



TI LETTLAGDE OPPSKRIFTER MED KONSENTRERT FOND



NY OPPSKRIFT. MER SMAK.

Knorrs konsentrerte fonder er blant våre mest allsidige ingredienser. Du kan bruke dem som basis for supper, sauser, gryteretter, marinader og en rekke andre retter. Du kan også bruke dem til å sette smak på retten under eller mot slutten av tilberedningen, når du vil sette litt ekstra smak på det du lager.

Med våre nye og forbedrede fonder i flytende og konsentrert form blir det enda lettere å få riktig smaksprofil på dine yndlingsretter. Vi har nemlig forandret oppskriften bitte litt og løftet frem hovedingrediensene enda mer. Det gjør at grønnsaksuppen din smaker mer grønnsaker, fiskegryten mer fisk og hummersausen mer hummer. Dessuten har vi sørget for å redusere saltinnholdet. Først ute er våre nye og forbedrede fisk-, hummer- og grønnsaksfonder, men vi vil oppdatere hele sortimentet vårt fortløpende.

I dette heftet finner du ti nykomponerte oppskrifter som viser hvordan du kan bruke Knorrs konsentrerte fonder i matlagingen. Gå heller ikke glipp av våre smarte tips på [ufs.com/fondhacks!](https://www.ufs.com/fondhacks/)





LAKS BENEDICT

10 personer

Ingredienser

Posjerte egg:

10 stk. egg
30 g eddik
2 l vann
15 g salt

Hollandaisesaus:

3 stk. eggeplommer
25 g Knorr Konsentrert Fiskefond
30 g sitronsaft
30 ml vann
500 ml klarnet smør

Gjør følgende:

Posjerte egg:

1. Hell vann i en lav og vid kasserolle, la koke opp og tilsett salt og eddik.
2. Skru ned varmen så vannet bare småkoker.
3. Knus et egg i en kopp og la det gli sakte ned i vannet. Så snart hviten har stivnet, er egget ferdig. Det tar ca. 3 minutter. Ta opp med hullsleiv og la vannet renne av. Holdes varmt.

Hollandaisesaus:

1. Varm opp smøret til 55 grader.
2. Visp sammen eggeplommer med sitron og vann i en kasserolle. Visp eggeblandingen på moderat varme på komfyren eller over vannbad til den holder 65 grader. Ta kasserollen av varmen når eggeblandingen har nådd riktig temperatur.
3. Tilsett klarnet smør i eggeblandingen i en tynn stråle under konstant visping.
4. Smak til sausen med Knorr Fiskefond, hvit pepper og ekstra sitronsaft.

Stekt laksetartar:

1 kg laksefilet, skåret i små terninger
400 g syltede rødbeter, skåret i terninger
5 g gressløk, finhakket
hvit pepper, nykvernet

Stekt laksetartar:

1. Bland oppskåret laks med rødbeter i terninger og gressløk, og smak til med salt og hvit pepper.
2. Form laksetartaren til biffer og stek dem i 1 minutt på hver side på moderat varme.
3. Til servering: Legg de posjerte eggene på laksebiffene og hell til slutt hollandaisesausen over eggene. Serveres med en gang.

Tips! Laks Benedict smaker ekstra godt sammen med en grønn salat.



BEURRE BLANC, SMØRSAUS MED HVITVIN TIL FISK

10 personer

Porsjonsstørrelse: 102 ml

Ingredienser

100 g sjalottløk
5 dl hvitvin
fersk chili
50 ml Maille hvitvinseddik
20 ml Knorr Konsentrert Fiskefond
350 g smør

Gjør følgende:

1. Fres finhakket løk i olje.
2. Tilsett Maille Hvitvinseddik og hvitvin. Kok ned til ca. en tredjedel.
3. Tilsett kaldt smør ved hjelp av en stavmikser.
4. Smaksettes med Knorr Fiskefond og urter.



RATATOUILLE MED HVIT GEITOST

10 personer

Porsjonsstørrelse: 115 ml

Ingredienser

150 g squash
200 g paprika i forskjellige farger
150 g ferske sjampinjonger
150 g gulrot
100 g rødløk
100 g Knorr Tomatino
50 g steinfrie oliven
20 g Knorr Professional Hvitløkspuré
30 ml Knorr Konsentrert Grønnsaksfond
200 g hvit geitost
olivenolje
rosmarin

Gjør følgende:

1. Skjær grønnsakene grovt og fres dem i olivenolje.
2. Tilsett Knorr Professional Hvitløkspuré og rosmarin.
3. Bland i Knorr Tomatino, Knorr Grønnsaksfond og krydre med svart pepper.
4. Legg grønnsakene i en ildfast form og strø over geitosten.
5. Gratiner i varm ovn til overflaten har fått en fin gyllen farge.

TORSKE- CEVICHE

👤 10 personer

Ingredienser

750 g	torskefilet, skåret i terninger
500 g	avocado, skåret i terninger
300 g	Granny Smith-eple, skrelt og skåret i terninger
10 g	rød chili, uten frø, finhakket
30 g	sjalottløk, finhakket
200 g	Hellmann's Majones
300 g	Knorr Fraiche
30 g	eplecidereddik
	koriander

Limemarinade:

150 g	limesaft
60 g	olivenolje
45 g	Knorr Konsentrert Fiskefond

Til servering:

2 stk. lime, i båter

Gjør følgende:

1. Bland Hellmann's Majones, Knorr Fraiche og eplecidereddik i en skål.
2. Visp sammen ingrediensene til limemarinaden.
3. Bland torsken med de andre ingrediensene inklusive limemarinaden, smak til med svart pepper. Avkjøles godt i 1,5 timer før servering.
4. Legg en skje av sausen i bunnen av ti glass og fordel cevichen over. Dekorér med koriander og chili.
5. Serveres med en gang.





HUMMERBEARNAISE MED GRØNN ASPARGES OG REKER

10 personer

Ingredienser

600 ml klarnet smør
2 ss sjalottløk, finhakket
70 ml Maille Hvitvinseddik
30 ml vann
4 stk. eggeplommer
35 g Knorr Konsentrert Hummerfond
3 g estragon
3 g kjørvel
tabasco etter smak.

Til servering:

750 g grønn asparges
300 g reker, nyskrelte

Gjør følgende:

1. Varm opp smøret til 55 grader. Sett til side.
2. Kok opp sjalottløk og Maille Hvitvinseddik, reduser til halvparten og ha i vann. Sil av reduksjonen og tilsett eggeplommene; varm opp til 65 grader under visping, enten over vannbad eller direkte på komfyren.
3. Dra kasserollen bort fra varmen og tilsett klarnet smør dråpevis under konstant visping, sakte til å begynne med og deretter raskere.
4. Smak til med Knorr Hummerfond, finhakket estragon, kjørvel og tabasco.
5. Serveres med kokt, grønn asparges og nyskrelte reker.

ASIATISK BULJONG MED SPRØ GRØNNSAKER OG NUDLER

10 personer

Ingredienser:

45 g	ingefær, grovt revet
30 g	hvitløk, finhakket
60 g	sitrongress, frisk
50 g	rapsolje
90 g	Knorr Konsentrert Grønnsaksfond
3 l	vann
300 g	hvitkål, strimlet
250 g	tofu, i terninger
400 g	grønne sojabønner, frosne
300 g	sjampinjonger, i skiver
100 g	vårløk, i skiver
500 g	Knorr Asiatiske Eggnudler
20 g	sesamfrø, ristede
2 stk.	lime, i båter

Gjør følgende:

1. Kok Knorr Asiatiske Eggnudler separat i lettsaltet vann i 14 minutter.
2. Fres hvitløk, ingefær og knust sitrongress i rapsolje i en gryte til blandingen er myk. Kok ut pannen med vann og Knorr Grønnsaksfond, kok opp buljongen og la det småkoke i 5 minutter. Smaksett buljongen med 3 g salt og la det trekke i 15 minutter.
3. Brun soppen i rapsolje.
4. Fordel Knorr Asiatiske Eggnudler, bønner, strimlet kål, stekt sopp og tofu i terninger i skåler, og sil den varme buljongen over grønnsaker og nudler.
5. Ved servering: Topp buljongen med vårløk i skiver, krydderurter og ristede sesamfrø. Serveres med limebåter ved siden av.



CÆSARSALAT MED SKALLDYR OG SPRØSTEKT FISK

👤 10 personer

Ingredienser

Cæsardressing:

3 stk. eggeplommer
1 g hvitløk, finrevet
30 g sitronsaft
40 g Knorr Konsentrert Hummerfond
15 g Maille Dijonsennep
40 ml vann
600 ml rapsolje
25 g parmesan, finrevet

Salat:

1200 g fiskefilet av hvit fisk
(torsk, sei, kolje eller abbor)
500 g romanosalat
50 g parmesan, skåret med ostehøvel
100 g brødkrutonger

Til panering og steking:

100 g Maizena
100 g panko (japansk strøkavring)
4 stk. egg
100 g flytende margarin
salt og pepper

Til servering:

sitronbåter

Gjør følgende:

Cæsardressing:

1. Bland eggeplommer, hvitløk, sitronsaft, Knorr Hummerfond, Maille Dijonsennep og vann i en mikser.
2. Tilsett rapsolje i en tynn stråle under miksing.
3. Bland dressingene med parmesan og om nødvendig med kaldt vann til du får ønsket konsistens.

Salat:

1. Skjær fisken i biter.
2. Krydre Maizenamelet med salt og pepper.
3. Visp sammen eggene. Vend de avtørkede fiskebitene i Maizenamelet, og deretter i egget. Til slutt rulles bitene i strøkavringen. Legg fiskebitene på bakepapir.
4. Stek fisken på moderat varme i flytende margarin i ca. 4 minutter på hver side.
5. Vend salaten i halvparten av dressingene og topp den med sprøstekt fisk, brødkrutonger, dill og parmesan. Server resten av dressingene ved siden av.





SWEET & SPICY GULROTHUMMUS

👤 10 personer

Ingredienser

150 g gulrot
5 g hvitløk
500 g kikerter, kokte og skylte
50 ml olivenolje
40 g sitronsaft
10 g honning
30 g Knorr Konsentrert Grønnsaksfond
20 g Sriracha hot sauce, eller etter smak

Gjør følgende:

1. Skrell og finhakk gulrøtter og hvitløk. Moses fint i mikser.
2. Tilsett kikerter, olivenolje, sitron, honning og Knorr Grønnsaksfond. Mikses til en jevn røre.
3. Smaksettes med Sriracha hot sauce. Hvis hummusen er for tykk, ha i 2-3 ss kaldt vann.
4. Serveres gjerne med pitabrød, frøknækkebrød og grønnsaker i staver, for eksempel agurk, blomkål, gulrot, reddik eller stangselleri. Oppbevares kjølig frem til servering.

DILLSAUS MED SITRON

👤 15 personer

🍴 Porsjonsstørrelse: 150 g

🌿 Gluten- og laktosefri

Ingredienser

1 l vann
1 l Knorr Mat Laktosefri 15 %
250 g Knorr Sauce Lemone (sitronsaus)
50 ml Knorr Konsentrert Hummerfond
50 g dill

Gjør følgende:

1. Ha vann, Knorr Mat Laktosefri 15 % og Knorr Sauce Lemone i en kasserolle.
2. Varm opp under stadig omrøring og la koke et par minutter.
3. Smaksettes med Knorr Hummerfond og til slutt finhakket dill.
4. Serveres til fisk eller skaldyr.



STEKT TORSK MED URTESAUS OG GRILLET SITRON

10 personer

Ingredienser

Fisk og garnityr:

1,5 kg hvit fiskefilet, f.eks. torsk, steinbit eller gjørs
500 g kålrabi, skrelt og skåret i terninger

Urtesaus:

250 g margarin
7 g hvitløk, finhakket
15 g persille, finhakket
15 g dill, finhakket
15 g Maille Dijonsennep
25 g Knorr Konsentrert Fiskefond
25 ml sitronsaft
2 stk. sitroner
margarin til steking

Til servering:

engsyre og finrevet pepperrot (ca. 2 gram pr. person)

Gjør følgende:

Urtesaus:

1. Ha margarin i en mikser og tilsett hvitløk, krydderurter, sitronsaft, sennep og Knorr Fiskefond. Miks til røren har en frisk grønnfarge. Smak til med hvit pepper.
2. Oppbevar kjølig frem til servering.

Fisk og tilbehør:

1. Stek torsken i margarin til innvendig temperatur er på 44 grader.
2. Del sitronen i to og stek den på snittflaten. Overflaten på sitronen skal karamelliseres og bli brun.
3. Forvell kålrabien i lettsaltet, kokende vann i ett minutt, og vend den så i litt av urtesausen.
4. Server fisken med grønnsaker, engsyre, grillet sitron og nyrevet pepperrot



NY OPPSKRIFT. MER SMAK.

