

Opskrifter fra Karoline Trier

På Madskolen Karoline Trier deler vi ud af vores passion for og viden om mad, råvarer og fællesskaber, når vi afholder kurser i madlavning for både private og virksomheder.

For virksomheder

Kokkeskole

Gastronomisk teambuilding
med dine kollegaer



Flødebollekursus

Prøv kræfter med at lave
flødeboller fra bunden



Kagedyst

Konkurrer om, hvem der bliver den
næste mesterbager i din virksomhed



For private

Kagekursus

Fordyb dig i bageteknikker
for både børn og voksne



Grøn Mad

Få inspiration til grønnere
hverdagsmad



Bagekursus

Lær at bage saftige brød
og bløde gærdeje



FALAFLER MED GULEROD

FALAFLER

200 g gulerod
200 g tørrede danske ærter
4 fed hvidløg
1 løg
1 lille bundt persille
1 citron
1,5 tsk stødt koriander
1,5 tsk stødt spidskommen
2 æg
4 spsk rasp
2 tsk salt

Udblød ærterne i 12-24 timer - det har vi gjort for dig.

Riv gulerod groft på et rivejern.

Skræl løg og hvidløg og hak det groft.

Kom ærter, gulerod, hvidløg, løg, persille, citronsaft, koriander, spidskommen, æg, rasp og salt i en foodprocessor.

Blend til det er en fars.

Sæt farsen i små klatter på en bageplade med bagepapir. Spray med bagespray og bag i ovnen ved 200 grader - cirka 15 min.

Karoline Trier

—
SMAG & BALANCE

ÆRTEPANDEKAGER

7,5 dl vand
300 g Ingrid ærtemel
3 æg
2 tsk timian
1,5 tsk salt
Olie eller smør til stegning

Slå æggene ud i en skål. Rør dem med et piskeris.

Tilsæt derefter mel og vand. Rør godt.

Bland dejen med timian og salt.

Steg pandekagerne i olie ved lav varme et par minutter - kom ca ½ dl på panden ad gangen, så du får små pandekager.



Karoline Trier

—
SMAG & BALANCE

SYLTET GULEROD

RÅSYLTET GULEROD

2 gulerødder

1 dl eddike

1 dl sukker

Brug et mandolinjern til at lave tynde stykker gulerod.
Kog eddike og sukker op i en gryde og hæld over gulerodsstykkerne.
Lad det trække cirka 30 minutter eller kom i køleskabet til dagen efter.



Karoline Trier

—
SMAG & BALANCE

GULERODSPIZZA

BUND

600 g gulerødder

2 æg

3 spsk gærflager

2 dl rasp

1 tsk salt

Riv gulerødder på den grove side af rivejernet. Pres væden væk.

Bland gulerod med æg, gærflager, rasp og salt.

Form en stor, tynd pizzabund af dejen på et stykke bagepapir, ved at trykke dejen ud med fingrene og knoerne.

Bag bunden ved 180 grader, til den er gylden over det hele.

Vend bunden rundt ved at lægge en bageplade med bagepapir på toppen og vend rundt.

Fjern det gamle bagepapir.

FYLD

Tomatpuré

Ost

Krydderier

VALGFRIT

Kartoffel

Løg

Oliven

Kom fyldet på pizzabunden og bag pizzaen 5-7 minutter mere.

Top evt med friske krydderurter, rucola eller pesto inden servering.



Karoline Trier

—
SMAG & BALANCE

URTEPESTO

PESTO AF KRYDDERURTER

100 g krydderurter, grønkål eller lignende

100 g solsikkekerner

1 ½ dl olie

½ tsk salt

1 tsk citronsaft

Tag bladene af stilken og skyl krydderurterne.

Solsikkekerner ristes lidt på en pande. Ryst panden ofte.

Blend blade/krydderurter, solsikkekerner og olie med en stavblender, til det har en cremet konsistens. Smag til med salt og citronsaft.



Karoline Trier

SMAG & BALANCE

GULERODSBOLLER

25 g gær
2,5 dl vand
100 g gulerod
100 g yoghurt/creme fraiche
1,5 tsk groft salt
1 spsk sukker
100 g solsikkekerner
100 g grovmel
300 g hvedemel
Mælk til pensling

Gulerødderne rives fint. Pres væden fra.

Gæren røres ud i lunkent vand i skålen fra røremaskinen. Tilsæt nu gulerod, yoghurt, salt, sukker, solsikkekerner og grovmel.

Kør på røremaskinen, mens hvedemelet røres i lidt ad gangen - cirka 7 minutter.
Dyp fingrene i en skål med vand og del dejen i 15 klatter. Kom dem direkte på en bageplade med bagepapir.
Lad bollerne efterhæve i 30 minutter.
Bag bollerne ved 180 grader i ca. 15 minutter.



Karoline Trier

—
SMAG & BALANCE

GULERODSMARMELADE

TIL 20 PERSONER

MARMELADE

600 g gulerødder

600 g æble

300 g sukker

6 dl vand

4 tsk vaniljesukker

1 citron

Riv gulerod og æble og kom det i en gryde.

Tilsæt sukker, vand og vanilje.

Kog det med låg på i ca 10 minutter ved mellem varme.

Smag til med citron.

Blend med stavblender og sæt på køl.



Karoline Trier

SMAG & BALANCE

KANEL-GULERODSBRØD

BRØDDEJ

2,5 dl vand
15 g gær
1 æg
450 g hvedemel
40 g sukker
10 g salt
50 g blødt smør

Hæld vand i en røreskål og opløs gæren i vandet. Tilsæt æg, hvedemel, sukker og salt. Kør dejen på røremaskinen på mellem hastighed, mens du tilsætter det bløde smør lidt ad gangen over 10 minutter. Lad dejen hæve 1 time. Imens laver du remonce- og sellerifyld.

GULERODSFYLD

100 g gulerod
Vand

Skær gulerødderne i små tern. Kom gulerod i en gryde med vand - det skal kun dække guleroden - og kog det til det er mørt. Hæld vandet fra. Blend til en fin pure.

REMONCEFYLD

100 g farin
1 ts. kanel
100 g blødt smør

Rør farin og kanel sammen med det bløde smør. Bland remoncen med gulerodsfyldet - vær obs på at gulerodsfyldet ikke er for varmt.

Rul dejen tyndt ud med en kagerulle på et meldrysset bord, og fordel remoncen i et jævnt lag oven på dejen. Rul dejen sammen, og skær den i skiver. Læg skiverne op af hinanden på en bageplade med bagepapir. Bag i ovnen ved 170 grader i 15-20 minutter.



Karoline Trier

—
SMAG & BALANCE

GULERODSSUPPE

6 gulerødder
2 kartofler
3 fed hvidløg
2 løg
1 l bouillon
2 spsk eddike
Et bundt timian
2 laurbærblade
2 dl fløde

Skyl gulerødderne og kartoflerne og skær dem i mindre bidder.

Skræl og hak løg og hvidløg groft.

Kom løg, hvidløg, gulerødder, bouillon, eddike, timian og laurbærblade i en stor gryde. Lad det koge cirka 30 minutter, til det er helt mørt. Test mørheden, ved at stikke i gulerødderne. Det skal føles blødt og næsten falde fra hinanden.

Tag laurbærblade og stilke op af suppen.

Tilsæt fløden og blend suppen med stavblender direkte i gryden, til den er helt fin og jævn.

Smag til.



Karoline Trier

—
SMAG & BALANCE

TAHINDRESSING

25 g tahin
½ citron
1 dl cremefraiche
1/2 bundt krydderurter
Salt

Kom tahin i en skål og pisk det sammen med citronsaft og salt. Tilsæt creme fraiche. Rør godt rundt og smag dressingen til.

