



Urtefrikadeller på bål



- 1 kg hakket oksekød (el. hakket kalv/flæsk)
 - 3 æg
 - 1,5 dl havregryn
 - 3 løg
 - 1,5 dl hakkede urter
 - 1,5 spsk. groft salt
 - friskkværnet peber
-
- Tag evt. handsker på og bland farsen godt med hænderne.
 - Lad farsen hvile en halv times tid.
 - Form små frikadeller med hænderne. De må ikke være for store, for så er det svært at få dem stegt igennem. Brug evt. en ske til hjælp.
 - Gør en pande godt varm over bålet.
 - Kom rigeligt med olie på panden.
 - Steg frikadellerne på panden.
 - Hold øje med dem, så de ikke brænder på.



Urtepesto



- 1 bundt persille –hakket
 - 0,5 l små friske lysegrønne skud af skvalderkål, røllikeblade, blade fra vejbred og evt. andre friske skud (de små smager bedst)
 - 125 g. fast ost
 - 1 hele hvidløg
 - 125 g. hasselnødder
 - 0,5 citroner
 - 0,25 l olie – konsistensen justeres undervejs
 - salt og peber
-
- Hak urterne meget fint.
 - Finddel ost, nødder og hvidløg ved at hakke fint med en kniv eller ”mose” i en morter. Der må gerne være nødder, der er grofthakkede.
 - Pres saften af citronerne.
 - Bland det hele i en skål.
 - Juster konsistensen med olie.
 - Smag til med salt og peber.



Tomatchutney med sødskærm

- 100 g sukker
 - 2 rødløg - hakket
 - 1-2 håndfulde blade fra sødskærm - hakket
 - 10 korianderfrø
 - 10 fennikelfrø
 - salt
 - 1 dl rødvinseddike
 - 10 tomater i grove tern
 - friskkværnet peber
-
- Smelt sukker i en gryde – uden at det brænder på.
 - Tilsæt løg, sødskærm, korianderfrø og fennikelfrø.
 - Tilsæt salt.
 - Når løgene er bløde, da tilsæt rødvinseddike og tomat.
 - Lad chutneyen koge i gryden uden låg, indtil den har en passende konsistens. Er der meget vand i tomaterne kan det tage 30-45 min.
 - Smag til med peber.
 - Pynt med blade fra sødskræm, når chutneyen serveres.

God til frikadeller, pølser, kødretter og meget andet...



Syltede hyben

- 500 g rensede hyben
 - 100 g rørsukker
 - 1 vaniljestang (kornene)
 - ¾ dl æblecider-eddike
 - saft af 2 citroner
 - 1 dl. vand
-
- Rens hyben: Skær et hyben over i 2. Skrab stenene ud med en teske.
 - Kom alle ingredienser, på nær hyben, i en gryde og kog 5-10 min.
 - Tilsæt de hakkede hyben og kog cirka 15 min. Der skal stadig være hele hybenstykker, så de skal ikke koges til grød.

God til ost!



Mirabelle-chutney

- 1 kg mirabeller
 - 2 hele kardemommekapsler
 - 1 spsk. friskrevet ingefær
 - 1/4 spsk. chiliflager
 - 200 g rørsukker
 - 1 dl æblecider-eddike
 - salt og peber
-
- Udsten mirabellerne. Tip: Tag et tyndt plastikrør som fx håndtaget på et fødselsdagsflag af plastik. Skær 5-10 cm af og stik røret ind i mirabellen, der hvor stiklen har siddet, og skub kernen ud.
 - Rist kardemommekapslerne på en tør pande. Når de dufter, knuser du skallen og tager frøene ud og støder dem i en morter.
 - Kom alle ingredienser i en gryde og lad dem koge 20-30 min. Smag til med eddike, sukker, salt og peber.



Ekstra plukketips Kongskilde

De øvrige tips finder du på Kongskilde Naturcenter!

Forår

I bøgeskoven kan du hente grønt til salatskålen. De nyudsprungne, lysegrønne bøgeblade har en mild smag. Husk at bøgebladene skal være helt lysegrønne. Så snart de er blevet mørkere, er de seje og uspiselige.

Sommer

Kronbladene fra hybenroser har en stærkt parfumeret smag. Prøv at hakke dem og blande dem i honning. Hybenroser finder du ved Tystrup Sø.

Hyld vokser langs stier og skovveje i det åbne land. Brug de aromatiske, hvide blomsterskærme til hyldeblomstsaft.

Mirabeller vokser i levende hegn og langs stier nordvest for Kongskilde. Du finder dem, hvis du fx går op mod Bjerget.

Efterår

Hyldebær kan bruges til saft, toddy eller suppe. Hyldebær og æble er gode sammen i en marmelade. Husk, at bærrerne er giftige i rå tilstand.

I skoven nordvest for Kongskilde og langs stier i det åbne land findes masser af hasselbuske. De friske nødder har en fin smag og kan spises, som de er, eller blendes med urter og olie til en pesto.

Langs stier og skovveje, især i området omkring Ny Rytterbjerg, vokser mange æbletræer. Her kan du plukke æbler fx til en varm æbletoddy.