

# **Kebab! (Nå også for deg som liker å være hjemme en fredags kveld)**

Jeg fant frem en gammel kokebok i dag, *Sommermat* av Dreyer Hensley, Hensley og Løwe. Der fant jeg oppskrift på kebab, med bulgursalat som tilbehør, og dermed var fredagsmiddagen sealed.



**Kebab** (basert på oppskriften jeg fant):

grillspyd

400 gram karbonadedeig

1/2 ts salt

3/4 finhakket løk

2 fedd finhakket hvitløk

1 dl finhakket persille/koriander

2 ts garan masala

Rør kjøtt seigt med salt og tilsett øvrige ingredienser. Lag avlange kjøttpoller/pølser (ca 7 stk) og stek på alle sider i to omganger i en panne med litt olje. Tre de på spyd og etterstek noen minutter i ovnen på 200 grader. (Du kan også grille de om du vil).



### **Bulgursalat:**

Legg 3 dl bulgur i en bolle og hell på 4,5 dl kokende vann samt en ss smør. Dekk med folie og vent ca 15 minutter. I mellomtiden hakker du:

3 store tomater

3/4 mango

3 vårløk

en neve bladpersille

1 chili



og så trenger du en raus neve ruccola

Når bulguren har svellet røren du inn saften av en halv sitron og en klunk god olivenolje. Smak til med salt og nykvernet pepper. Rør inn øvrige ingredienser og strø over mandler du

har ristet i en tørr panne og grovhakket.



Sever med **tsatsiki**: Skrap ut midten av en halv agurk og riv fint. La stå og skvis ut vann innimellom. Bland så med ca 6 ts kesam, et fedd presset hvitløk og litt salt og pepper.



# Salat for the lonesome travellers

Hjemme! Etter en uke med mye bilkjøring (ergo tøysesping) og uregelmessige måltider trengte jeg grønnsaker! Og aller helst i form av en salat. Først lagde jeg vinaigretten, på slump som alltid. Men jeg skal prøve å gjengi så godt jeg kan.



I en liten skål har du

et finhakket fedd hvitløk (valgfritt)

en liten ts god sennep (dijon)

en halv ts maldon salt (knus med fingrene)

noen runder med pepperkvernen

Bland dette



før du skviser i saften av ca en kvart sitron, så sper du med olje (3ss?) i en tynn stråle mens du rører heftig ellers vil det skille seg. Den smaker litt sterkt, men blir perfekt når den er blandet i salaten. (Test smak ved å dyppe et salatblad i og smak..)

I denne salaten (til Herr Bolle og meg) hadde jeg ellers:

en pakke ferdig vasket ruccola

et halvt hode issalat, vasket og kuttet opp

en bunt asparges

en vårløk i tynne skiver

en liten pakke cherrytomater delt i to (norske, hurra!)

en pakke stjernebacon

2 ferdig marinerte fileter av kalkun (tilsammen 320 gram)

en liten pakke fetaost

en håndfull pinjekjerner som du rister i en tørr panne først

Stek filetene noen minutter på hver side og etterstek på lav varme. Kok asparges i to minutter og hell av vannet, legg til



side. Stek bacon i ovnen på 200 grader på et bakepapirkledd stekebrett, la renne av på kjøkkenpapir.

Bland salat, tomat, vårløk, asparges og fetaost med dressingen, legg over bacon, kjøtt og pinjekjerner.



PS. Jeg må forøvrig legge til at jeg har fått mye god og sunn mat hos familie og venner den siste uken. Takk! <3

---

## Om sorg. Og sjokoladecake.

### Om sorg.

Jeg merket det da jeg la meg i går og da jeg sto opp i dag. At denne dagen er vond for så veldig mange. Selv mistet jeg ingen nære og kjære, kun en slags uskyld eller trygghet, men INGENTING sammenlignet med de som var der. Eller de som kjente noen og elsket noen og som savner og sørger. Vi var på den blå sten i Bergen i dag. Og Bergen viste seg fra sin tristeste side, den gråt med de gråtende, det ble aldri helt lyst i dag her og regnet henger ennå som grå vatt over fjellene. Selv har jeg alltid fryktet sorgen, for ingen slipper unna den. Det er bare et spørsmål om når. Og så får man håpe at det finnes mange til å trøste.



Fra den blå sten i dag.

### **Og sjokoladekake.**

Ideen om denne sjokoladekaken kom egentlig fordi Herr Bolle og broren hans to dager på rad tok med seg sjokoladeformkake hjem fra butikken. Selv synes jeg den var kjip og tenkte at de fortjente the real thing. Ærlig talt. Jeg fant to oppskrifter jeg vinglet mellom og endte med en fra Nigellas fest. Og angret ikke altså. Men tror jeg må prøve den andre for sikkerhetsskyld. En annen dag da.



Til en kake i brødform:

200 g hvetemel  
1/2 ts natron  
50 g bakekakao  
250 g sukker

175 g mykt smør

2 egg

1 ss vaniljeekstrakt (eller vaniljesukker)

75 ml rømme eller yoghurt naturell

\*

125 ml kokende vann (rett fra vannkokeren)

ca 100-150 gram hakket sjokolade

Sett stekeovnen på 170 grader. Legg bakepapir i en brødform (viktig!).



Jeg satt beholderen til foodprosessen på kjøkkenvekten og veide opp alle ingrediensene frem til det kokende vannet også kjørte jeg det i maskinen til en jevn røre. Skrap så røren ned fra sidene og kjør igjen. Tilsett det kokende vannet gjennom påfyllingsrøret mens foodprosessen er i gang. Når alt er blandet sammen heller du røren i formen og steker den i 1 time på 170 grader.

Sett kaken på en rist og la den bli **helt kald** før du løfter den ut av formen. Den blir bare bedre og bedre for hver dag, men den forsvinner dessverre ganske raskt.



---

## **Pai med brie, tomat og oliven (og helt halal)**

I går var starten på Ramadan, muslimenes fastemåned. De hverken spiser eller drikker mellom soloppgang og solnedgang og jeg vil tro at det kan bli ekstra lange dager nå i de lyse sommernettene. Jeg skal ikke skrive så mye mer om dette annet enn at jeg er imponert over deres utholdenhet og overbevisning, ramadan mubarak! Forrige uke hadde jeg lunsjbesøk på øya av min venninne Farah og hennes to barn. Jeg må alltid tenke litt ekstra når jeg skal lage halalmat, og synes vegetarmat er en trygg og god løsning. Denne paioppskriften fant jeg på nettet (Matprat) kvelden før hun skulle komme og heldigvis hadde jeg alle ingrediensene i hus (eller skal jeg si hytte). Jeg skal innrømme at pai vanligvis ikke er en favoritt, mest fordi jeg synes de kan bli litt kjedelige og smakløse. MEN IKKE DENNE!

Paibunn:

125 g kaldt smør

200 g hvetemel

2 ss vann

Fyll:

1 stk rødløk

70 g brie

ca 16 stk kalamataoliven

6 stk plommetomat/ eller tilsvarende cherrytomater

2 ss hakket frisk basilikum

1 ts salt

$\frac{1}{2}$  ts pepper

5 stk egg

3 dl melk

litt revet parmesanost (valgfritt)

Lag først paibunnen. Smuldre smør og mel. Tilsett kaldt vann og lag en jevn deig. La deigen stå kaldt i minst 30 minutter, gjerne lenger (natten over). Bruk hender eller foodprosessor. Trykk deigen ut i en paiform, eller bare en vanlig springform som jeg brukte i mangel på noe anne, og prikk den med en gaffel. På tv bruker de alltid kjevle, men jeg synes det er vanskelig å få det tynt nok. Forstek bunnen ved 200 °C i 12-15 minutter til den er litt gylden.



Surr hakket løk så vidt i en panne, del brie i biter, oliven i to og tomatene i skiver eller i to. Ha alt over i det ferdige paiskallet sammen med litt revet ost.



Hell over sammenvispet egg, melk og urter.  
Stek paien på 180 °C i ca. 25 minutter til paien har satt seg.  
Vi spiste grønn salat til og det funket fint.

