

Fresh byggrynssalat med kikerter og urter



Det er søndag og sol og lukten av engangsgriller henger tungt over Oslo. Selv er jeg glad i grillmat, men aller best liker jeg tilbehøret. Denne salaten er utrolig frisk og lett, samtidig gjør byggrynet at den metter godt. Anbefales!

Du trenger:

ca 2,5 dl ferdig bløtlagt byggryn, tilberedt etter anvisning på pakken (kan erstattes med bulgur/couscous)

1 rød paprika, i små terninger

1 agurk, skrelt og frø fjernet, i små terninger

1 avocado i terninger

1 boks kikerter, avrent lake og skylt

0,25 rødløk, finhakket

1 håndfull dill, finhakket

1 håndfull persille, finhakket

saft av ca 1 sitron

0,5 dl olivenolje

1 stort fedd hvitløk, finhakket

1 ts malt cummin

1 ts sukker

nykvernet pepper

ca 0,5 ts salt, smak deg frem

Slik gjør du:

Bland sitron, hvitløk, olje, salt, sukker, cummin og olje i en liten skål og sett til side.

Vend resten av ingrediensene i en større bolle og hell over dressingen. Bland godt og sett kjølig til servering.

Kos deg.



**Mammas hjemmelagde
rundstykker (trinn for trinn)**



Da jeg var liten, i riktig gamle dager, bodde jeg i et stort hvitt hus, i en stor hage med epletrær. Hagen var innrammet av syrinbusker som skjulte oss for verden omkring. Foreldrene mine hadde ikke så mye penger, men det veide de opp for med kjærlighet, tid og tilstedeværelse. Det store huset i den vakre hagen var gammelt, trekkfullt og iskaldt om vinteren (det gjaldt å kle på seg ved den store vedovnen i spisestuen). Men ingen hadde så høyt og vakkert juletre som oss (det måtte dobbelsikres til en skrue i taket) og takhøyden var høy på alle andre måter også, i det store hvite huset.

Dette visste barna i nabolaget. De visste også at mammaen min tilfeldigvis bakte de beste rundstykkene i hele Bærum. Derfor lagde hun alltid store porsjoner, slik at mange barnehender kunne løpe lykkelig ut i hagen med nybakt gjærbakst med smør og ost eller nyrørt bringebærsyltetøy.

I dag skal jeg dele oppskriften med deg. Trikset er akkurat passe mel, masse smeltet meierismør i langpanne og mellom

emnene (før steking) og at de legges tett slik at de "hjelper" hverandre opp når de stekes.

Rundstykkene er ikke nødvendigvis så pene, men TRO MEG. Dette veies opp i smak og konsistens. Gled deg!

Du trenger:

(ca 52 rundstykker)

1 liter skummet melk

2 pk fersk gjær (100 gram)

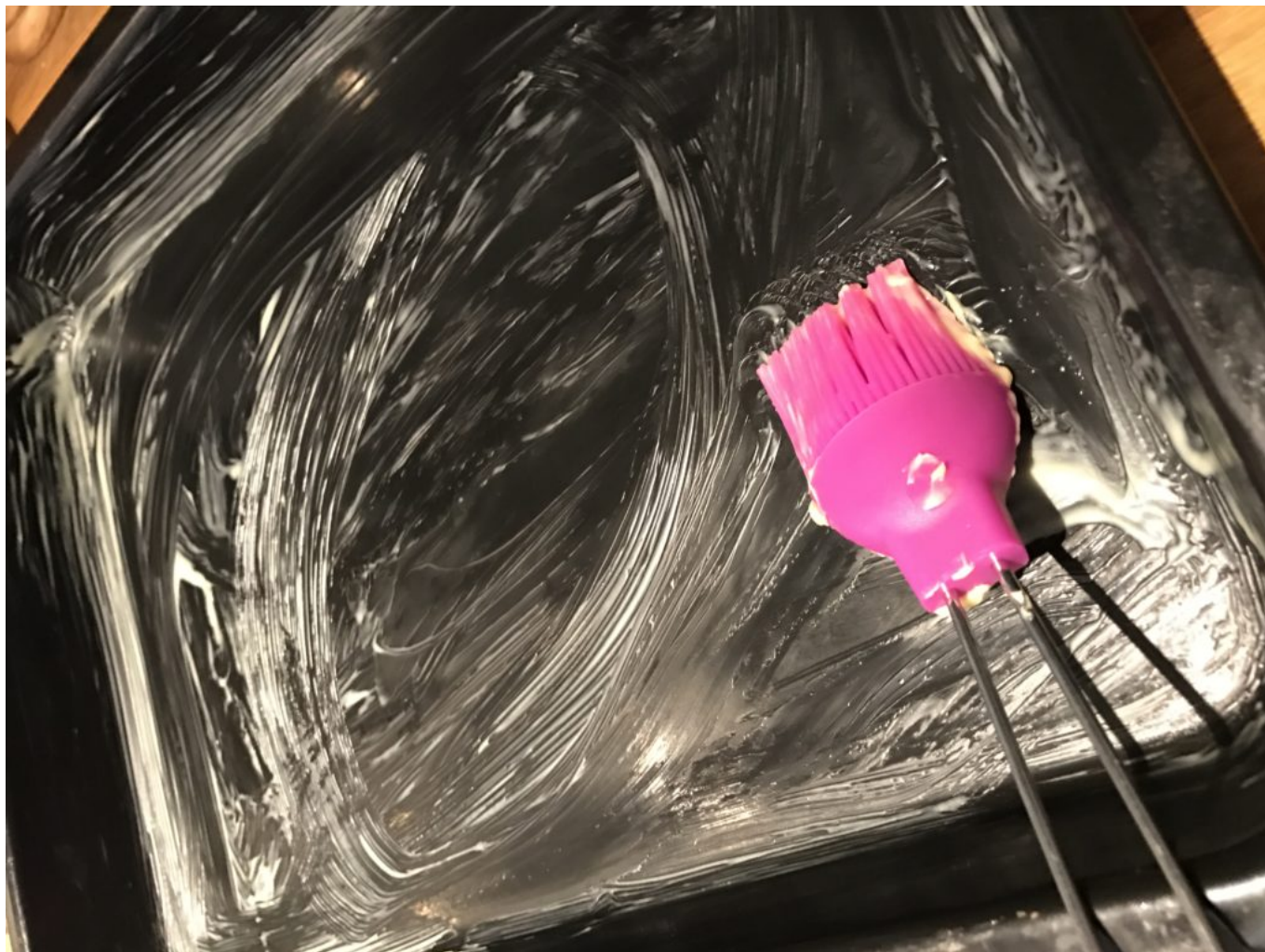
1,5 ts salt

1550 g siktet hvetemel

60 g meierismør (+ekstra til smøring av langpanner)

Slik gjør du:

Finne frem to rene langpanner/stekebrett (samme størrelse som ovnen din), og smør dem med et RAUST lag smeltet meierismør. Smøret gir god smak til rundstykkene, så don't be shy. ☐



Smuldre gjæren i en eltebolle og tilsett saltet

Ha smøret i en gryte og smelt på lav varme. Når smøret er smeltet har du i melken og varmer opp til den er lunken, men ikke varm.

Hell melkeblanding over gjæren og rør litt til gjæren nesten er løst opp. Tilsett ca halvparten av melet og elt på lav hastighet. Fortsett å tilsette mel til deigen "slipper" sidene av bollen, men du trenger altså omtrent 1,5 kg mel. Elt deigen tilsammen i ca 10 minutter (med maskin, minimum 15 min for hånd). Sett deigen til heving under plast i ca 40 minutter eller til dobbel størrelse. Det er en del gjær i denne oppskriften, så det pleier å gå radig.





Når deigen er ferdig hevet, har du den på benken og knar den lett. Del i to like store leiver.



Rull hver leiv til en pølse og del i 24 emner, ca like store.
Rull emnene til boller og legg i den smurte langpannen, 4 i bredden og 6 i lengden.



Smør godt med smeltet meierismør mellom alle bollene slik at de er enkle å få fra hverandre når de er ferdig stekt. Gjenta dette med begge leivene og langpannene. La etterheve under plast i ca 40 minutter.



I mellomtiden varmer du ovnen til 250 grader (vanlig over- og undervarme), eller så høyt ovnen din går (noen går ikke så høyt som 250, men altså maks 250). Stek ett brett om gangen, midt i ovnen i ca 10-12 minutter. (Litt avhengig av din ovn). Rundstykkene er ferdige når de er gylne og har en hul lyd når du banker på dem.



Avkjøl på rist. KOS DEG.

ps. Rundstykkene er supre å fryse.



Luftige hamburgerbrød



I kveld får du oppskriften på enkle, luftige hamburgerbrød som selvfølgelig også er like gode med pålegg. Hiv de du ikke spiser i fryseren. ☐

Du trenger:

(ca 15 stk)

25 g fersk gjær (evt 0,5 pose tørrgjær)

3,5 dl lun kent vann

500 g siktet hvetemel

2 ss olivenolje

1 ts salt

evt pisket egg/melk til pensling

evt sesamfrø til topping

Slik gjør du:

Løs gjæren opp i vannet i en eltebolle. Tilsett så mel, salt og olje og elt deigen i ca 10 minutter. Sett til heving under plast til dobbel størrelse (40-60 minutter). Deigen skal være ganske fuktig.

Del deigen i ganske små emner (15 stk), med mindre du ønsker veldig store hamburgerbrød, og form til runde boller. Legg dem på et stekebrett kledd med bakepapir og trykk dem litt flate.

Sett ovnen på 225 grader

Etterhev under plast i ca 30 min eller til dobbel størrelse før du evt pensler dem og strør over frø.

Stek midt i ovnen i ca 12 minutter eller til de er gylne og har en hul lyd når du banker på dem. Avkjøl på rist.

Kos deg.



Pizzafoccacia



Pizzafoccacia? Det er selvfølgelig det fantastiske resultatet du får når du blander pizza med foccacia. For hvem kan vel stå i mot et luftig foccaciabrød toppet med ditt favoritt pizzatilbehør? Ikke jeg hvertfall! Og sikkert ikke du heller. Bare prøv. ☐



Du trenger:

(nok til en liten langpanne)

Til brødet:

4 dl vann, bruk lunkent vann (37 grader)

1 pose tørrgjær

1-2 ss olje

1 ts salt

1 ts sukker

8 dl hvetemel

ca 1 dl solsikkeolje til smøring av langpanne

Topping:

ca 0,5 pakke pepperoni

ca 1 dl tomatsaus

0,25 rødløk i skiver

3 dl revet ost

1 dl basilikumolje (se oppskrift under)

havsalt til å strø over brødet, jeg bruker Maldon salt

Hvitløk – og basilikumolje:

ca 10 blader basilikum

1 stort fedd hvitløk

ca 1 dl solsikkeolje



Slik gjør du:

Ha alt det tørre i en bolle før du tilsetter vannet og rører raskt rundt med en sleiv. Det er IKKE nødvendig å elte. Når deigen er rørt sammen, setter du den til heving under en plastpose. Jeg pleier å si at deigen skal heve til dobbel størrelse, men hvor lang tid dette tar avhenger av hvor mye gjær du har brukt, samt temperaturen på vannet. Ca 30-40 minutter. Det neste steget nå er å smøre langpannen du skal bruke. Jeg pleier å dynke den med olje, men det hender fortsatt at brødet setter seg litt fast. I såfall tar jeg bare en stekespade og hjelper det løs. Når pannen er smurt, heller du bare den ferdig hevede deigen rett i formen og klapper den utover med hendene dine. (Kan være smart å ha litt olje på hendene først;).

Mens deigen etterhever, lager du basilikumoljen. Ha hvitløk, olje og basilikumblader i en stavmikserbolle og kjør til en glatt olje med stavmikser.

Sett ovnen på 230 grader.

Når deigen er ferdig etterhevet, fordeler du peperoni, ost, tomatsaus og løk over deigen. Dytt alt forsiktig litt ned i deigen slik at deigen får noen groper. Avslutt med å ringle over basilikumolje og strø over litt havsalt.

Stek hele herligheten midt i ovnen i ca 25-30 minutter. Brødet er ferdig når det er gyllent og har en hul lyd når du banker på det.

Avkjøl på rist og KOS DEG.



**Urtebaguetter med
Philadelphiaost og choritzo**



I dag er det en uke til 17.mai og jeg gleder meg som en unge. Planen for denne høytidsjunkien er klar. Jeg skal spise ubegrenset med is, jeg skal gråte til nasjonalsangen, jeg skal se strengt på dem som lar flagget subbe i bakken og jeg skal glede meg over koldtbord og deilige kaker. Det er få ting jeg MÅ ha på koldtbordet, men røkelaks, spekemat og ost er et must. Og godt brød, selvsagt! Med smør. Har du gjærbaksten i orden går resten av seg selv, spør du denne frua. Dagens oppskrift er et bidrag til årets feiring og ligger nå trygt bevart i fryseren. Noe å tenke på de kommende dagene?

I såfall trenger du:

(10 tynne baguetter)

Til deigen:

2,75 dl lunkent vann

0,5 pakke gjær (tørr eller fersk)

450 g siktet hvetemel

2-3 ss olivenolje

0,5 ts salt

Fyll:

2 ss hakkede, blandede urter (jeg hadde rosmarin, oregano, basilikum og timian)

100 g Philadelphiaost, naturell

2 ss finhakket soltørket tomat i olje

1 stort fedd hvitløk, finhakket

ca 60 g skivet choritzo i små biter

ca 5 ss revet parmesan

havsalt (til å strø over til slutt)

Ha alle ingrediensene til deigen i en bolle og elt i ca ti minutter til du har en smidig og glatt deig. La heve under plast i ca 30-40 minutter. Rør i mellomtiden sammen philadelphia, hvitløk, urter og soltørket tomat. Ha litt mel på kjøkkenbenken og velt deigen ut. Kna lett sammen og tilsett evt litt mer mel hvis deigen er veldig klissete. Tenk på at den skal kunne kjevles, men vit også at for mye mel gir tørr bakst. Kjevle deigen til et rektangel og smør utover fyllet i et jevnt lag. Fordel choritzo og parmesan over leiven. Løft så deigen fra den ene langsiden og brett over til motsatt side. (Dette ble litt klissete med min deig fordi den satt seg litt fast i benken grunnet min redsel for for mye mel. Hvis dette skjer deg, så bare klapp deigen sammen oppå den andre halvdelen, det blir så bra til slutt likevel. Skjær ti stimler langs kortsiden og snurr dem til avlange, tynne baguetter. Legg dem to stekebrett (fem på hver) dekket med bakepapir og la etterheve under plast i 30 minutter. Sett ovnen på 225 grader, over og undervarme. Etter 30 minutter pensler du baguettene med vann og strør over havsalt. Stek brettene midt i ovnen hver sin gang i 15 minutter. Avkjøl på rist.



**Grove gulrotmuffins med røkt
skinke og cheddarost**



I mitt evigvarende forsøk på å forenkle min ellers så travle hverdag, er enkle og gode løsninger på matpakken alltid kjærkomment. Disse saftige og mettende muffinsene er perfekte som tilbehør til det meste eller gode som en lettvinnt lunsj.

Lunsjmuffins:

(12 stk)

3 egg

2 dl skummet kulturmilk

0,5 dl rapsolje

1,5 dl siktet hvetemel

1,5 dl sammalt hvetemel, fin

3 ts bakepulver

0,5 ts salt

90 g finrevet cheddarost (eller annen ost du foretrekker)

1 dl strimlet røkt skinke

ca 200 g finrevet gulrot

1 ss finhakket frisk timian (kan sløyfes)

1 ss finhakket frisk persille (kan sløyfes)

Sett ovnen på 200 grader.

Gjør klar ingrediensene. I én bolle blander du mel, bakepulver og salt. I en annen pisker du lett sammen egg, olje og kulturmilk. Hell så melblandingen i de våte ingrediensene, og rør til alt så vidt er blandet. Vend til slutt inn skinke, ost, gulrot og urter.

Sett papirformer i et muffinsbrett og fyll hver form ca 3/4

fulle, jeg fylte mine litt fullere enn det.

Stek midt i ovnen i 20-25 minutter. Muffinsen er ferdig når en trepinne (type tannpirker) kommer ut tørr hvis du stikker den i muffinsen. Avkjøl på rist.



**Grovt foccaciabrød med
karamellisert rødløk, oliven
og chevre**



En av dere fantastiske lesere ønsket seg oppskrift på grov foccacia. Og selvfølgelig må Bollefrua kunne by på det! Jeg hadde faktisk litt smått med mel (*What? Hvordan kan en deighvisker tillate seg slikt?*) , så jeg bakte er lite brød i dag. Men hvis du skal bake til flere, dobler du jo bare oppskriften.

Et lite brød med mye smak:

Deigen:

1,5 dl siktet speltmel (bruk hvete hvis du har)

1,5 dl grov sammalt speltmel (erstatt evt med grov hvete)

1,5 dl lunkent vann

1 ts olivenolje

0,25 ts salt

0,5 pk gjær

Topping:

0,5 rødløk, i tynne skiver

1 ts sukker

7 kalamataoliven uten sten, delt i to

ca 5 skiver rund chevre, delt i fire

litt maldonsalt

olivenolje

Ha vann og gjær i en bolle og rør litt så gjæren løser seg opp. Tilsett mel, salt og olje og rør raskt sammen så alt blir blandet til en klissete deig. Dekk bollen med plast og la stå ca en time. I mellomtiden har du løk og 1 ss olje i en stekepanne. Stek på middels varme til løken får litt farge. Skru ned varmen og surr på lav varme i ca 20-30 minutter. Etter ca 10 minutter av steketiden, strør du over sukkeret og rører rundt. Når løken er ferdig setter du pannen til side til avkjøling.

Etter at brødet er ferdig hevet, setter du ovnen på 200 grader. Pensle godt med olje på et stekebrett og bruk en

slikkepott til å få all deigen ut av bollen og over på brettet. Ta litt olje på fingrene og dra deigen utover til en tynn, rund leiv. La stå å etterheve i ca 20-30 minutter. Ringle så over litt god olivenolje og bruk fingrene til å dytte rødløken, oliven og chevre ned i deigen. Strø over et tynt lag med maldonsalt. Stek midt i ovnen i ca 15 minutter eller til brødet er gyldent og har en hul lyd når du banker på det. Avkjøl på rist. Kos deg med lunt, smakfullt og ganske sunt foccaciabrød.

Tips! Bruk hva slags topping du vil til dette brødet.



Halvgrovt pestobrød



Det er søndag. Er det virkelig søndag igjen? Hvor blir alle dagene av? Hva gjør jeg med dem? Forsvinner de i rutiner og pliktløp eller får jeg tid til å leve litt også? Hvor mye skal til for at man kjenner at man lever? En klem? En uventet hyggelig samtale? En kopp kaffe? Et plutselig drag av sjøluft mens man haster gjennom byen? Synet av sollyset som treffer havet? Et blikk? Lykken over å legge seg i egen seng etter å ha vært borte noen dager? Eller rett og slett nybakt brød med Rørossmør? Og ikke minst: Skal dette innlegget virkelig bare

bestå av retoriske spørsmål...?



Apropo hyggelige ting i en hektisk hverdag: For ikke så lenge siden fikk jeg tilsendt en goodiebag fra [Matbazaren](#). Blandt mye godt lå det et glass med økologisk pesto. Jeg liker vanligvis ikke pesto som ikke er hjemmelaget, men makan! Det er tydeligvis forskjell på slikt! Pestoen fikk være et viktig innslag i dette deilige brødet som smaker nydelig med bare smør, men egner seg også eksepsjonelt godt til søndagsfrokosten eller som sandwich. Melet jeg brukte var av typen økologisk spelt fra Holli mølle og dermed fikk brødet en litt mørkere farge som dessverre gjør at det vakre mønsteret i brødet forsvinner litt. Men smaken var desto mer himmelsk! Ha en god uke! Kjenn at du lever.. ☐

Ekstra godt grovbrød:

(Et lite brød)

Til deigen:

3 dl lunkent vann

2,25 ts tørrgjær

1 ts sukker

3,75 dl siktet hvetemel eller spelt

2,5 dl sammalt fin hvete eller spelt

1 ts salt

3 rause ss revet parmesan

Fyll:

6-7 ss god pesto på glass eller hjemmelaget (Jeg brukte Pesto Genovese Bio fra Matbazaren)

Smør en liten brødform (min er 25x12cm) med smeltet smør og sett til side.

Ha vann, gjær, sukker og salt i en eltebolle sammen med det grove melet. Bland inn parmesan. Tilsett det fine melet mens maskinen elter på lav hastighet. Det er viktig at deigen ikke blir tørr, så følg med når den begynner å "slippe bollen". Likeledes kan ikke deigen være for fuktig/klissete fordi den skal kjevles. Virker den for våt tilsetter du en ss mel jevnlig til den samler seg. Etter ca 10 minutter elting, lar du deigen hvile under plast i ca en time.

Ha deigen på en lett melet kjøkkenbenk og elt den raskt sammen. Ha litt mer mel på underlaget (avhengig av hvor klissete deigen din er) og kjevle ut til et avlangt rektangel. La den korte siden være så lang som brødformen du skal bruke. Smør et raust lag med pesto utover deigen og rull den forsiktig opp fra kortsiden til en tett rull. Bruk en skarp kniv til å dele den i to på midten på langs. Tvinn delene sammen som om du tvinnet to tråder.



Legg brødet i formen og la hvile under plast i ca 30 minutter. I mellomtiden forvarmer du ovnen til 175 grader. Når brødet er ferdig hevet, steker du det midt i ovnen i 40 grader. Lirk brødet ut av formen og avkjøl på rist. Spis.



Dette innlegget er skrevet som et ledd i et samarbeid med Matbazaren.

A lefsebakekurs to remember



Foto: <http://www.brodogkorn.no/> Esten Borgos



Foto: <http://www.brodogkorn.no/> Esten Borgos

For ikke så lenge siden fikk jeg en epost fra [Opplysningskontoret for brød og korn](http://www.opplysningskontoretforbrødogkorn.no/) som lød omtrent slik: Kjære Astrid, vi vil gjerne ha deg med på to dagers lefsebakekurs med selveste Bodil Nordjore! Og for en enkel sjel, fra enkle offentlige kår, lød det som musikk i mine ører. Turen gikk til Lillehammer, nærmere bestemt Ilsetra på toppen av Hafjell. Et vakkert og hyggelig hotell blant annet drevet av skjønne og omtenkssomme Tove Djuve. Der ble jeg innlosjert i EGEN leilighet (oh, sweet Lord!) med andre hyggelige matbloggere som nærmeste naboer. Første del av kurset lærte vi å bake tre ulike typer flatbrød. Et grovt, et fint og et halvgrovt med kokt potet i deigen og havsalt og sesamfrø som topping. Enkle og smakfulle oppskrifter som du finner på [Brød og korn](http://www.brodogkorn.no/) sine nettsider.



Foto: <http://www.brodogkorn.no/> Esten Borgos

Etter helhjertet kjevling og steking på takke under kyndig veiledning av Bodil, smakte det fortreffelig med en nydelig trerettens middag tilberedt av Ilsetras begavede kokk. Til forrett: utsøkt hjemmerøkt ørret med syltet fennikel og salat. Hovedretten besto av den møreste reinsdyrfilet servert med ovnsbakte rotgrønnsaker, "bygg-otto" med tyttebær og en saus jeg kunne spist helt for seg selv. ☐ Til dessert fikk vi intet mindre enn bløtkake med multer, det var ingen som gikk sultne til sengs den kvelden.



Foto: <http://www.brodogkorn.no/> Esten Borgos

Etter en lang og hyggelig frokost skulle vi lære å bake lefser. Først ut var kling, min personlige favoritt. Etter å ha følt meg litt ovenpå dagen før fordi jeg har bakt endel flatbrød tidligere, måtte jeg tåle å streve litt mer med lefsene. Men skal si det var verdt det! Fløyelsmyk lefse med smør og sukker er noe av det beste som finns!



Sultne deltagere som gleder seg til kling! Foto: <http://www.brodogkorn.no/> Esten Borgos

Vi bakte også "mørlefse", en grovere og tjukkere variant som egner seg godt til pålegg. Sist ut var klassiske potetlefser og da det var mange som gledet seg til sylte og sennep nå som det nærmer seg jul. Etter en bedre lunsj satt vi oss på toget hjemover. Selv følte jeg meg takknemlig og inspirert. Det er noe helt spesielt å få lytte og lære av Bodil Nordjore. Hun besitter så mye kunnskap om norske mattradisjoner, hun er en formidabel lærer, hun er en bakeguru og verdens triveligste og raueste turbobudeie!



Foto: <http://www.brodogkorn.no/> Esten Borgos



Foto: <http://www.brodogkorn.no/> Esten Borgos

Tusen takk til Torunn Nordbø og Siv Iren Moe fra Opplysningskontoret for brød og korn som inkluderte meg i denne unike opplevelsen. Slikt kan en skarve Bollefrue leve lenge på.



Foto: <http://www.brodogkorn.no/> Esten Borgos

Disse var med! Sjekk gjerne ut de fine bloggene til de andre deltagerne:

Vigdis: <http://smedstua.com/>

Tove: <http://www.idefull.no/>

Hanne: <https://bortebortehjemme.wordpress.com/>

Cecilie: <http://www.bordforto.no/>

Bjørn Vidar: www.kake-huset.no

Maria: <http://marias-saltogsott.blogspot.no/>

Siv Iren: <http://www.brodogkorn.no/>

Torunn: <http://www.brodogkorn.no/>

Bodil Nordjore

**Enkelt hvitløksbrød – sabla
godt!**



Jeg liker god mat. (Surprise..) En bedre middag, saftig sjokoladekake, lune hveteboller, sushi.. Men jammen er jeg også en enkel sjel! Gi meg brød og skikkelig smør, så er jeg så fornøyd som man kan bli. I dag byr jeg på en latterlig enkel oppskrift på noe så banalt som nettopp brød med smør. Men fy flate så godt!

Hvitløksbrød i en fei:

(Nok til 2 personer)

1 baguett, delt på langs

3 fedd hvitløk, skrelt og finhakket/knust

ca 3 ss revet parmesan

ca 4 ss meierismør (eller mer), avhengig av hvor glad du er i smør

1 ss tørket persille (krydderglass)

Sett ovnen på 200 grader.

Skjær baguetten på langs og smør et raust lag med smør. Strø over hvitløk, persille og til slutt parmesan. Stek i ovnen i

8-10 minutter eller til baguetten er gylden i kantene og smør ost og hvitløk har smeltet og spredd sin deilige smak ned i brødet. Avkjøl på rist i noen minutter, del i mindre biter og server. KOS DEG.



Sykt gode søtpotetfries!



Vet du hva? I dag feirer jeg et aldri så lite jubileum. Dette innlegget er nemlig nr 400! ☐



I anledningen byr jeg hverken på bolle eller kake, snarere noe litt sunnere. Min nye dille er nemlig søtpotetfries! Den perfekte kombinasjonen av søtt og salt med nydelig smak av rosmarin og røkt paprika. Fin som tilbehør til både kjøtt og fisk, men selv liker jeg det nesten best for seg selv. Et dryss havsalt, litt ketchup og vips så har du en ypperlig hverdagssnacks! Sabla enkelt er det også. ☐

This is what you need:

(En porsjon)

1 stor søtpotet

3 ss solsikkeolje

1 ss finhakket fersk rosmarin

0,5 ts røkt paprikapulver (finnes i velassorterte butikker)

1 ts havsalt

1. Sett ovnen på 190 grader.
2. Skrell søtpoteten og skjær den til litt tykke fries. Prøv å få alle ca like store.
3. Ha over i en skål eller bolle og tilsett øvrige ingredienser. Bland godt.
4. Finn frem et stekebrett og dekk med bakepapir. Spre friesene utover slik at de ikke overlapper hverandre og at det dermed er litt mellomrom mellom dem.
5. Stek i ovnen i ca 15 minutter. Snu så hver enkelt fries helt rundt så den siden som lå ned mot brettet nå kommer opp.
6. Stek videre i ca 15 minutter til. Du ser (og smaker) når de er ferdige. Deilige, gylne, litt sprø og litt myke.

KOS DEG.



Foccacia med grønne oliven og parmesan



Det er høstferie hos Bollefrua. Vekk med matbokser og vekkeklokke, ikke mer mas takk! Finn frem bok og stearinlys, sett en brøddeig, ligg på sofaen, spill et spill med terninger, la regnet renne, glem regninger, glem avtaler og alt som kommer, ikke tenk på at det ikke er sommer eller at du skulle vært i syden, skru av mobilen, skru ned lyden, sov litt lenger, bestikk barna med iPad og saltstenger, dropp

husarbeid, ring en venn, lat som om hverdagen aldri kommer igjen og igjen.



Og ikke minst: spis godt brød! Med smør. Aller helst nystekt foccaciabrød med sprø, salt og oljete skorpe. Da er det ikke så nøye med alt det andre.

Foccaciakos:

(Et mellomstort brød)

25 g fersk gjær eller 0,5 pose tørrgjær

3 dl vann

3 ss olje fra olivene

0,5 ts salt

3 dl durumhvete

3 dl siktet hvetemel

Topping:

oliven fra en boks Queenoliven fra Ridderheim (1-2 dl grønne

oliven)
urteoljen fra olivenboksen
revet parmesan
havsalt

Finn frem en bakebolle. Ha i gjær og vann og vent til gjæren løses litt opp. Ha i olje, salt og durumhvete (bruk vanlig hvete om du ikke har) og rør kraftig. Tilsett hvetemel og bland alt til en klissete deig som du dekker med plast. La heve ca 30 minutter. Finn frem et stekebrett med bakepapir. Tipp deigen på brettet og bre deigen til en rund leiv. Fordel oliven utover deigen og trykk de ned. La etterheve i 20-30 minutter, i mellomtiden setter du ovnen på 250 grader. Når brødet er ferdig hevet dytter du olivene litt ned igjen. Ringle oljen fra olivene utover deigen og lag små groper med fingrene dine over hele brødet slik at oljen rennet ned i deigen. Strø over et tynt lag med revet parmesan og avslutt med et lite dryss havsalt. Stek brødet midt i ovnen i ca 15 minutter eller til det er gyldent og har en hul lyd når du banker på det. Avkjøl på rist. Kos deg.



**Smakfull høstsalat med
poteter, rødbeter og
kantarell**



*“Vil du møte meg i kveld,
lille frøken kantarell?
Søndagsfin og gyldengul,
titt nå fram i fra ditt skjul.
Lille frøken kantarell,
vil du møte meg i kveld?”*

Høstsalat:

(nok til ca 4-6 pers)

150-200 g grønne bønner, rensset

8 mandelpoteter

ca en liter kantareller, rensset

ca 25 g smør

*0,5 dl gresskarkjerner eller pinjekjerner, ristet i en tørr
panne*

4 kokte rødbeter, i båter

ca 200 g fetaost

ca 150 g blandet salat

Dressing:

0,5 dl olivenolje

1 ss hvit balsamicoeddik

skallet av 0,5 sitron, evt litt sitronsaft

salt og pepper



Kok potetene møre. De siste to minuttene av koketiden har du i bønnene og lar de koke med. Hell av vannet og la de avkjøle

litt. Skjær potetene i mindre biter. Legg kantarellene i en varm, men tørr stekepanne. Stek til væsken i soppen begynner å fordunste. Ha i smør og krydre med salt og pepper og stek til kantarellene er gyldne.

Lag dressingen ved å blande olje, edikk og sitronskall. Smak til med havsalt (ca 1 ts) og nykvernet pepper. Ha evt i litt sitronsaft hvis du ønsker en enda syrligere dressing (smak!).

Legg til slutt rødbeter, salat, poteter, bønner og kantareller på et serveringsfat. Smuldre over fetaost og strø over kjerner. Ringle til slutt over dressing og SPIS.



*“Vil du møte meg i kveld,
lille frøken kantarell?
Og i skinn fra månens glans,*

*skal vi ta vår første dans.
Lille frøken kantarell,
vil du møte meg i kveld?"*

Pull apart pestobrød



God søndag!? Min har vært god. En langsom øydeg med gutta mine, kaffe, skogstur, fiskesprett, bok og BRØD. Hvilken lykke å ta et nystekt pestobrød ut av ovnen: Vente-vente-vente til det ikke er altfor varmt, rive av en bit, smøre på pittelitt (tja) mykt meierismør... Noen dager tenker jeg at jeg kan leve kun på godt brød med smør! Og kaffe.
Ha en forrykende flott uke!



Pesto pull apart, så klart:

6,75 dl siktet spelt eller hvetemel

85 g usaltet smør, mykt og i terninger

0,5 pk gjær

2 egg

1 ts salt

2 ts sukker

0,75 dl melk, lunkent

0,5 dl vann, lunkent

pesto

revet parmesan

ekstra pinjekjerner til å strø over

Pesto:

blader av 3/4 liten basilikum krydderplante

0,75 dl olivenolje

en liten neve pinjekjerner

2 fedd hvitløk, finhakket

litt høvlet parmesan

salt og pepper

Ha 5 dl mel, salt, sukker og gjær i en eltebolle. Tilsett melk og vann og elt i to minutter. Tilsett ett egg om gangen og fortsett og rør. Ha så i smøret og elt til det er helt blandet inn. Tilsett så resten av melet og elt til du har en blank deig. Ta så deigen ut av eltebollen og legg i en vanlig bolle som du dekker med plast. La heve til dobbel størrelse, ca 60 minutter. Ha en stripe bakepapir i bunnen av en brødform og smør resten av formen med smør.

Når deigen har hevet, tar du litt mel på benken og knar deigen noen runder før du kjevler den ut til et rektangel på ca 30×50 cm. Smør pestoen i et jevnt lag utover deigen og riv over et lag med parmesan. Del så i 5 striper på kortsiden. Legg så stripene opp på hverandre, som et tårn. Del så tårnet i seks like store hauger. Plasser skivene i brødformen med kuttsiden opp. (Ta en titt [her](#) for å se hvordan). Dekk med plast og sett til etterheving i ca 30-40 minutter mens du forvarmer ovnen til 180 grader. Når brødet er ferdig hevet strør du noen pinjekjerner på toppen og steker det midt i ovnen i ca 30

minutter eller til brødet er gyldent og har en hul lyd når du banker på det. Hjelp brødet forsiktig ut av formen og avkjøl på rist. SPIS.



**Enkel potetsalat med kokt egg
og syltet rødløk**



Hvorfor er det slik at når sommerferien er over, så snakker alle automatisk som om det er høst? DET ER IKKE HØST. Sensommer? Hørt om det eller? Jeg har hvertfall ikke tenkt å gi opp hverken sommer eller grillmat helt ennå. Ikke så lenge jeg kan lage denne freshe og smakfulle potetsalaten! Men du får gjøre som du vil. ☐

Potetparty for sommerfolk:

1,5 kg nypoteter, kokt møre

1 stor rødløk, i tynne skiver

5 ss rødvinseddikk

1 ss sukker

2 gode klyper med salt

2 dl god majones, jeg liker Hellmans

2 ss Dijon sennep

10-12 skiver sylteagurk, finhakket

2 stilker stangselleri, finhakket

en håndfull gressløk, hakket

4 økologiske egg, hardkokt (8-9 min) og delt

Kok poteter møre. I mellomtiden har du rødløk, eddikk, sukker og salt i en bolle, sett til side. Når potetene er ferdige og har fått dampet seg tørre, deler du de i mindre biter og har de over i løkblandingen. Bland, så poteten trekker til seg smakene. Smak og tilsett mer salt hvis du ønsker. La stå og

avkjøle. Bland så majones og sennep. Gjør klar de andre ingrediensene. Ha majonesen oppi med potetene og rør. Tilsett resten av ingrediensene og vend forsiktig sammen. Server!



Oppskriften fant jeg i et av sommerens utgaver av Delicious Food Magazine