Perfekte brownies med smak av vinter



Kjære Mandag.

Hvordan har du det? Lenge siden sist! Eller forresten, bare glem det. Jeg synes IKKE det er lenge siden, tvert i mot føles det som du akkurat var her og avbrøt en utmerket fin helg. Det er ikke meningen å være uhøflig, det er bare det at jeg ikke rakk å bli ferdig med helgen. Jeg hadde jo tenkt til å ligge litt mer på sofaen, bake coockies, leke med lego (selv om jeg synes det er kjedelig), jogge, gå på kafé og kanskje driste meg til å vaske et par vinduer. Men så kom du altså feiende inn med 12 blå, en bil (og frue) med flatt batteri, trøtte barn som ikke vil gjøre lekser (og HVERTFALL ikke skrive små bokstaver) og et kjøkken som ikke var ryddig fordi, ja fordi du kom så brått på meg! Men ellers, ellers har jeg det ganske bra. Jeg skulle bare si det med at du kanskje kan ta det litt roligere i svingene neste gang? Banke forsiktig på døren og si med myk stemme: God morgen, det er Mandag som er kommet. Men altså, bare et forslag. Du får ha det bra så lenge. Sees

~~dessverre~~ snart! Men som sagt, no rush.

Hilsen Astrid

Så noen ord om denne browniesen som jeg synes er AKKURAT slik den skal være, du vet litt sånn seig og konfekt-aktig. Denne gangen har jeg tilsatt kanel og litt appelsinskall for å gi den et litt krydret vinterpreg, men den er like god uten. Eller kanskje vil du tilsette en dl hakkede nøtter? Det ville garantert ikke vært feil. Med mindre du ikke tåler nøtter da, men det må du liksom ta ansvar for selv. Jeg tåler alt, unntatt mandager som kommer uten forvarsel. Men heldigvis er det ingen som har det i kakene sine.



Brownies med kanel og appelsin:
(nok til en liten kake)

200 g smør
250 g mørk sjokolade, i biter
3 egg
2,5 dl sukker
2,5 dl siktet hvetemel eller siktet speltmel

1 ts kanel
finrevet skall av 0,5 (økologisk) appelsin

Sett ovnen på 200 grader. Ha bakepapir i en form som er ca 22×22 cm. Ha smør og sjokolade i en liten kjele og smelt på lav varme til alt er blandet. Avkjøl litt. Visp egg og sukker hvitt. Ha i siktet mel og kanel. Hell oppi sjokoladeblandingen og appelsinskall. Rør forsiktig sammen til en jevn røre. Ha røren i formen og stek i 20-25 minutter, IKKE lenger. Avkjøl i formen på rist.



Ovnsbakt torsk med bacon, rødbeter og chilibrent smør



Nå skal jeg gi deg oppskriften på en fabelaktig fiskerett som du kan imponere Gud og hvermann med (skulle du være så heldig å støte på en av dem). Den er altså ikke bare sabla god, men også enkel og dessuten kan mye forberedes på forhånd slik at du kan fremtre som en domestic godess. **BARE VENT Å SE.**

Torsk for en hver tosk:

(6 pers)

- *180-200 g torskefilet per pers*
- *2 skiver bacon per pers*
- *1-2 pakker sukkererter*
- *3-4 rødbeter*
- *(smør til steking)*

Chilibrent smør:

250 g meierismør

0,5 dl soyasaus

1 sjalottløk, finhakket

0,25 rød chili, finhakket

1-2 ss finhakket persille

Tilbehør:

babypoteter, 4-5 per pers (eller mandelpoteter)

olivenolje

frisk rosmarin (kan sløyfes)

maldonsalt

nykvernet pepper

Kok rødbeter møre, det tar ca en time. Dette kan du gjøre timer i forveien (evt kvelden før). Skrell de og skjær i tykke skiver. Varmes opp i en gryte med litt smør før servering. Smelt smøret i en kjele på lav varme og la det stå å småputre en halv time. "Skum av" jevnlig med en skje, dvs fjerne skummet som samler seg på toppen. Smøret vil få en nøttebrun farge, det skal ikke bli brent. Gjør klar sjalottløk, persille og chili og ha det i en liten skål med soyasaus. Så langt kan smørsausen gjøres klar på forhånd. Ha soyablanding i smør og varm opp før servering. Fjern endene på sukkerertene og ha de i en liten kjele med en klatt smør. De skal varmes et par minutter før servering, men de skal fortsatt være sprø og crunchy! Bacon steker jeg alltid i ovnen. Legg et bakepapir på et stekebrett og fordel baconskiver utover. Sett inn i kald ovn og sett varmen på 200 grader. Stek til de er gyldne og sprø, du får bare følge med. La renne av på papir. Nå er de klare, det gjør ingenting om de ikke er varme senere når alt annet er varmt.

SER DU? ALT DETTE KAN DU PREPPE I FORKANT. KJEKT, IKKE SANT?

For å fikse potetene må du ha 1 dl olivenolje i en bolle. Vend

potetene i oljen og legg de på et bakepapirkledd stekebrett eller i et stort ildfast fat. Bak på 200 grader i 30 minutter med rosmarin, salt og pepper.

Torsken skjæres i passe serveringsstykker og legges på stekebrett med papir. Dette kan gjøres i forveien. Bak i ovnen på 200 grader, jeg vil si i ca 10 minutter, men det kommer jo an på hvor godt stekt man vil ha fisken sin. Kanskje foretrekker du 8 minutter? Eller 12.

Anrett med rødbeter i bunnen, så sukkererter, så torsk og så bacon på toppen. Ha smøret over og legg poteter rundt. Og vær så god: ta imot rosen!

Oppskriften har jeg fra FANTASISKE Gøril Wikers kokebok, *Lyst på livet*.

Godt nybakt år med nybakt brød!



Det er januar, julen er over, året er rent og blankt som en nyskurt kjøkkenbenk. Har du noen nyttårsforsetter? Jeg har mange og de fleste er hyggelige. Her har du et lite utvalg (i tilfeldig rekkefølge):

1. Lese mer på sengen
2. Invitere oftere venner på middag.
3. Bake enda flere brød og utforske nye meltyper.
4. Gå mer på kafé.
5. Rydde mer.
6. Rote mindre.
7. Være mer tilstede der jeg er.
8. Planlegge bedre.
9. Ha det mer morsomt.
10. Tenne flere stearinlys.

Siden å bake brød kan involvere punkt 2, 3, 5, 6, 7, 8, 9 og 10 startet jeg året med det. Dette hjertebrødet smaker helt fantastisk og er dessuten lekkert å sette rett på bordet sammen med en stor gryte rykende varm suppe.

The love loaf:

- *7 dl lettmelk, lunken*
- *1 pk gjær*
- *500 g siktet hvetemel*
- *250 g sammalt hvete, fin*
- *250 g sammalt rug, fin*
- *1 ts sukker*
- *1 ts salt*
- *100 g smør*
- *1 stk egg til pensling*
- *vann til pensling*

Ha melk, gjær, salt og sukker i en bakebolle og læ gjæren løse seg opp. Bruker du tørrgjær kan du ta dette rett i melet. Tilsett mel og elt deigen i kjøkkenmaskin i 5 minutter. Tilsett smøret i terninger og elt til alt smøret er blandet inn i deigen. Hev under plast til ca dobbel størrelse (ca en time). Ta deigen ut på melet bakebord og elt den lett sammen. Ta av litt av deigen til dekorhjertet på toppen. Kjevle den lille deigbiten en centimeter tykk. Skjær ut et hjerte med kniv eller stikk det ut med en pepperkakeform. Form resten av deigen til et stort hjerte på en smurt stekeplate. Pensle dekorhjertet med vann før det festes på brødet så sitter det bedre.



Sett ovnen på 225 grader. Etterhev under plast i 30 minutter. Pensle brødet (minus hjertet) med vann og strø over mel. Hjertet pensler du med egg, men ikke ha mel på. Stek brødet midt i ovnen i ca 20 minutter. Brødet skal ha en gylden farge og ha en hul lyd når du banker på det. Avkjøl på rist. Brødet kan fryses.

Oppskriften fant jeg hos Opplysningskontoret for brød og korn.

Panna cotta med bringebærcoulis

God romjul, folkens! Jeg håper den er en drøm. Hos familien Bolle er livet overraskende harmonisk med barn som sover lenge og hyggelige, lange frokoster. Panna cotta egner seg muligens ikke som frokost, men må ellers være en av verdens enkleste og mest anvendelige desserter. Den er dessuten nydelig på smak og tilbehør kan varieres. Jeg vil nesten si at panna cotta er den nye lille sorte, har du først den er du klar for alle anledninger. Den funker like bra som dessert til middagsgjester eller på nyttårsaften. Server den med bær, litt fruktsalat eller som jeg gjorde på juleaften: med bringebærcoulis. (Et jålete ord for silt bringebærsaus ;)). Coulisen kan lages på forhånd og oppbevares i fryseren. Kjekt å ha.

Panna cotta is the new black:

(fire RAUSE porsjoner)

1 vaniljestang

1,5 dl yoghurt naturell

2,5 dl kremfløte

ca 2 ss sukker

1,5 gelatinplater

Splitt vaniljestangen og skrap ut frøene. Ha frø, vaniljestang og fløte i en gryte og varm opp til rett under kokepunktet. Den skal ikke koke. Trekk kjelen til side og ha i yoghurt og

smak til med sukker. La trekke i ca 10 minutter. Legg gelantin i kaldt vann i 5 minutter. Ta ut vaniljestangen og varm opp fløteblandingen til rett under kokepunktet. Klem vannet ut av gelantinplatene og ha i den varme væsken. Rør til gelantinen er oppløst. Ha over i porsjonsformer, feks vinglass eller lignende. Avkjøl og settes så kaldt over natten.



Bringebærcoulis:

1 dl vann

ca 150 gram sukker

400 gram bringebær, frosne funker som bare det

1/2 sitron, saften

Kok opp vann og sukker. Trekk kjelen til side og ha i bringebærene. La stå å trekke til bærene er tint (om du bruker frosne). Bruk en stavmikser til å kjøre bær og sukkerlake til en purè. Smak til med sitronsaft. Sil og vips har du en lekker bringebærcoulis som du kan bruke til kaker, is, riskrem og, ja, panna cotta!

Oppskriftene fant jeg hos selveste Trine.



Mini-sjokoladeostekaker



Hei! Har du hatt en fin helg? Jeg sitter har og tenker på at jeg skulle ønske du kunne få smake på denne mektige, fløyelsmyke sjokoladesaken. Dette er en kake for deg som VIRKELIG elsker sjokolade. Og ostekake. Er du en slik en? Kanskje du må lage den selv. Den er enkel og verdt hver kalori. Og fordi den lages som små minikaker, kan du jo spise en og fryse ned resten. Så har du desserten klar neste gang du inviterer gjester. Men pass på! Denne kaken en ikke for nybegynnere..



Minioreostekaker:

(gir ca 16 minikaker)

16 oreokjeks eller Dots kjeks, til bunnen

400 gram philadelphiaost, naturell

200 gram kokesjokolade, smeltet over vannbad evt i micro

140 gram sukker

2 egg

1 ts vaniljesukker

1,6 dl rømme

Til ganache-topping:

100 gram mørk kokesjokolade

80 ml kremfløte

1 ts usaltet meierismør



Sett ovnen på 150 grader. Begynn med å smelte første mengde

sjokolade og la den avkjøles litt. Pisk så ost og tilsett gradvis sukkeret. Rør så inn sjokoladen til den er helt blandet inn. Tilsett ett og ett egg og rør mellom hver gang. Ha i vanilje og rømme og pisk til en jevn røre. Ha muffins former i et muffinsbrett og legg en kjeks i hver form. (En rask løsning i stedet for å tulle med å lage kjeksbunn. Eneste minuset er at det kan være litt vanskelig å dele opp kjeksen med skjeen din når du skal spise kaken. Men det tåler du!)



Fyll opp med sjokoladerøren. Stek kakene midt i ovnen i 20 minutter. Ta ut og la avkjøle (i muffinsbrettet) på rist. Kjøl kakene helt ned og sett de kaldt, helst over natten. Neste dag hakker du sjokoladen og legger den i en skål. Så har du fløte og smør i en liten gryte og koker så vidt opp. Hell den varme fløten over sjokoladen og la stå litt. Rør så rundt til du har en blank sjokoladeglasur. Fordel denne, med en skje, over de kalde småkakene. Sett kaldt til glasuren er stiv. <3



Da Bollefrua møtte Pelle Parafin



Bollefrua og Pelle Parafin

Det er tradisjon. Hver høst inviterer min gode kollega, Anders, til 80-tallsfest av ypperste klasse. (Fjorårets fest, samt oppskrifter, kan du lese mer om her). Anders leker ikke butikk. Alt er gjennomført til fingerspissene! (Musikk, klær, plakater, rekvisitter). I år tok han likevel kvelden til et nytt nivå da han som en overraskelse for gjestene inviterte selveste Pelle Parafin fra Tramteateret! (Dette er kun kult om du husker Pelle Parafins Bøljeband, beklager. Du får scrolle ned til oppskriften;) Vi fikk altså en privat intimkonsert som sammen med Anders' høytlesning fra dagboken sin anno 1984, utgjorde kveldens høydepunkt. Menyen besto (som i fjor) av Biff Stroganoff med ris og kinakålsalat. Nytt av året var disse deilige baguettene. Åttitallet eller ikke, gjærbakst går aldri av moten.



Klassiske baguetter:
(to store brød)

0,5-1 pakke fersk eller tørrgjær
0,5 l fingervarmt vann
1 ts salt
700 gram hvetemel, pluss ekstra til utbaking. Jeg erstattet litt av melet (ca 100 gram) med litt sammalt mel.
2 ss smeltet smør eller olje, jeg liker smør

Hvis du bruker fersk gjær, rører du det ut i vannet i en eltebolle før du har i salt, smør/olje og mel. Elt i 5-10 minutter og sett til heving (under plast). La heve 30-60 minutter. Ha godt med mel på benken før du tipper over deigen. Den er ganske løs, så elt inn akkurat nok mel til at du kan dele deigen i to emner som du former til avlange baguetter som du legger på et bakepapirkledd stekebrett. Klissete deig er kanskje litt masete, men det gir god bakst! Snitt brødene på skrå med en skarp kniv. Sett ovnen på 225. La etterheve i ca 30 minutter, før du steker de midt i ovnen i ca 25 minutter eller til de er gyldne og har en hul lyd når du banker på dem. Avkjøl på rist.





Crystal og frua fikser maten



Anders, the man!



Millie Vanillie

PS. Kun iphonebilder, dessverre!


TOPP
Belinda
Carlisle

Supergodt foccaciabrød på under en time!



Noen ganger trenger man en opptur. Følelsen av å få til noe, å lykkes, kanskje til og med være best? Det er liksom så mye man IKKE lykkes med: være tynn nok, rask nok, flink nok, snill nok, orke alt, tåle alt, ikke bra nok mamma (dustemamma, feigemamma), –Vi trenger alle å vinne av og til.

Dette foccaciabrødet er så HIMLA godt og enkelt. Selv den mest famlende og uerfarne baker, burde få en kraftig mestringsfølelse etter å ha prøvd seg på dette. Og fordi det går så raskt, kan selv den mest stressede og frustrerte (fulltidsjobbende) mor eller far triumferende smelle et nystekt brød på middagsbordet etter en knapp time. Grunnen til at det er at du sveiver sammen deigen kvelden før eller om

morgenen før du går på jobb og setter den til heving i kjøleskapet. Smart? Vinnere er smarte.



Foccacia (everybody needs a win sometime):

(Gir et lite brød, nok til 4-5)

1,5 ts tørrgjær
3 dl kaldt vann
1 ts flaksalt
1 ss olivenolje
6,5 dl hvetemel

_____
Frisk rosmarin, hakket
cherrytomater, delt i to
olivenolje, ca 1 dl
1-2 ts flaksalt

Finn frem en bolle. Ha i mel, første mengde salt og tørrgjær. Hell over vann og olje og rør til en løs og klissete deig. Ikke noe elting nødvendig, kun så alt er blandet. Dekk med plast og sett i kjøleskapet i minimum 8 timer. En time før du vil ha brødet klart, tar du bollen ut av kjøleskapet og tipper den i en form med bakepapir i bunn. (Min form er 25-25 cm). Sett ovnen på 225 grader. La den stå utildekket på benken i 30 minutter, i mellomtiden finner du frem tomater, rosmarin, olje og salt. (Varier med topping du digger, for inspirasjon se her). Etter 28 minutter ringler du over plenty med olje og prikker deigen med fingrene så oljen får små hull å renne ned i, stikker de halve tomatene ned i deigen med snittsiden opp og strør over urter og salt. Stek mitt i ovnen i ca 25 minutter, til brødet er gyldent og har en hul lyd når du banker på det. Avkjøl på rist.



Utgangspunktet for oppskriften fant jeg i månedens Maison mat og vin.

Sarah Bernard – den enkleste festkaken!

Det er søndag, det er oktober og storebroren min er førti år i dag. Jeg tror han synes det er fint! (Med rette). Men selv gjennomgår jeg en liten midtlivs og midtsøndagskrise på vegne av oss begge. Hva har skjedd? Når ble jeg voksen? Jeg går som oftest rundt og føler at jeg LEKER at jeg er voksen, mens jeg venter på at noen skal avsløre meg for den forvokste 20 åringen jeg egentlig er. Men kanskje this is it? Er det dette som er voksenlivet?

I forbindelse med at vi feiret broren min i går hadde jeg

lovet å bake en kake. Med sjokolade. Siden livet har vært sykt hektisk i det siste ville jeg lage noe som går raskt, er enkelt å få til, men samtidig måtte det være noe lekkert og festaktig. Konfektkaken Sarah Bernard passer perfekt. Sprø, og samtidig litt seig, nøttebunn og myk sjokoladesmørkrem med mørkt sjokoladetrekk. Kaken er dessuten glutenfri og kan enkelt gjøres melkefri ved å bytte ut meierismør med melkefritt smør. En kake for alle!



Hello Sarah Bernard! How are you doing?
Til bunnen:
200 gram malte mandler (jeg brukte foodprosessor)
3 eggehviter
200 gram sukker

Til smørkremen:
100 gram melis
100 gram usaltet, mykt smør
1 ts vaniljesukker
3 eggeplommer
1-2 ss kakaopulver

Pynt:

50 gram smeltet mørk sjokolade
Evt hakkede eller skivede mandler

Sett ovnen på 175 grader. Skill eggene, vær forsiktig så du ikke får eggeplomme i hvitene. (Spar på plommene). Ha hvitene i en ren og tørr bolle og pisk stive (med elektrisk visp) mens du gradvis tilsetter sukkeret. Vend forsiktig inn mandler. Ha bakepapir i bunnen av en rund springform. (Jeg tar av "ringen", legger papiret over bunnen og spenner på ringen igjen). Fordel mandelmassen i springformen og stek nederst i ovnen i 30 min. Avkjøl bunnen fullstendig på rist. Pisk sammen smør, melis, kakao, eggeplommer og vaniljesukker til en glatt krem. Bre kremen over den nå avkjølte bunnen. Sett i kjøleskapet ca 15 min. Smelt sjokolade og ringle over den avkjølte kaken så du får et tilfeldig mønster. Du kan også bre sjokoladen utover hele kaken, men det er litt mer styr. Pynt evt med hakkede mandler eller feks sjokoladeblonder. Oppbevar kjølig. (Lag den gjerne dagen før). Kaken kan fryses, enten hel eller i porsjonsstykker. Den tiner på minutter.

Denne oppskriften har jeg fått av min gode venninne, Mari. Ha en fortreffelig start på uken!







Gutta

snøen som falt ifjor
er ikke lenger hva den var
juletrærne når ikke til taket
og alle pakkene er bløte
det er tredje dag
og alle kakene er allerede tørre
jeg rydder i korker og papir
og jeg spør meg selv
for det er ingen andre å spørre:
når var det det slutta
når var det egentlig det slutta
hvor er det blitt av alle gutta

hvor er Pål som stod i gål
og redda på streken
hvor er Nils som drakk pils
med sugerør og hadde teken
hvor er Jonny som sang money

med hockeykølla som mikk

hvor er Joker som spilte poker

og alltid tok siste stikk

hvor er Tobben som fikk jobben

som sjokoladetrekk på Ringen

hvor er Kaj som sjekka Mai

og hoppa av i svingen

når var det egentlig at båndene ble kutta

hvor er det blitt av alle gutta

våren er akutt

og sommeren er en lengre lidelse

det er høl i bademadrassene

morellene er sure

vannet er for kaldt

og gatene for ensomme

det er ikke lenger gøy på landet

kleggen blir større og større

det er for mye sand på strendene

og filmene er gørre

snart er det første skoledag igjen

jeg har rydda i pennalet

og pakket ranselen

og jeg spør meg selv

for det er ingen andre å spørre:

hvor var det det butta

hvor var det egentlig det butta

hvor er det blitt av alle gutta

hvor er Jens som slo lens

og tryna i hekken

hvor er Max som fiska laks

i Gaustadbekken

hvor er Jo som hadde sko

med femtiøring og jernbeslag

hvor er Lathans som sovna sankthans

og våkna tredje juledag

hvor er Elling som tok telling

da han stupte fra tiern

hvor er Finn som drakk gin

og sneik seg inn på niern

når var det det slutta

når var det egentlig det slutta

hvor er det blitt av alle gutta

gutta sover nå

gutta sover nå

med lyset på

(Lars Saabye Christensen)

Enkel eple og blåbærpai

Denne kaken fant jeg i et engelsk matblad og jeg forelsket meg umiddelbart. Vakker i all sin enkelhet (ok, rustikk er kanskje det rette ordet, men kjærlighet gjør blind) og lett å lage. Dessuten elsker jeg lunken eplekake med iskrem og i dette tilfellet: sprø paibunn, saftig og syrlig fyll med pecannøtter og aprikosglaze som en ekstra finish. Er du klar for en liten epleromanse?

Da trenger du i såfall:
200 gram hvetemel eller spelt
2 ss sukker

125 gram kaldt meierismør, i terninger
1 egg
1 ss melk (til å pensle deigen med)
2 ss aprikossyltetøy/marmelade til å pensle eplene med
4 epler, skrelt og i skiver
2 dl (frosne) blåbær
1-2 ts kanel
2 ss (brunt) sukker
en håndfull pecannøtter
evt iskrem, vaniljesaus eller krem til servering

Lag deigen ved å ha mel, sukker å smør i en foodprosessor og kjør til smulet konsistens. Evt smuldre smør i mel med fingrene. Rør inn egget til en glatt deig. Legg deigen på en brødpose, trykk den litt ut til en tykk sirkel og pakk den inn i posen. Legg i kjøleskapet i 30 minutter, det er der paideiger liker å hvile (de om det). Sett ovnen på 200 grader. Bland epler, blåbær, kanel, sukker og nøtter i en bolle.

Etter 30 min tar du deigen ut av kjøleskapet, legger den på et bakepapirark og kjelvler den til en rund sirkel på ca 30 cm i diameter. Legg over på et stekebrett. Ha frukten i midten, men la det være en kant på 8-9 cm rundt fyllet. Ved hjelp av bakepapiret, pakk deigen godt rundt fyllet.




Pensle deigen med melk og strø over sukker. Stek i 30 til 40 minutter eller til deigen er sprø, gylden og fin og eplene møre. Når kaken er ute av ovnen, varmer du syltetøyet så det “smelter” og pensler frukten. La stå litt før du spiser den. Hvis du klarer å vente da.



Squashpizza med pepperoni og mozzarella – SNADDER!



Disse minipizzaene var så gode at jeg ble glad. I seg selv er det kanskje ikke så spesielt, for veldig mye mat gjør meg direkte oppstemt. Likevel. Det var noe ekstra denne gangen. Var det fordi jeg følte meg kjempesunn fordi bunnen er av squash? Eller fordi de var lagd i en fei? Var det den butikk-kjøpte tomatsausen som gjorde at jeg i følte meg litt rampete i tillegg til at det smakte så godt? Mest sannsynlig var det en blanding av alle disse faktorene, i tillegg til smeltet ost. Jeg ville antakelig gått over lik for smeltet ost. Eller kanskje ikke.



Kjappe og sunne minipizzaer:
(10-12 stk, avhengig av størrelsen på squashen)
1 squash, ikke for tynn
olivenolje til pensling
litt tomatsaus, jeg brukte Santa Maria pizzasaus på flaske
ca en halv ball mozzarella, jeg brukte bøffel

pepperoni, strimlet
evt litt strimlet basilikum til pynt
nykvernet pepper

Skjær squash i 1-1,5 cm tykke skiver (blir de for tynne faller de litt sammen). Pensle med olje på begge sider og grill 2 minutter på hver side på middels varme, men IKKE mer. Legg på et bakepapirkledd stekebrett og ha på litt saus, ost og pepperoni på toppen. Stek på 225 grader til osten har smeltet og evt fått litt farge. Kvern over litt pepper og dryss over basilikum. SPIS og bli glad. Og sunn.

Brownies, baby! (Fordi det enkle er ofte det beste)

En dag jeg hadde hentet gutta i bhg, sto jeg på parkeringsplassen og var på vei inn i bilen da jeg tydelig hørte noen si *"psssst"*. Det var litt merkelig, for jeg kunne nemlig ikke SE noen andre i nærheten. *"Psssst! Jag er her uppe!"* Da jeg så opp oppdaget jeg en bitteliten gammel dame med gåstol på oversiden av parkeringsplassen. Der ligger det nemlig er sykehjem og hun hadde tydeligvis funnet veien til luftegården alene. "*Du måste ringe polisen, hör du? Vi er nogon som er fångat her uppe*" Etter å ha lovet henne å ringe politiet, dro vi hjem. Men ikke mange dager senere skjedde en

lignende episode med en eldre herremann som hvisket til meg: *“Hjelp meg ut! Kan du ikke hjelpe meg ut? De har stengt oss inne!”* Jeg forsikret han om at jeg ville hjelpe han så fort jeg fikk barna mine hjem og han roet seg. I bilen måtte jeg fortelle om demens og alderdom (*mamma, hvorfor hjalp du han ikke ut?*), samt ringe til sykehjemmet og fortelle at de hadde en runner. Senere klarte jeg ikke la være å tenke på livets store spørsmål. *Hva driver jeg egentlig med? Hva slags alderdom får jeg? Hvordan ser livet mitt ut om 20 år? Hvorfor er jeg mett og andre sultne? Hvem bygde the Stonehenge?* Selv lurer du nå garantert på når jeg skal komme til den fabelaktige browniesen, som er enkel og samtidig genial fordi alle liker den. Jo, det skal jeg si deg! Faktisk ganske snart. (*Tenke, tenke.. Sammenheng mellom brownies, livsmysterier og gamlehjem?*) Jo! Når du spiser denne sjokoladekaken, så glemmer du alt annet du tenker på OG hvis noen serverer meg den når jeg blir gammel, kommer jeg ALDRI til å ville rømme.



Brownies for gamle og unge:

8 dl sukker

6 egg

300 gram smeltet meierismør

4,5 dl siktet hvetemel

4,5 ts vaniljesukker

0,25 ts salt

10-12 ss kakao

Sett vnen på 175grader. Pisk egg og sukker tileggedosis og rør inn smør. Tilsett alt det tørre og rør til alt så vidt er blandet inn. Ha bakepapir i en liten langpanne (ca 28x40cm) og hell røren oppi. Stek midt i ovnen i 30-35 minutter, men IKKE lenger. Avkjøl i formen og del opp i passestykker. Sikt evt litt melis over.



Takk til min venninne, Mari, som ga meg denne oppskriften på videregående en gang. Det er så lenge siden at jeg snart

kommer på gamlehjem selv.



Tommel opp for kaken din, mamma! (Men hvilken var tommelen igjen?)

Fougasse – fruas franske fristelse

Jeg har vært i London med jobben, sa jeg det? En helt

fenomenal langhelg med litt jobb og mest kos. Første dagen hadde jeg noen timer alene og da fant jeg en liten fransk bistro med digg mat.



Alenetid!



Kafeliv



Shopping!

Senere i helgen tvang jeg noen av kollegaene mine tilbake dit og de ble ikke skuffet! Et høydepunkt var et deilig hvitløksbrød, vakkert formet som et blad, kallt fougasse. Man kan nesten si at det er franskmennenes variant av foccacia. Jeg visste jo at jeg måtte forsøke å gjenskape dette deilige brødet da jeg kom hjem, noe jeg selvfølgelig gjorde. Og det blir ikke siste gangen! Dette er et brød som kan varieres i det uendelige med både fyll og topping, perfekt som tilbehør til supper, salat og gryter.

Fougasse – eller hvitløksbrød på bokmål:

(2 små brød)

0,5 pk gjær, fersk eller tørr
500 gram hvetemel
2 ts salt
1 ts sukker
2 ss olivenolje
1 dl kokende vann
3 dl kaldt vann
50 gram meierismør, smelter
1-2 fedd hvitløk, finhakket
2-3 ss hakket kruspersille
litt havsalt

Ha mel, salt og sukker i en bolle. Hvis du bruker tørrgjær, guffer du det oppi også. Bland kokende og kaldt vann og olje.

(Vannet bør da ha perfekt temperatur.) Benytter du fersk gjær har du det i vannet nå. Ha det våte i det tørre og rør sammen. Elt deigen i eltemaskin eller for hånd, til du har en jevn og fin deig. (Det er bare bra hvis den er litt klissete). La deigen heve under plast i ca en time. Ha så deigen på benken og del den i to. Press eller strekk deigen ut til en trekant, Ha trekanten på et bakepapirkledd stekebrett og gjenta med neste leiv. Bruk en skarp kniv og lag et snitt på langs i trekanten. Snittet skal gå helt i gjennom. Lag så tre snitt på skrå på hver side.



Etterhev i 20 minutter mens du varmer ovnen til 220 grader. Pass på at snittene i deigen ikke eser sammen igjen. Pensle med olje og strø over havsalt hvis du ønsker et streitere brød. Stek i 13-15 minutter eller til brødet er gyldent og har en hul lyd når du banker på det. (Jeg stekte brødene i to omganger). Avkjøl litt på rist. Server lune med smeltet smør blandet med persille og hvitløk. Strø evt litt havsalt over.



Chili bean tomatsuppe med nachochips og avocadosalsa (et innlegg om å invitere til kveldsmat på en hverdag)

Noen kvelder sitter (greit da, ligger) jeg i sofaen og tenker. På om andre har et litt mer spennende liv en meg. (Selvsagt har mange det. Men hvor mange?) Er det bare meg? Som har en tendens til å tro at alle andre har det kulere og er mer vellykket enn seg selv? Også tenker jeg at jeg burde invitert noen, arrangert noe festlig, men så strekker liksom ikke tid og (eller) krefter til. Men når jeg først kjører på, så skjønner jeg ikke (helt) hvorfor jeg ikke gjør det oftere. Så

her får du 3 grunner til å invitere noen: 1. Å ha gjester er et spark bak til å få ryddet og vasket. 2. En ypperlig anledning til å spise kake på en hverdag. (Lag nok så kan du spise dagen etterpå og). 3. Bollefrua har laget en fiks ferdig meny for deg, hvor det meste kan gjøres klart feks helgen før.



Suppa for deg som vil ha det litt festligere:

(nok til 4)

2 ss olje

1 stor løk, grovhakket

4 fedd hvitløk, hakket

2 røde paprika, i store terninger

0,5-1 rød chili, uten frø, hakket

9 dl grønnsaksbuljong (vann + ca 0,5 terning, er ikke så glad i buljong, ha i mer til slutt om du vil)

2 bokser hermetiske tomater

1 ss tomatpure

1 håndfull soltørkede tomater, i skiver

2 ss sweet chili saus

1 boks røde kidneybønner, skylt og rent av

2 ss hakket koriander

Til salsa:

3 avocado, i terninger

2 vårløk, i skiver

1 ss hakket koriander

sitronsaft

salt

rømme og nachos til servering

Ha olje i en tykkbunnetgryte og fres løk og hvitløk litt før du har i paprika. La grønnsaker få et par minutter i gryta før du har i resten av ingrediensene til suppen og koker opp. Kok til grønnsaker er møre, ca 20 minutter. Bruk en stavmikser og kjør suppen glatt. Smak til med salt, pepper og sukker. Suppen kan fryses og kan dermed forberedes når du vil. Lag gjerne dobbel eller trippel porsjon. Den er perfekt å servere til mange fordi den er så rask å tilberede og fordi den er rimelig. (Dropp avocadosalsa hvis du er på sparebluss. Rømme og nachos er helt topp).



Salsaen lages for øvrig ved å blande avocado, vårløk, koriander, salt og sitron. Den skal spises oppi suppen, tro meg, det funker.



Varm nachos litt i ovnen, så blir de ekstra gode.

Til dessert serverer du denne magiske daddelkaken med varm karamellsaus. Kaken kan fint fryses og sausen tar 3 minutter å lage. Lett som en plett.



Potetsalat med sennepsdressing og choritzopølse

Jeg vil gjerne benytte dette innlegget til å sende en melding til fremtiden: *Til Bollefrua. Hverdag er ikke så ille som du frykter. Du hygger deg med gode kollegaer og du har verdens beste elever. Det er lettere å spise sunt og du kommer i gang med trening igjen. Selv om det er kjipt å stå opp tidlig, er den første kaffekoppen i stillhet før barna våkner* ***magisk****. Jeg vet at det er vanskelig for deg når helgen er over og søndagsbluesen tar deg, men du elsker fredager! Vennlig hilsen Bollefrua fra fortiden. PS. Lag denne potetsalaten en gang til. Du synes den er megagod.*

Potetsalat på fat:

4-6 ss sennep, jeg blander ulike typer jeg har feks grov, dijon osv)
2 ss honning
2 ss sitronsaft
1 ½ dl solsikkeolje
salt og pepper
800 g potet – kokte og i biter (jeg deler de i to eller tre)
friske urter, jeg brukte persille og basilikumnoen
sukkererter, skivet3 – 4 vårløk, skiveten snabb choritzopølse, i skiver10-12 cherrytomater, delt i toca en halv porsjon *balsamicobakt rødløk*



Ha sennep, honning og sitronsaft i en bolle. Hell i oljen litt etter litt, pisk hele tiden. Smak til med salt, pepper og sitron. Vend, de fortsatt varme, potetene i dressingen. Stek choritzo sprø på middels høy varme i en tørr stekepanne. La renne av på kjøkkenpapir. Bland alle ingrediensene med potetene og legg opp på fat. Salaten tåler fint å stå over natten.



En daddelkake to die for!



Er du opptatt av førsteinntrykk og utseende? Jeg tror mange av

oss er det , ofte kanskje ubevisst. En ting er at vi selv forsøker å fremstå så vellykket og bra som mulig, men en annen ting er hva vi tenker og mener om mennesker vi møter. Jeg har selv ofte gått på den smellen. Å nesten avskrive noen fordi de ser eller virker kjedelige, for så å oppdage at de er fabelaktige. (Fårikål, I'm looking at you).
For en tabbe! Eller har du noen gang opplevd hvordan et menneske blir vakrere og vakrere ettersom du blir kjent med dem? *"Altså, dette bilde er ikke så bra. Han er mye penere i virkeligheten."*

Og sånn, mine venner,er det med denne kaken. Den er ikke vakker. Den vil aldri være festens midtpunkt eller førstevalget på kake bordet. **IKKE FØR DU HAR SMAKT DEN.** Det var like før jeg avskrev den på en sommeravslutning, men flaks (for oss alle) at jeg er så glad i kake! Denne saftige og lett krydrede saken, kombinert med deg varme, uslåelige karamellsausen, er virkelig ufattelig god. *Image is nothing, taste is everything.*

Daddelkake med varm karamellsaus:
(En lite kake)
235 gram dadler uten sten (se i din lokale grønnsakshandel eller fjern stenene selv)
1 ss natron
125 gram mykt smør
5 ss sukker
2 egg
3/4 ts bakepulver
3 dl hvete
0,5 dl væske fra dadlene
1 ts vaniljesukker

Til sausen:

120 gram smør
115 gram brunt sukker
0,5-1 dl kremfløte

Fjern evt stenene fra dadlene og ha de i en foodprosessor, så de skjæres i små biter. (Evt gjør det for hånd). Ha dadlene i en liten kjele og ha i vann så det så vidt dekker. Kok opp, dra til side og tilsett en ss natron. (Det kommer til å boble veldig). Sil dadlene fra vannet, men behold væsken.

Sett ovnen på 180 grader. Rør smør og sukker hvitt og tilsett ett og ett egg. Rør inn mel og bakepulver og 0,5 dl væske fra dadlene. Vend til slutt inn dadlene. Ha bakepapir i en liten kvadratisk form (oppskriften gir ikke en stor kake,, lag evt dobbel oppskrift) og hell røren oppi. Stek i knappe 30 minutter, stikk evt en pinne i kaken og hvis den kommer tilbake tørr er den ferdig.

Ha alle ingrediensene til sausen i en liten kjele og kok opp, mens du rører av og til. Server sausen sammen med kaken. (Mine gjester innrømmet at de var skeptiske til kaken før de smakte den, men en sa til og med at det var den beste kaken de noen sinne hadde smakt!)







Takk til min flotte kollega, Ingrid, for denne suverene oppskriften!