

# Vild mad



Nyttige link:

<https://naturguidemoen.dk>

<https://fanefjordskovpavillon.dk>

<https://vildmad.dk/dk>



med

Naturvejleder, biolog og indehaver af Naturguide Møn

Susanne Rosenild

Restauratør og køkkenchef i Fanefjord Skovpavillon

Lars Kleist

## Svampe med Vesterhavsostesauce

1,5 kg. Forskellige friske svampe 5 pers.

1 kg. Vesterhavsost el. en anden saltet ost fx parmesan ost

5 skiver parmaskinke

Krydderurter efter behov

Riv ost og kom i kogende vand—vandet skal kun dække osten

Lad det hvile - og lad det stå således ostefedt trækker til toppen og osteprotein falder til bunds

Læg skinke skiverne på et bage papir og de kan herefter tørres i ovnen

Udskæres/ træk svampene i ensartet stykker

Skum ostefedt af

Sigt væsken – tilsæt smør og smagt til med salt – rør det sammen til smørret her opløst sig

Steg svampene hurtig på en meget varm pande med ostefedt, husk at krydre med salt og peber

Brug den monteret ostevæske til at hæld over svampene og det hele oppes med friske urter

(Oste masser kan bruges til at lave ostechips—som laves ligesom skinke skiverne i ovnen på et stykke bagepapir)



## Armeridder med havtornskum og sauce

10 skiver daggammelt brød 200g smør til stegning 5 pers.

5 stk æg 300g sukker

1 dl mælk 1 stor spsk. Vaniljesukker

5 spsk sukker 2 spsk. Majsstivelse

5 tsk kardemomme 1/2 l. piskefløde

salt 1 sifflonpatron

7 dl. Havtornsaft 400g bær

100g flormelis

Sådan gør du

Havtornsaft (fx fra i juicer) koges op, og smages til med sukker og vanilje og jævnes med lidt majsstivelse som er udrørt i lidt vand - afkøl sauce

Opløs 100g flormelis i 2 dl. havtornsaft, tilsæt 1/2 l. piskefløde og rør det godt sammen - væsken sigtes og kommes i en sifflonflaske

Flasken skydes med én patrongas og rystes godt.

Udstik brødet i en ring

Æg, mælk, kardemomme, salt og sukker piskes godt sammen.

Dyp brødsiverne i blandingen på begge sider – bare kort, så de ikke suger for meget og bliver bløde.

Varm en pande op på middelvarme med smør og steg dem i 1,5-2 minutter på hver side, til de er guldne.

Server dine arme riddere med sauce rundt om den armeridder og sprøjt skum på midten - top det hele med efterårs bær

