



Nordatlanten

22. februar 2024

Forret

Taskekrabbesalat af hele taskekrabber med flutes

Ingredienser: 4- 5 personer

- 1-2 Taskekrabber alt efter størrelse
- 1 - 2 citroner
- 1 håndfuld dild
- Lidt dild til pynt
- 2 æg
- 2 tsk. dijonsennep
- 1-2 spsk. Cremefraiche, min. 18%
- 1 spsk. Mayonnaise.
- 2 dl. Syltede tilbehør.
- 1 snackpeber

Forberedelse af krabberne

Kog krabberne i rigeligt vand og tilsæt 2 spsk. salt pr. liter vand.

Kom nogle skiver citron i samt noget friskkværnet peber.

Lad krabberne koge i 10-12 minutter og lad dem køle af i kogevandet i 15 minutter.

Fremgangsmåde krabber

Lav nu krabbesalaten klar til kødet.

kog æg til de er hårde og skær dem derefter i små stykker.

I en skål blandes:

Hakkede æg, Finthakket surt, Snackpeber, dijonsennep, mayonnaise, cremefraiche, finthakket dild og lidt frisk presset citron.

Derefter kan krabberne komme i koldt vand, så de er til at pille.

Husk alt i en krabbe kan spises på nær gællerne og maven der sieder lige bagved øjnene.



Pil nu alt kødet ud af krabberne og kom det i en skål. Pas på at der ikke kommer skaller med, da de er trælse at tygge på.

Kom det fint delte kød i skålen med de andre ingredienser og smag til med salt og peber.

Anret på tallerken med 2 stk. frisk flutes med krabbesalaten. Pynt med dild og citron.

Resten af krabbesalaten kommes tilbage i skallen pyntes og stilles på bordet med ekstra flutes.

Flutes

Ingredienser flutes: 4 personer

- 50g gær
- 5 dl vand
- 1,5 spsk salt
- 100 g rugmel
- 800 g hvedemel

Fremgangsmåde flutes

- Rør gæren ud i lunkent vand
- Tilsæt salt og rugmel og ælt hvedemelet i lidt ad gangen. Det er ikke sikkert det hele skal bruges.
- Stil dejen til hævnning i 30 minutter. Slå den ned og form 3 flutes.
- Dæk dem til med et viskestykke og lad dem efterhæve i 20 minutter et lunt sted.
- Pensel flutes med vand og bag dem i ovnen ved 250 grader i ca. 15 minutter.



Hovedret

8 Armede blæksprutte med "Juicy" ris

Ingredienser: blæksprutte

- 1. stk. blæksprutte
- 3 stængler blegselleri
- 2 store løg
- 1 gulerod
- 1 fed hvidløg
- Ca. 3 dl olivenolie
- Ca. 4 æg
- Rasp
- 1 lille håndfuld persille til pynt
- 1 citron

Ingredienser: ris

- Olivenolie
- 1 – 2 stk. finthakket løg
- 1 spk. tomatpasta
- 1 håndfuld langkornet ris pr. person + 1 ekstra.

Fremgangsmåde blæksprutte

Tjek at blæksprutten er helt rengjort, og at næbet er fjernet.

Pil løg og skær den i tynde skiver.

Rens blegselleri og skær dem i tynde skiver.

Skræl og skær gulerod i tynde skiver.

Snit hvidløg fint.



Tilberedning blæksprutte

Kom 1 dl. olivenolie i en stor gryde eller høj pande.

Lave en "seng" af de snittede grøntsager i bunden gryden og læg den rengjorte blæksprutte oven på.

Under låg tilberedes blæksprutten til den er mør. Det tager ca. 30 minutter.

Undgå at løfte på låget under tilberedning, da blæksprutten tilberedes i sin egen væske.

Når blæksprutten er nok tages den op af gryden og placeres i et sigte, så resterende væske kan løbe tilbage i gryden.

Sigt alle grøntsagerne fra fonden, så du kun har den rene fond.

Alternativt blend det hele rigtig godt og hæld det igennem et sigte.

Fonden skal gemmes og bruges senere til risen.

Når blæksprutten er kølet ned, så skal den parteres. Armene skæres af op i kroppen.

Den tynde del skæres i små bidder, samt resten af kroppen og gemmes til risen.

Den tykke del skæres i ca. 2 cm. længde og flækkes "NÆSTEN" hele vejen igennem fra sugekop siden af.

Dobbelt paner derefter de tykke stykker af blæksprutten i æg og rasp tilsat salt og peber. Derefter ligger i dem på noget bagepapir indtil de skal friteres.

Friter de panerede stykker på en pande med ca. 1 cm olie på hver side så de er gyldne. De skal ikke have langtid, da de er tilberedte og lad dem dryppe af på noget bagepapir.

Tilberedning ris

Pil og hak løget fint, kom olie i en stor gryde og under middelvarme vendes løg, indtil de er gyldne.

Tilsæt tomatpasta og rør godt rundt. Derefter tilsættes risen og røres godt rundt, så alle ris er godt dækket.

Tilsæt halvdelen af fonden til risene og lad det simre ved svag varme. Undervejs tilføjes der vand lidt ad gangen. Når risene er ved at være færdige, tilsættes det sidste fond og de små blækspruttestykker og koger lidt ind, men de må IKKE blive tørre. Der skal være væske tilbage i risen.

Anret på tallerken med ris og de friterede blækspruttestykker. Pynt med persille og en båd af citron.

Server evt. friskbagt flutes til.