

KARTOFLER: KOGT – MOSET – STEGT

Kartoflen og stivelse

Stivelse kan en masse ting - både i madlavning og i vores krop. Det kan suge vand og svulme op til en fastere masse. Vandet lægger sig inde i stivelsesmolekylernes store spiraler (se billede på nettet) og holdes fast. Melet føles blødt, og vandet mindre vådt. Hvis stivelsesmassen skal holde, skal vand og stivelse varmes op. Det udnytter vi i kartofler i madlavning.

Kogte kartofler – en kunst at gøre godt

500 g kogefaste kartofler

1 liter vand

1 ½ tsk. salt (7 gram)

50 g smør

50 g hel parmesan

- 1.Skrab skallen af kartoflerne med urtekniv (når det bliver efterår kan man ikke længere skrabe og så skal kartoflerne skrubbes, og så pilles efter de er kogt)
- 2.Bring vand og salt i kog (tag hensyn til pladsen)
- 3.Kom kartoflerne i.
- 4.Kog dem i 17 min. Tjek om de slipper en urtekniv. Giv dem evt. 3 min til.
- 5.Hæld vandet fra og kom smørret i gryden – ryst den så smørret smelter.
- 6.Kom kartoflerne i en skål og riv parmesanen fint over. Server og nyd dem.

Kartoffelmos

500 g melede kartofler (eks Raja eller King Edward)

vand

50 g smør

lidt mælk eller fløde

Salt og peber

Pynt: 2 spsk. hakket purløg

- 1.Skræl kartoflerne
 - 2.Skær dem i terninger på ca 2x2 cm
 - 3.Kom dem i en kasserolle (hvor de kan være, med lidt ekstra plads)
 - 4.Dæk med koldt vand, men ikke mere end lige dækket
 - 5.Bring i kog EN GRYDE UDEN LÅG KOMMER KUN LANGSOMT I KOG
 - 6.Skru ned og kog ved lavere varme i 20 min.
 - 7.Sluk og hæld alt vandet fra
 - 8.Mos kartoflerne ned i gryden med et almindeligt piskeris (ikke piske!) sammen med smørret og mælken
 - 9.Smag til med salt og peber
 10. Servér med hakket purløg
- NB: KOG ALDRIG KARTOFLER TIL MOS MED SALT – så hænger spiralerne sammen og mosen bliver "lang".

Kartoffelfrit-både i ovn

500 g jævne (mellemstore) kartofler af en delvist fast kartoffel (f.eks Folva)

2 spsk. olivenolie

1 spsk. groft salt

peber

Tilbehør: Guacamole af moset avocado med lidt yoghurt, 1 fed fintrevet hvidløg, salt og (chili)peber.

TÆND OVNEN PÅ 200 grader varmluft

- 1.Skræl kartoflerne
 - 2.Skær kartoflerne i både (der skal være 6-8 både per kartoffel skåret på langs)
 - 3.Skyl dem
 - 4.Spred dem ud på bageplade med bagepapir
 - 5.Sæt dem midt i ovnen i 5 min. så de lige tørrer. Tag dem ud og vend dem i en skål med olie, salt og peber
 - 6.Spred dem ud igen på pladen med bagepapir
 - 7.Sæt dem i ovnen og skru op til 225 grader. Steg dem (det hedder det også i ovnen) i 20-25 min til de er lysebrune og sprøde.
- Servér varme med en guacamole til som dyp.