven stege videre i marinaden i 1½ time. Når boven er færdigstegt, hældes skyen i en gryde, koges ind og tilsættes fløde. Jævn evt. sovsen og smag til med salt og peber. Serveres med hvide kartofler.

Lammesuppe fra Sydgrønland

Til 4 personer:

600 g lammekød
4 gulerødder
4 kartofler
2 majroer
400 g pasta
salt, peber

Kødet skæres i store klumper og svitses. Hæld vand ved til det dækker. Kog retten i cirka 1 time til kødet er mørt. Grøntsagerne skæres i stykker og tilsættes. Kog videre til grøntsagerne er møre - tilsæt evt. mere vand til suppekonsistens. Smag til med salt og peber. Tilsæt pasta og kog videre til pastaen er al dente. Servering: kødet tages op på et fad og serveres sammen med suppen.

VILDT

Moskusgryde

Svits løg og gulerødder. Tilsæt moskusokse-småkød og lad det stege med, så alle stykker bliver brunet. Tilsæt laurbærblade, basilikum, salt, peber og vand så det dækker kødet. Lad det simre en times tid til kødet er mørt. Kogeskyen jævnes evt. med mel. Serveres med ris.

Rensdyrbøf

Kødet skæres ud i fingertykke skiver, der bankes let med håndryggen. Bøfferne drysses rigeligt med peber, paprika og knust hvidløg. Lad herefter bøfferne hvile med krydderierne i 10 min. Steg dem få min. på hver side i smør. De må ikke stege for længe, så bliver de tørre og kedelige. Bøfferne drysses med salt, når de tages af panden. Serveres med bløde løg og hvide kartofler. Sovsen kan laves af stegeskyen.

Rensdyrkølle

kød: rensdyrkølle el. udskæring
hvidløg
bacon i skiver
salt & peber
basilikum
evt. timian
kartofler
4 dl bouillon

tilbehør: tyttebærsyltetøj
sortebær- eller tranebærgele

Spæk kødet med hvidløg og dæk med bacon. Skræl kartoflerne og skær dem i tynde skiver. Læg kartoffelskiverne i en bradepande og læg kødet ned blandt kartoflerne. Hæld bouillonon ved. Sæt bradepanden i en 200 grader varm ovn i 15 min. Dæmp så varmen til 175 grader og lad stege i 1½, time.

Rensdyrkølle med rødvinssøvs

Gnid køllen (ca. 2 kg) med krydderier (salt, peber, knust enebær og hvidløg) og læg smør på i tynde skiver. Brun køllen i ovnen ved ca. 250 grader i ca. 20 min. Ovnvarmen dæmpes til 175 grader, 2 dl rødvin hældes ved, og køllen steges videre i ca. 1 time. Prøv med en stegenål, pibler der blodsafte ud når du stikker den, skal den stege lidt længere. Tag køllen ud af ovnen og lad den hvile under stanniol i ca. 15 min. mens du laver sovsen. Skyen fra bradepanden spædes op med lidt fløde eller mælk, sovsen jævnes let og smages til med salt. Serveres med kartofler og tyttebærsyltetøj eller sortebærgele.

Rensdyrragout

Rensdyrkødet skæres i små tern og brunes sammen med løg i fedtstof. Efter 7-8 min. tilsættes lidt bouillon, grøntsager og krydderier (basilikum, timian, salt, peber, rønnebær- eller ribsgele). Retten simrer i ca. 1 time, hvorefter fløde tilsættes efter behag. Hertil serveres kartofler, kartoffelmos eller ris.

KONTINENTAL

Hvidkål- og ostesalat

Hvidkål snittes, en mild ost f.eks. Danbo skæres i tern. Blandes sammen og overhældes med en dressing af olie, eddike, salt og peber. Godt som tilbehør til f.eks. hval og rensdyr.

Janssons fristelser (4-6 pers.)

4 løg
1 kg kartofler
1-2 ds ansjosfileter
hvid peber
2-3 dl piskefløde
rasp
smør eller margarine

Hak løgene, skær kartoflerne i fine strimler. Si ansjosfileterne. Smør et ovnfast fad og læg et lag kartoffelstrimler i. Læg så et lag løg, derefter et lag ansjosfileter. Drys med peber. Fortsæt til fadet er fyldt og slut med kartoffelstrimler.

Hæld piskefløde i fadet til fløden skimtes mellem kartoflerne. Drys med rasp og læg smørklatter over. Sæt fadet i en 225 grader varm ovn i 1 time eller til kartoflerne er møre og overfladen gylden. Serveres med groft brød.

Omelet

4 æg
1 dl mælk
salt & peber
majs mm.
timian
tørret purløg

Pisk æg, mælk salt og peber sammen. Brun fedtstof og hæld æggemassen på panden (svag varme). Skrab bunden af panden jævnlige, til massen begynder at stivne. Tilsæt majs og krydderier. Desuden kan tilsættes diverse ingredienser, såsom fisk, bacon, tomat, pølse, skaldyr, champignon...

Pasta-ovnret (10 pers.)

grøntsager
løg
tomatpuré
Herbes de Provence
300 g flødeost
6 dl mælk
hvidløg
persille
salt & peber
1 kg pasta
ost

Svits grøntsager og løg. Tilsæt tomatpure, lidt vand, Herbes de Provence, salt og peber, og kog svagt i 5 min. Varm flødeost, mælk og presset hvidløg i en gryde, tilsæt persille, salt og peber. Kogt pasta lægges i bunden af et ovnfast fad, grøntsagerne fordeles ovenpå og ostsauce hældes over. Dæk overfladen med reven ost eller ost i skiver. Varmes i ovnen 10-15 min. ved 225 grader.

Pizza (10 pers.)

dej: ½ pk gær
3 dl lunke vand
1 tsk salt
2 spsk olie
ca. 3 dl mel

tomatsauce: 5 løg
2-3 fed hvidløg
2 ds flåede tomater
oregano
salt & peber

fyld: reven ost

Gæren røres ud i vand, salt, olie og mel røres i og dejen æltes sammen. Lad dejen hæve 30-45 min.

Smids løg og hvidløg. Tilsæt flåede tomater med væde og krydderier. Kog saucen igennem i ca. 20 min., så saucen bliver tør. Rul eller tryk dejen ud (dejen kan evt. forbages først) og fordel tomatsovcen herover. Ovenpå lægges fyld og til sidst drysse med reven ost. Bages til dejen er brun i kanten (ca. 30 min.) ved 200 grader.

Chili con carne

Til 4 personer:

2 fed hvidløg, knust
350 g hakket oksekød
1 løg, hakket
1 dåse hakkede tomater
400 g røde bønner fra dåse (brune el. hvide bønner kan også bruges)
3 dl grøntsagsbouillon
½ tsk oregano
1 tsk stødt kommen
1 tsk chili
½ tsk stødt kanel
½ tsk stødt nelliker
½ tsk cayennepeber
salt, peber
olie

Brun løg og hvidløg. Brun derefter det hakkede kød. Krydderier og hakkede tomater. Bring det i kog, dæmp varmen og kom bønner i. Lad retten simre 1½ time under låg. Smag retten til. Serveres med brød.

Rødkålsalat

Rødkål snittes og lægges i et fad. Herover fordeles bidder af en blød blåskimmelost, f.eks. danablue eller saga. Hakkede valnødder drysses over. Velegnet som tilbehør til steg.

BAGNING

Tips: Sukker 1 dl svarer til 85 g
Mel 1 dl svarer til 60 g

Brød á la Trangia

¼ pk. gær blandes med ½ kg mel (brug evt. ½ hvedemel, ½ grahamsmel) og 1 tsk salt. Endelig æltes vand i, indtil dejen har en god konsistens. Lad dejen stå natten over. Næste morgen steges dejen som en flad pandekage på Trangia-panden ved laveste varme. Beregn meget god tid!

Brød og boller

½ l lunt vand
1 pakke tørgær
1 spsk sukker

½-1 dl olie eller 100-150 g fedtstof
mel
tørmælk
kerner
gulerødder

Hæld lidt af det lune vand i en dyb tallerken. Rør sukker heri og drys tørgæren på vandoverfladen. Lad stå i 10-15 minutter.

Hæld resten af vandet og olien i gærblandingen sammen med tørmælk. Tilsæt mel. Tilsæt revne gulerødder og diverse kerner (evt. mysli). Æltes sammen med mel til dejen har en god konsistens. Stilles til hævnning i minimum 1 time.

Ælt dejen igen og rul den ud til brød eller boller. Dejen efterhæver ovenpå den tændte ovn i ca. et kvarter. Pensl med vand og bag ved 200 grader til brødet er gyldent. Brød skal have længere tid end boller. En god huskeregel er, at når man kan dufte brødet gennem hele hytten, begynder det at nærme sig!

Italiensk brød

Dejen tilberedes aftenen i forvejen og står natten over. Der bruges ½ pose tørgær, 1 kg mel og vand. Ingredienserne blandes, dejen skal være ret tynd, - skal kunne røres med et piskeris. Efter 10-12 timers hævnning røres dejen igennem og hældes ud på en bageplade. Bages 45 min. ved 200 grader.

Madpandekager

5 dl mel
½ tsk salt
3 æg
3 spsk olie
mælk

Tørstoffet blandes, æg, olie og lidt mælk tilsættes, og dejen piskes grundigt igennem, mens den endnu er godt tyk. Pisk det sidste mælk i, så dejen får den kendte pandekagedej-konsistens (som drikkeyoghurt). Pandekagerne steges ved høj varme.

Fyld: En skønsm blanding af løg, gulerod, rosiner, majs, champignon, kødstrimler (sæl/ren/lam mm.) ris, reven ost - alt efter fantasien. Brug evt. tun fra dåse, hvis friske varer ikke findes. Fyldet svitses på panden. Pandekagerne rulles sammen om fyldet og varmes evt. i ovnen med reven ost over.

DEN SØDE TAND

Tips:

Sukker	1 dl svarer til 85 g
Mel	1 dl svarer til 60 g
Brun farin	1 dl svarer til 60 g
Kokosmel	1 dl svarer til 35 g

Tips: Rengøring af stegepande

En snavset pande kan renses med salt: Dæk panden med et godt lag salt. Sæt panden på et blus med god varme og rør rundt. Når saltet er blevet mørkt - efter 10-15 minutter - smides det ud, og panden vaskes under varmt vand.

Blåbær-/sortebæris

10 æggeblommer
250 g sukker
2 vanillestænger
1 l piskefløde
saft af blåbær og sortebær

Æggeblommer, sukker og vanille blandes. Fløden piskes til flødeskum og blandes med saften af bær og æggesnapsen. 5 æggehvider piskes og vendes i. Blandingen kommes i fryseren til den er stiv.

Crumble

dej:

3-4 dl havregryn
1 dl hvedemel
50 g brun farin
50 g sukker
70 g smør eller margarine
2 dl knuste makroner

fyld: Friske blåbær eller sortebær - eller andre frosne bær

Alle ingredienserne - på nær de knuste makroner - røres sammen og blandes med 1-2 spsk. vand. Makroner kommes i og dejen smuldres over bærerne i et smurt ovnfast fad. Bages 15-20 min. ved 200 grader til overfladen er sprød.

Lagkage med blå-/sortebær

Pisk ½ l piskefløde til flødeskum. Tilsæt mosede blå- eller sortebær (evt. marmelade). Flødeskummet lægges mellem lagkagebunde. Toppen smøres med glasur (flormelis og lidt vand) og der drysse lidt bær over. Pynt evt. med blomst af blåkløkke.

Pandekager

5 dl mel
½ tsk salt
evt. 1 tsk kardemomme
2 spsk sukker
3 æg
3 spsk olie
mælk

Tørstoffet blandes, æg, olie og lidt mælk tilsættes, og dejen piskes grundig igennem mens den endnu er godt tyk. Pisk det sidste mælk i, så dejen får den kendte pandekagedej-konsistens (som drikkeyoghurt). Pandekagerne steges ved høj varme og kan evt. holdes varme i en ovn ved 100 grader.

Tips: Som tilbehør kan laves en bærkompot: Ryst bær med sukker.

Raspkage

5 æg
5 dl sukker
kokos
2½dl nødder
2½ dl rasp

Æg og sukker piskes luftigt. Blandes med rasp, nødder og kokos. Bages i 35 min. ved 160 grader.

Tærte

dej:

4 dl mel
1½ dl sukker
1 tsk vanille
150 g fedtstof
1 æg
evt. 1 spsk vand

fyld: blå-/sortebær, pære, æble, abrikos, fersken...

Tørstoffet blandes og fedtstoffet smuldres heri. Dejen samles med æg og evt. vand. Halvdelen af dejen trykkes ud i et smurt fad, og frugt eller bær lægges i. Resten af dejen rulles/trykkes ud og lægges over tærten (man kan evt. smuldre dejen over tærten). Tærten pensles med vand og sukker drysses over. Bag ved 200 grader til tærten er brun (ca. 45 min.).

Sønderjysk chokoladecake

Til en ovn-stor bradepande:

375 g margarine
10½ dl sukker (900 g)
6 æg
4 dl kokosmel (150 g)
5½ dl mel (350 g)
2 tsk bagepulver
7 spsk kakao
3 tsk vanillesukker
3 dl mælk

I en stor røreskål: Pisk margarine og sukker. Tilsæt æggene et ad gangen under fortsat piskning. I en mindre røreskål: bland mel, kokosmel, kakao, bagepulver og vanillesukker. Vend denne melblanding i æggeblandingen. Tilsæt mælk. Bages cirka 30 minutter ved 200 grader - indtil kagen slipper en strikkepind.

Brownies

2æg
2 dl sukker (175 g)
2 spsk. vanillesukker
1 'lille' dl mel (50g)
1/4 tsk bagepulver
1 spsk cacao
100 g valnødder
100 g smeltet smør

Pisk æg og sukker let skummende. I en anden skål: bland vanillesukker, mel, bagepulver og cacao sammen - og sigt det i æggesnapsen uden at røre for kraftigt. Rør nødderne i og derefter det smeltede, afkølede smør. Hæld dejen i en bageform 25 x 25 cm, der i forvejen er smurt med smør eller beklædt med bagepapir. Sæt formen i ovnen ved 165 grader i cirka 40 minutter. Lad kagen afkøle og skær den derefter i små firkanter.

BÆR, PLANTER OG SVAMPE

Svampe

- Ristede rørhatte
- Svampesouffle

Til at finde og genkende bær, planter og svampe kan anbefales:

Små, lette håndbøger:

- Torbjørn Borgen: *Svampe i Grønland*.
- Jon Feilberg: *Naturguide Grønland*.
- Feilberg, Fredskild & Holt: *Grønlands blomster*.
- Benny Génsbøl: *Grønlands natur*.

Større mere videnskabelige værker:

- Böcher, Fredskild, Holmen & Jakobsen: *Grønlands Flora*.
- Foersom, Kapel & Svarre: *Grønlands flora i farver*.
-

Blåbær

Bær af Mosebølle, der har kantede grønne savtakkede blade. Bærrene er kraftigt røde inden i.

Blåbærmarmelade

- 2 l blåbær
- 6-8 dl sukker

Kom lidt vand og blandingen i bunden af en gryde og kog langsomt op. Skal koge ca. 1 time.

Enebær

Enebær er fremragende som krydderi til fisk og fugl. - Må vi anbefale "Ørred på enebærkviste"!

Enebærthe

- 5-6 knuste modne enebær
- 1 dl kogende vand
- 1 tsk honning

De knuste enebær overhældes med spilkogende vand. Trækker ca. 6 min. og sødes derefter med honning.

Sortebærgele

Sortebær er bær af Fjeldrevling.

1 kg sortebær koges i vand i ca. 10 min. Lad dem dryppe af igennem en saftpose og bland saften med 1 kg sukker. Lad det koge op igen og følg anvisningen på posen ved tilsætning af geleringsmiddel. Serveres som tilbehør til vildt og fugle.

Tyttebær

Dværgbusk med tykke læderagtige blade, der har mørke pletter på undersiden. Almindelig i frodige heder og moser. De modne bær har en syrlig smag.

Blåklkke

Blomsterne spises friske eller kommes i salat.

Blåklkkegelé

2 håndfulde blomster og 5 dl. vand koges. Deri kommes 2 skeer citronsaft, sukker og gelépulver.

Engkarse

Friske blade smager som havekarse.

Fjeldrevling

Almindeligste plante i de sydlige kystegnes heder. Vintergrøn bjergbusk med meget små blomster, der ses tidligt på foråret. Bærene er de yndede sortebær, der kan spises rå, bruges som kompot til vildt og fugleretter, samt benyttes i tærter og kager, eller rørt med sukker til is.

Fjeldsimmer

Er god som te eller i snaps. På latin: *Dryas*. De grønne blade ligner små kajaker.

Fjeldsyre

Er meget almindelig i krat, urtelier, heder og snelejer. De nyreformede kødfulde blade smager friskt og syrligt og er pga C-vitamin indholdet en udmærket "salat", der igennem lang tid har været anvendt af eskimoerne. Dværgsyre kan anvendes på lignende måde.

Gederams

De kødfulde blade kan koges eller spises rå ligesom blomsterne. Bedst er de helt unge skud med kun én bladdusk i spidsen. De kan koges og spises ganske som asparges. De lidt ældre befries for blade og anvendes ligesådan, mens de afrevne blade kan skæres eller hakkes i salater eller koges sammen med andet grønt og spises som spinat.

Gederams, marinerede stængler

200 g gederamsstængler
30 g smør
saften fra en citron
50 g mandelflager

Rens og skyl gederamsstænglerne godt og kog dem i letsaltet vand i 10 min. Tag stænglerne op og læg dem i et fad. Fordel smørret i klatter over de varme stængler, dryp citronsaften over, og drys til slut med hakkede mandler. Serveres som forret, evt. med ristet brød.

Islandsk MosMælk

1 l mælk
2 håndfulde tør islandsk mos
1-2 spsk honning

Den såkaldte islandske mos af brede tanglignende blade, siddende i puder på jorden. Mælk, mos og honning varmes under omrøring, lige før mælken koger tages gryden af og mosmælken hældes gennem en si. Smages til med sukker eller honning. I følge et gammelt islandsk sagn skulle mælken kurere forkølelse.

Kamille

Blomsten af kamille kan bruges som te.

Kantlyng

Hele den overjordiske del af planten kan bruges til te, mens blomsterne giver en meget fin snaps, der bør stå og trække ca. 1 luge.

Kokleare

Bladene er rig på C-vitamin og kan puttes i salat. Er lidt syrlig. Blev tidligere kaldt skørbugs-urt, og blev brugt mod... skørbug.

Kvan

Kvanen er almindeligt udbredt, især i Sydgrønland, den ses flere steder på vej ind til gletscheren i Narsarsuaq. Vokser i frodige, fugtige urtelier, og pilekrat langs kilder og bække. De unge stængler er en yndet spise og har en pikant smag. Kan spises rå.

Kvan- og rabarberkompot

200 g kvanstængler
800 g rabarber
200 g rosiner
1 stk hel kanel
Lidt sukker

Kvanstænglerne og rabarberne koges møre hver for sig. Lad rosinerne småkoge i 10 min. med lidt salt, hæld derefter væden fra. Bland det hele sammen, og lad det trækker med kanel og sukker. Hvis blanding synes for tyk kan spædes op med lidt af kogevandet fra rosinerne.

Kvansalat

Gulerødder og stængel af kvan skæres i skiver - cirka halvt af hver. Overhældes med olie-/eddikedressing og serveres til kødretter, - f.eks. grillet hvalbøf

Kvan, syltet

Stilkene af kvan skæres i stykker og koges i en sukkerlage bestående af vand og sukker. Efter afkøling tilsættes kold hvidvin og evt. friske sortebær og man har en herlig before-dinner drink.

Mosebølle

Meget almindelig i heder sammen med revling. Bærrene er de velsmagende blåbær.

Mælkebøtte

Blomsten kan bruges som tilsætning til te. Hæld 20-25 blomster hoveder i tepotten sammen med almindelig te (en ikke-parfumeret te).

Pileurt

Grønlands vel mest almindelige plante findes i næsten alle plantesamfund. Knopperne er en vigtig føde for rypeperne, mens jordstænglen med stor fornøjelse kan spises af mennesker.

Rosenrod

Rosenrodens jordstængel er tyk og skællet og indvendigt gul og vellugtende. Kan ligesom de tykke blade, der er dækket af voks, spises. F.eks. i salat.

Skotsk timian

Vokser især på tørre sydvendte klipper eller skrænter, i Sydgrønland dog også i urtelier og ved krat (bl.a. tæt ved Fjeldstationen i Narsarsuaq). Bladene er læderagtige og vintergrønne,. De har en krydret duft som ikke er til at gå fejl af. Kan anvendes som krydderi i f.eks fiske og vildtretter eller til kartofler i ovnen. Kan også benyttes som tilsætning til te.

Skotsk timian -the

1 tsk blade til en kop kogende vand. Trækker nogle min. og sødes evt. med honning. Medicinske egenskaber: denne drik skulle efter sigende være vældig god mod alkoholisme (dvs. at man drikker for meget!). Behandlingen gentages om nødvendigt.

Strandarve

Bladene er kødfulde og kan spises.

Troldurt

Pæleroden af lodden og uldhåret troldurt med rød-violette blomster kan spises (f.eks. snittet i salat).

Svampe

Der findes kun få giftige svampe i Grønland. Hvis du holder dig til rørhattene, de svampe, der på undersiden har rør og ikke lameller, skulle faren være minimal. De bedste rørhatte er birkerørhat, arktisk birkerørhat og grønlandsk birkerørhat. Den velmagende birkerørhat er en lys svamp med fast hvidlig kød, der skifter til grå-lilla ved gennemskæring. Arktisk birkerørhat er en hvidlig svamp. Grønlandsk birkerørhat er en mørkebrun svamp med fast hvidligt kød.

Kamfluesvampen er en særdeles god spisesvamp og kan ikke forveksles med giftige svampe i Grønland, men må IKKE spises rå. Der findes tre slags: Grønlandsk kamfluesvamp, gråhvid kamfluesvamp og olivengul kamfluesvamp. For alle tre arter gælder, at lamellerne er frie, tætte og gråhvide/hvidlige.

Ristede rørhatte

Et løg hakkes fint og ristes i fedtstof. Derefter tilsættes de findelte svampe og steges til de er gyldne. Tilsæt evt. en skvæt portvin eller rødvin. Tilsæt piskefløde og lad det koge ind til en jævn konsistens. Tilsæt salt og peber og server på frisk franskbrød.

Svampesoufflé (2 pers.)

500 g svampe
3 æg
2 spsk mel
1½ dl yoghurt
2 spsk rasp
salt & peber

Æggeblommer røres sammen med salt, peber og yoghurt. Æggehviderne piskes stive. Svampene rives på råkostjern blandes i æggeblommerne. Æggehviderne vendes i. Halvdelen af æggemassen hældes i en smurt ovnfast form med høje sider evt. drysset med rasp. De revne svampe lægges over, der drysses med salt og resten af æggemassen fyldes i. Der drysses atter med rasp. Bages ved 200 grader i ca. 45 min.

STÆRKE DRIKKE

Enebærsnaps

- 1 dl modne enebær, tørrede eller friske
- 2 dl Brøndum snaps

De rene bær overhældes med snapsen, står i ca. 1 uge og filtreres gennem et kaffefilter og fortyndes efter smag. Fra gammel tid har man brugt enebær som smagsstof i gin.

Hannibals Bitter

Den navnkundige Hannibal Fencher, - Konge af Saqqaq - har sammensat følgende livgivende recept, også kaldet Hannibals Bitter: Bland blade og blomster af rhododendron (arktisk alperose) sammen med grønlandsk post (på latin: *ledum*) eller mose post. Hæld blandingen af de to urter på en halv flaske Brøndum. Træk minimum et par dage. Det giver en kraftig aromatisk bitter, som er styrkende i koldt og vådt vejr. Kan man ikke finde post er fjeldsimmer (de grønne blade ligner små kajaker) også anvendelig.

Imiak

- 4 kg malet malt
- 100 g humle
- 1½ kg puddersukker
- 40 l kogende vand
- 3 spsk gær

Malt fugtes med lidt vand. Sukker og humle kommes nederst i "apparatet", derover fugtet malt. Det kogende vand hældes på. Når det er afkølet så meget, at det er knapt lunken, kommes gæren på.

Kvansnaps

Man brygger af blade af 2 årige udvoksede - dvs. over en meter høje - planter. En håndfuld blade til én flaske snaps. Trækkes 5-10 dage. Efter 5 dages forløb er snapsen klar til prøvesmagning.

Revlingsnaps

Fjeld-revling er almindelig i kystområderne fra syd til Thule.

Ca. 2 dl bær sættes til en flaske vodka eller ren snaps. Trækkes 1 måned eller mere - op til 3 måneder. Efter filtrering kan den tåle at lagres.

Timiankrydret vin

6-8 kviste timian kommes i en flaske hvidvin og trækker 3-4 dage. Hvorefter den drikkes til fiskeret.

Timiansnaps

8-10 kviste timian trækker i 3 døgn i en halv flaske Brøndum snaps. Filtreres, fortyndes og drikkes, - hvis den da ikke lagres i længere tid.

Grønlandsk kaffe

Eller blandt turledere kaldet gudernes drik består af et skvæt kalua og en squis whisky. Heri hældes en smule kaffe og til slut flamberet gran manier. Kom en klat flødeskum over. Kunsten er at hælde den antændte gran manier fra så stor højde som muligt.

STIKORD Sidetallene passer ikke!!!

Alk

- suppe 32
- honningstegt bryst 32
- røget alkebryst 33

Ammasatter

- marinerede 24
- stegte 24

Blåbær 50

- marmelade 50

Blåkløkke 51

- gelé 52

Blåmuslinger 10

Boller 43

Brownies 48

Brød

- á la Trangia 23
- og boller 23
- italiensk 23

Bær

- blåbær 50
- enebær 51
- tyttebær 51

Chili con carne 42

Crumble 46

Creolertorsk 20

Edderfugl 33

Enebær 51

- the 51

- snaps 58

Engkarse 52

Fisk

- båndampet 15

- citronmarineret 15

- creolertorsk 20

- dampet 16

- frikadeller 16

- frække torskefileter 21

- gravet 22

- i fad med rejer 20

- i hvidvinssauce 19

- ovnstegt 22

- rognsalat 23

- rødtungefilet med kiwi og appelsinsauce 21

- røget 23

- salat 17

- suppe 17

- terrine 19

- thai fiskesuppe 18

- tunmousse 23

- tunsalat 24

- tørret 24

Fjeldrevling 52

Fjeldsimmer 52

Fjeldsyre 52

Gederams 52

- marinerede stængler 53

Gravet fisk 22

Grønlandsk kaffe 59

Hannibals Bitter 58

Havkat

- dampet 24

- i skiver 25

Hellefisk 25
- gravet 25
- med rejer 25
- kæbekød 26
Hval
- bøf 30
- bøf med ost 30
- mattak, rå 31
- mattaksuppe 31
- ragout 30
- rullesteg 31
- røget 31
Hvalros
- ragout 30
Hvidkål og ostesalat 39
Imiak 58
Is
- blåbær/sortebær 45
Janssons fristelser 39
Kamille 53
Kantlyng 53
Kokleare 54
Krabbesalat 9
Kvan 54
- kompot 54
- salat 54
- snaps 59
- syltet 54
Lagkage 46
Laks
- saltbagt 26
- røget med pasta 27
Lam
- koteletter 34
- i karry 34
- kølle 35
- rødvinsmarineret bov 36
- suppe fra Sydgrønland 36
Madpandekager 44
Mattak
-rå 31
- suppe 31
Mosebølle 55
Moskugryde 37
Mos-mælk 53
Muslinger
- blåmuslinger 10
- i tomatflødesauce 10
- kammuslinggryde 10
- ostegratinerede 10
Mælkebøtte 55
Omelet 40
Ovnstegt fisk 22
Paella 11
Pandekager
- dessert 46
- mad 44
Pasta -ovnret 40
Pileurt 55
- mousse 17
Pizza 41
Raspkage 47
Rejer
- kogte 12

- rejesauce I 12
- rejesauce II 13
 - stegte 13
- thai 13
- Rensdyr
 - bøj 37
 - kølle 38
 - kølle med rødvinssauce 38
 - ragout 38
- Revlingsnaps 59
- Rognsalat 23
- Rosenrod 55
- Rype 33
- Rødfisk
 - friturestegt 27
 - kogt med karrysauce 13
 - i kokos 13
- Rødtungefillet med kiwi og appelsinsauce 21
- Rødkålsalat 42
- Røget fisk 23
- Rørhatte
 - ristede 56
 - svampesoufflé 57
- Salat
 - fiske 17
 - hvidkål og ostesalat 39
 - krabbe 9
 - rogn 23
 - rødkålssalat 42
 - tun 24
- Skotsk timian 55
- Snaps
 - enebær 58
 - kvan 59
 - revling 59
 - timian 59
- Sortebærgele '51
- Strandarve 56
- Svampe 56
 - souffle 57
- Sæl
 - bøj/tournedos 28
 - hjerter 28
 - lever, rå 28
 - lever, stegt 28
 - suaasat 29
- Søkongebryst 33
- Sønderjysk chokoladecake 48
- Timian 55
 - krydret vin 59
 - snaps 59
 - the 55
- The
 - enebær 51
 - fjeldsimmer 52
 - islandsk mosmælk 53
 - kamille 53
 - skotsk timian 55
- Torsk
 - creoler 20
 - frække torskefileter 21
- Troldurt 56
- Tun
 - mousse 23

- salat 24
- Tyttebær 51
- Tærte 47
- Tørret fisk 24
- Ørred
- med mandler 26
- på enebærkviste 26