



**Oppskrifter for en
vellykket sommerfest**

Semper®

En fest

Årstiden for de hyggelige festene og sammenkomstene er her – om det så er med slekt og venner, skoleavslutning eller Sankthansaften.

Vi vil gi deg inspirasjon og oppskrifter til en vellykket glutenfri sommerfest. Utvalget i dag er stort og variert - slik at du og dine gjester skal få en smakfull opplevelse.

I Semper jobber vi med å utvikle nye produkter og forbedre gamle klassikere for at du skal ha et så god liv som mulig både til hverdags og fest.

Velkommen!



Oppskriften til en vellykket sommerfest!



Ståle Herje er kokk og har vært glutenintolerant hele livet. Her er hans beste tips for sommerfesten.

- *“Når jeg inviterer venner lager jeg mat som ALLE kan spise”*
- *Jeg velger alltid rene glutenfrie råvarer og byr gjerne på kald mat, så jeg kan være med på festen selv.*
- *Jeg forsøker å lage maten ferdig på forhånd – helst vil jeg ha alt ferdig et par timer før gjestene kommer. Om jeg ikke får laget alt ferdig før gjestene kommer, kan like gjerne alle delta på kjøkkenet.*
- *Jeg bruker ferske råvarer – og tenker på sesong. Sesongens råvarer er ofte rimeligere, smaker bedre og gir god variasjon. Server gjerne rettene hver for seg, så kan gjestene selv kombinere mat og smak!*

Skal du på fest?

Det kan være greit å si ifra på forhånd at du er glutenintolerant. Det er bedre enn at vertskapet føler at de ikke har noe å servere. Gi gjerne tips til hva som enkelt kan kjøpes inn og lages. Dobbeltsjekk menyen før du drar på festen, slik at du eventuelt kan kjøpe med noe på veien.



Pastasalat Genovese

4-6 porsjoner (8-10 buffet porsjoner)

500 g *Semper Fusilli*
2 dl *pesto alla genovese* (kjøpt eller hjemmelaget)
300 g cherrytomater
250 g mozzarella evt. fersk mozzarella
300 g rucola
1/2 dl god olivenolje
1 tsk flaksalt
Nymalt svart pepper

Evt. pynt: pinjekjerner og basilikumblader

Slik gjør du:

Kok pasta som anvist på pakken og avkjøl i rennende kaldt vann. Bland pesto og olivenolje i pastaen. Del cherrytomatene i to og skjær mozzarella i terninger. Vend tomater, ost og rucola i pastaen. Smak til med flaksalt og svart pepper. Pynt gjerne med pinjekjerner og basilikumblader. Buon Appetito!

Grønn pesto

4-6 porsjoner

1,5 dl (1 potte) fersk basilikum
1/2 dl persille
1,5 ss revet parmesan
2 ss ristede pinjekjerner
1 fedd hvitløk
1 dl olivenolje
1/2 krm salt
litt svart pepper

Slik gjør du:

Rist pinjekjernene lett i tørr stekepanne. Bland alt sammen i en foodprocessor og kjørl til det blir en litt kornete masse.



Tips!

Supergodt til parmaskinke, salami, ferske reker og kylling.





Middelhavsbrød

1 stk

1 pk Semper Landbrødmix (gjær følger med)
3,5 dl lunkent vann (ca 37 °C)
1 pk fetaostterninger i olje og krydder (ca 150 g)

Slik gjør du:

Ha miks og gjær i en bakebolle. Tilsett vann og fetaost, inklusiv olje og krydder. Bland sammen til en jevn deig. Hell deigen på et stekebrett kledd med bakepapir og form deigen til et avlangt brød. La heve tildekket ca 30 minutter. Snitt i brødet med kniv. Stek brødet i ovnen ved 250 °C i 20 minutter. La brødet avkjøles.

Cesar salat

10 porsjoner

Romano salat

Dressing:

2 eggeplommer
1 fedd hvitløk
1 ts dijonsennep
Saften av 1 sitron
3 finhakket ansjosfilet
50 g revet parmesan
1 dl nøytral olje/solsikkeolje
1/2 dl olivenolje

Landbrød:

1 pk Semper Landbrødmix
Lages som beskrevet på pakken.

Slik gjør du:

Vask og tørk salaten. Bland alle ingrediensene i en foodprocessor. Bland salat og dressing godt. Strø krutonger eller crostini på toppen. Serveres med nybakt glutenfritt landbrød.

Tips til festoppskrift?

Har du en glutenfri oppskrift du vil dele? Send oss gjerne mail slik at flere glutenintolerante får nyte godt av ditt tips.

smaafolk@smaafolk.no

Pletter

4-6 porsjoner

Røre

3 dl *Semper Finmix*

2 stk egg

3 dl vann

1 ss mørk sirup

1/2 tsk salt

2 ss vaniljesukker

Til steking

Smør/margarin

Fyll

1/2 liter friske jordbær

2 dl kremfløte

1 ss sukker

Slik gjør du:

Visp sammen egg, vann og mørk sirup. Tilsett miksen og visp sammen til en jevn røre. Bland i resten av vannet, salt og vaniljesukker.

Stek plettene i stekepannen.

En spiseskje per plett. Stekes på begge sider på middelse høy varme.

Skjær jordbær i skiver og stø på litt sukker. Pisk kremfløten.

Legg pletter, jordbær og krem lagvis og avslutt med en plett. Fire pletter passer bra til en porsjon. Topp med en kremklatt, noen jordbærskiver og sitronmelisse. Serveres med en gang! Nam!

PS. Du kan også lage et pannekaketårn isteden, med samme oppskrift.



Blinie med rogn, rømme og rødløk

24 stk (6-8 porsjoner som forrett)

Blinier

1 dl *Semper Finmix*

1,5 dl bokhvetemel

2,5 dl melk, lunken (37 °C)

3/4 dl rømme

10 g gjær

1 eggeplomme

1 eggehvite

1 krm salt

Til steking

Smør/margarin

Tilbehør:

20 g rogn

3 dl rømme

2 rødløk

Slik gjør du:

Rør ut gjæren i melken. Tilsett melk, rømme, eggeplomme og salt, og visp til en jevn røre. La hvile i 30 minutter. Stivpisk eggehvitten og vend den forsiktig inn i røren. Stek bliniene i stekepannen. En spiseskje per blinie. Stekes på begge sider på middels høy varme. Blinier kan også stekes i ovnen.

Tips!

Stek blieniene på forhånd og varm dem på en stekeplate i ovnen like før servering.



Pizza Cacciatore

2 porsjoner eller 8 biter

1 pk Semper Pizzabunner

Fyll:

1 dl tomatsaus (kjøpt eller hjemmelaget)

125 g mozzarella, fersk

4 skiver Parmaskinke

Ferske basilikum blader

Svarte oliven

Tomatsaus:

2 dl hermetiske tomater

2 ss tomatpuré

1/2 løk

1 fedd hvitløk, presset

1/2 tsk sukker

1/2 krm salt

2 ss olivenolje

1/2 krm svart pepper

1 krm oregano

1 krm basilikum

Slik gjør du:

Finhakk løken og fres den i olivenolje. Tilsett presset hvitløk og tomatpuré og la det frese noen minutter. Ha i hermetiske tomater, salt, sukker og krydder, og la sausen småkoke noen minutter. Fordel sausen på pizzabunnene og legg på skiver av mozzarella. Stekes i ovn ved 200°C i ca 10-12 minutter. Skjær pizzaen i biter og pynt så med parmaskinke, oliven og basilikum. Passer godt på en sommerbuffet.

Tips! Lag gjerne dobbel porsjon med tomatsaus slik at du har saus til flere retter som passer på en sommerbuffet. Sausen passer supert til f.eks. Semper glutenfrie pasta, kjøttboller eller skaldyrpasta.

Crostini med Chèvre og ristede valnøtter

8-10 gjester

Slik gjør du:

1 pk Semper Crostini

200 g chèvre

80 g valnøttkjerne

flytende honning

evt. små kvister med

fersk rosmarin

La chèvren ligge i romtemperatur i ca 1-2 timer for best konsistens og smak. Rist valnøtter i en tørr stekepanne. Skjær bort de harde kantene på chèvren og legg på 1 tsk på hver crostini. Legg på en halv valnøttkjerne og drypp forsiktig litt honning over. Pynt med rosmarin.

Tips! Crostini kan pyntes med forskjellige pålegg f.eks. tapenade, Snøfrisk med fikenmarmelade, skagenrøre, gåselever, ulike typer ost og urter, grønnsaker osv.

Spinatpai

1stk gir 12 biter

Paiskall

3 dl Semper Landbrødmix

100 gr margarin, romtemperert

1 egg

Fyll

400 gr spinat, tint

1 gul løk, hakket

3 dl melk eller vann

3 egg

1 dl Semper Landbrødmix

Salt og pepper



Slik gjør du:

Sett ovnen på 200 °C.

Smuldre margarin og miks. Ha i egget og bland alt godt. Trykk ut deigen i en paiform, ca 28 cm i diameter. Bland sammen alle ingredienser til fyllet. Hell blandingen i paiskallet. Sett paien i ovnen og senk temperaturen til 180 °C. Steketid: 40 minutter.



Svensk "Smörgåstårta"

ca 10 biter

2 pakke Semper Toasty Lyst brød

200g røkt skinke

1/4 agurk

1 stk rødløk

1 ss dijonsennep

2 ss majones

2 dl creme fraiche

1 krm svart pepper

1 krm salt

Pynt

2 dl kremfløte

2 ss majones

1/4 gurka

8 skinke, rullet sammen

8 skiver ost, rullet sammen

4 små drueklaser

20 pillede reker

1 bunt persilledusker eller dill

Fyll

Riv agurken på et rivjern, grovt. Klem ut agurksaften med hendene og legg massen i en skål. Riv rødløken på et rivjern, grovt og klem ut saften. Saften klemmes ut for at fyllet ikke skal bli for bløtt. Bland i crème fraiche, majones, dijonsennep, salt og pepper. Finhakk skinken og bland den inn i røren.

Kaken

Skjær av skorpene på brødet. Legg ut ni skiver brød på et fat og bruk skalkene i kakebunnen. Ha på halvparten av skinkerøren på kakebunner. Legg et nytt lag med brødskiver og ha på resten av røren. Legg på det siste laget med brød.

Pynt

Pisk kremen til en ganske fast krem og rør i majonesen. Stryk et jevnt lag med krem utover kaken og dekk kantene godt. Lag agurkskiver med en ostehøvel og pynt med agurkskiver rundt kanten. Pynt kaken etter smak.

Semper crostini med aioli og røkelaks

1 pakke Semper Crostini

Røkelaks

Aioli

2 eggeplommer

1 ts salt

2 dl rapsolje/solsikkeolje

1/2 dl olivenolje

1 ss sennep

3 ss eddik

3 fedd hvitløk

smak til med pepper om ønskelig

Slik gjør du:

Visp sammen eggeplommer og salt. Hell oljen i en tynn stråle mens du hele tiden pisker kraftig. Smak til med eddik, salt og evt. pepper, og bland inn presset hvitløk. La aiolien stå kjølig minst et par timer før servering. Legg crostini på et fat og topp med 1 ts aioli og røkelaks. Pynt evt. med urter."

Tips!

"Smörgåstårta" kan varieres i det uendelige. Mange bruker leverpostei på et lag, noen hakker egg i skinkerøren. Andre bruker røkt viltkjøtt i stede for skinke og smaksetter med pepperrot. Når det gjelder pynt er det bare å bruke fantasien.





Semper[®]

Semper AS, Vollsveien 9, 1366 Lysaker www.semperglutenfritt.no