

BEREGNET TIL
300 SKOLEBØRN
13-15 ÅR

FISKEFRIKADELLER

MED BÅDKARTOFLER, SPIDSKÅLSSALAT OG REMOULADE

INGREDIENSER

Fiskefrikadeller:

20 kg hakket torsk
5 kg røget hakket spæk
6 kg revet løg
50 æg
5 l mælk
2,5 l mel
Salt og peber efter behov

Bådkartofler:

60 kg kartofler
Paprika, salt, peber
Rapsolie

Spidskålssalat:

30 hoveder spidskål
40 æbler
1 kg mandler
500 g sesam
1 l olie
6 dl æbleeddike
Salt, peber, sukker

FREMGANGSMÅDE

Fiskefrikadeller

Denne fars rækker til 600 fiskefrikadeller, hvor hver farsklump til dellerne vejer 70g/stk.

Alle ingredienser kommes i røre kedlen og røres med k-spaden. Vores rørekedel kan trække 8 l vand, så derfor er vi nødt til at halvere opskriften for at kunne røre den.

Steg en lille smagsprøve, både for konsistens og smag.

Steg dellerne i rapsolie til de har fået stegskorpe. De kan med fordel få det sidste i ovnen ved 200 grader i ca. 6 min.

Bådkartofler

Vask kartoflerne og skær dem i både. Vend dem med olie, paprika, salt og peber efter ønske. Vigtigt at kartofler ikke svømmer i olie, da de vil koge i stedet for at stege i ovnen. Steg i forvarmet ovn ved 200 grader i 35 min.

Spidskålssalat

Snit spidskålen fint. Skær æblerne i tynde halve skiver. Rist sesam og mandler og hak mandlerne groft.

Mix olie, æbleeddike, salt, sukker og peber efter behov.

Mix spidskål og æbler og hæld dressingen over og vend rundt. Tilsæt sesam og mandler lige inden servering.



LOMA
UNDER
VISNING
OPSKRIFT

FILSTED
VEJENS
SKOLE

BEREGNET TIL
300 SKOLEBØRN
13-15 ÅR

REMOULADE

INGREDIENSER

Til mayonnaise:

0,7 l pasteuriseret æggeblomme

3,3 l rapsolie

2 spsk salt

½ dl æbleeddike eller frisk citronsaft

Grøntsager:

10 store gulerødder

4 blomkål

2 fennikel

1 dl æbleeddike

3 spsk sukker

1 dl sennep

200 g syltede drueagurker

5 bundter kørvel

FREMGANGSMÅDE

1. Mayonnaise

Hvis i har en stor cylinder formet målebægre der kan rumme 4 l, kan I med fordel lave jeres mayonnaise med en stavblender. Det går meget hurtigere.

Start med at hælde æggeblommerne op, tilsæt salt, æbleeddike/citron og til sidst olien. Det er vigtigt at æggeblommemassen dækker hovedet af stavblenderen, ellers suges olien for hurtigt ind og vil skille mayonnaisen. Så en beholder på ca. 15cm i diameter. Lad massen stå et øjeblik før i stikker stavblenderen ned til bunden.

Start med kun at blende i bunden i ca. 10 sekunder og træk derefter stille og roligt stavblenderen opad. Og vupti, hjemmelavet mayonnaise i turbo fart.



2. Grøntsager

Skræl gulerødderne og riv dem groft. Skær fennikel i små tern. Riv blomkålen groft. Kom alle gulerødder, fennikel og blomkål i gryde med æbleeddike og sukker. Kog så de stadig har bid og køl derefter ned. Hak drueagurkerne og kørvel fint.

3. Remoulade

Vend de afkølede grøntsager med mayonnaisen og de øvrige ingredienser. Smag til med salt, peber og sukker. Tilsæt evt. gurkemeje for en mere gul farve.



LOMA
UNDER
VISNING
OPSKRIFT

FILSTED
VEJENS
SKOLE