

100% DIN VERDENSMAD

GoCook til verdens ende



100% DIN RET

“ Hej, jeg hedder Gorm og er kok. Jeg elsker at lave mad fra hele verden – det er herresjovt! Jeg har mødt en eventyrer, der hedder Mikkel. Han har rejst jorden rundt og smagt mad fra hele verden.

Jeg har inviteret ham på besøg i min madcamp, hvor jeg har samlet en masse unge madnørder. Se vores mange lækre opskrifter på verdensmad her i hæftet.

God fornøjelse!



100% DIN VERDENSMAD





Hej, jeg hedder Mikkel. Jeg elsker at rejse og spise mad fra mange forskellige lande - det er super fedt. Jeg har blandt andet cyklet fra Danmark til Chiles sydligste spids i Sydamerika, som man også kalder 'verdens ende'.

Jeg er lige kommet hjem fra en tur til Thailand, Indien, Zanzibar og Mexico.

Nu glæder jeg mig til at dele mine opskrifter og oplevelser med dig og de unge madnørder på Gorms madcamp.



Scan koden, og se filmen: Mikkel rejser ud i verden



NAVN Nicole
LAND Tyrkiet
RET Tyrkiske frikadeller

“ Min mor er fra Cameroun og min far er fra Tyrkiet. Jeg elsker smagen af spidskommen, som man bruger meget i Tyrkiet. Det dufter dejligt krydret.



NAVN Mathias
LAND Japan
RET Japansk sushi

“ Jeg elsker at lave mad og give retten mit eget twist. Det sværeste er nok at rulle sushien og at koge risene. Gorm lærte mig at koge de perfekte sushi-ris.



NAVN Freya
LAND Italien
RET Italiensk carbonara

“ Jeg elsker pastaretter og italienske krydderurter. Gorm lærte mig, at lave pasta carbonara helt fra bunden.



NAVN Kirstine
LAND Filippinerne
RET Filippinsk kylling adobo

“ Jeg har familie i Filippinerne. Jeg elsker at besøge dem, og vi spiser alt muligt mad sammen. Blandt andet ‘Kylling adobo’, som er nationalretten i Filippinerne.



NAVN Nikolaj
LAND Sverige
RET Svensk chokoladekage

“ Jeg er vild med at bage, og jeg elsker chokolade. Gorm viste mig, hvordan man bager chokoladekage, så den bliver helt blød og lækker.

DER ER NY CHEF I KØKKENET!

Gå på opdagelse i 100% din verdensmad.
De unge madnørder og eventyreren Mikkel
har lavet 10 spændende retter fra hele
verden. Find dem her i opskriftshæftet.

VIS OS DIN VERDENSMAD

Har du lyst til at vise os 100% din verdensmad
eller dine sejeste køkkentricks?
Så del dit billede på Instagram med
#GoCookDK



Nicoles
tyrkiske

FRIKADELLER

Se side 8



Mathias'
japanske

SUSHI

Se side 10



Freyas
italienske

CARBONARA

Se side 12



Kirstines
fillipinske

KYLLING

ADOBO

Se side 14



Nikolajs
svenske

CHOKOLADE-

KAGE

Se side 16



Se side 18



TIL 4 PERSONER

NICOLES TYRKISKE FRIKADELLER

Du skal bruge

Til frikadeller:

500 g. hakket oksekød
1 tsk. spidskommen
½ tsk. sort peber, stødt
2 tsk. salt
1 løg
3 fed hvidløg
2-3 forårsløg
2 spsk. smør
2 spsk. olie

Til bulgursalat:

2 dl. bulgur
1 rød peberfrugt
2 gulerødder
2 forårsløg
½ bundt persille

Til dressing:

1 citron
2 spsk. olie
Salt og peber

Sådan gør du

1. Vask hænder.
2. Mål alle ingredienserne af.

Frikadeller:

3. Tag en skål, og kom det hakkede oksekød i.
4. Kom spidskommen, peber og salt ned i skålen til oksekødet.
5. Pil løget og hvidløgsfeddet. Tag et skærebræt, og hak både løg og hvidløg fint. Kom det op i skålen til oksekødet.
6. Skyl forårsløg, og hak det fint. Kom det op i skålen. Vask hænder.
7. Rør blandingen sammen til en fars. Du kan også bruge hænderne.
8. Form 12-15 frikadeller med en spiseske, og læg dem på en tallerken. Vask hænder.
9. Tag en stegepande, kom smør og olie på, og varm det op. Når stegepanden er godt varm, og smørret er færdigt med at bruse, lægger du frikadellerne forsigtigt på. Når frikadellerne har stegt på middel varme i 5-6 minutter på den ene side, vender du dem, og steger dem 5-6 minutter på den anden side.
10. Skær en frikadelle over, og tjek om den er stegt færdig. Den må ikke være rød indeni. Læg frikadellerne over på et rent fad, når de er færdige.

Bulgursalat:

11. Læs på pakken, hvordan du koger bulguren, og kog den i en gryde. Scan QR-koden på side 19, og se, hvordan du koger bulgur.
12. Skyl peberfrugt, forårsløg og persille. Skræl gulerødderne.
13. Tag et skærebræt, og skær peberfrugt, forårsløg og gulerødder i små stykker på cirka ½ x ½ centimeter. Kom det op i en skål.
14. Hak persillen fint, og kom den op til de andre grøntsager i skålen.
15. Bland den kogte bulgur med grøntsagerne i skålen.

Dressing:

16. Tag en lille skål eller en kop. Kom citronsaft, olie og salt i, og bland det sammen med en gaffel.
17. Hæld dressingen over bulgursalaten, og bland det godt.
18. Server bulgursalaten sammen med frikadellerne.

TIP!

Du kan sætte 2-3 frikadeller på et træspyd, når du serverer.



Scan koden, og se,
hvordan Nicole
rører farsen.



I Tyrkiet bruger
man ofte spids-
kommen i maden.





Sushi kommer
fra Japan.



TIP!

Husk, at fyldet til rullen ikke må
være tykkere end din lillefinger.



Scan koden, og se,
hvordan Mathias
ruller sushi.

MATHIAS' JAPANSKE SUSHI

TIL 4 PERSONER

Du skal bruge

Til ris & marinade

250 g. sushi-ris
3 spsk. risvinseddike
2 spsk. sukker
1 tsk. salt

Til fyld:

½ agurk
1 avocado
½ pk. flødeost
½ tsk. wasabi
3 skiver røget laks
3-4 stykker sushi-tang (Nori tang)

Tilbehør:

Wasabi
Soja
Syltet ingefær

Sådan gør du

1. Vask hænder.
2. Mål ingredienserne af.

Ris & marinade

3. Læs på posen, hvordan du skal koge risene. Scan QR-koden på s. 18, og se, hvordan Gorm koger sushi-ris
4. Når risene er kogt, skal du lade dem trække i 10 minutter.
5. Bland risvinseddike, sukker og salt i en kop, og rør med en gaffel. Det er vigtigt, at både sukker og salt er helt opløst.
6. Når du har kogt risene, og de har trukket, hælder du dem over i et lasagnefad.
7. Hæld marinaden over risene, og vend risene med en træske. Dæk fadet med husholdningsfilm.

Sushi:

8. Skyl agurken. Tag et skærebræt, og skær agurken midt over. Skær agurken i lange strimler, i samme længde som sushi-tangen.
9. Skær avocadoen over, og tag stenen ud. Brug en ske til at tage det grønne avocadokød ud, og skær det i små stykker. Læg agurk og avocado på en tallerken.

10. Kom flødeosten i en skål, og rør wasabien i.
11. Tag et rent skærebræt. Skær den røgede laks i lange strimler. Læg laksen på tallerkenen.
12. Tag din sushimåtte frem, og læg et stykke sushi-tang på måtten. Scan QR-koden på s. 18, og se, hvordan Gorm ruller en sushi-rulle.
13. Dyp dine fingre i et glas vand. Tag 1-2 håndfulde ris, og fordel risen på tangen. Lad 2 centimeter kant være fri i den ene ende.
14. Tag en ske, og fordel blandingen med flødeost og wasabi i en tynd stribe midt på risene. Kom derefter agurk, avocado og laks ovenpå.
15. Rul forsigtigt, men stramt, rullen sammen. Kom lidt vand på den frie ende af tangen, så den kan "lime" rullen sammen.
16. Pres rundt om rullen med sushimåtten i et fast tag, så du trykker både oppefra og fra siderne.
17. Skær rullen ud i 8 lige store stykker.
18. Fortsæt på samme måde med de sidste 2-3 stykker tang. Kom ris og fyld på, og rul sammen.
19. Server din sushi med wasabi, soja og syltet ingefær til.

TIL 4 PERSONER

FREYAS ITALIENSKE CARBONARA

Du skal bruge

Til bacon:

125 g. bacon i skiver

Til pasta:

400 g. spaghetti

1 tsk salt

Til sovs:

3 æg

175 g. reven ost

2 fed hvidløg

1 ½ dl. piskefløde

5 kugler frossent spinat

2 tsk. oregano, tørret

1 stk. salt

½ tsk. peber

Frisk basilikum til pynt.

Sådan gør du

1. Vask hænder.
2. Mål alle ingredienserne af.

Bacon:

3. Tag et skærebræt, og skær baconskiverne i strimler.
4. Varm en stegepande op, og fordel baconstrimlerne på. Steg dem helt sprøde og gylde ved middel varme.
5. Kom køkkenrulle på en tallerken, og læg de sprøde baconstrimler herpå, så fedtet kan dryppe af.

Pasta:

6. Fyld en stor gryde med rigeligt vand og salt. Læg låg på gryden, og bring det i kog. Når vandet koger, tilsætter du spaghetti. Læs på pakken, hvor mange minutter den skal koge. Scan QR-koden på side 19, og se, hvordan du koger pasta.
7. Stil et dørsalg ned i køkkenvasken, og hæld spaghetti op i det, så vandet løber fra. Hæld spaghetti tilbage i gryden, og lad den stå med låg på.

Sovs:

8. Slå æggene ud i en skål. Pisk dem godt sammen med en gaffel, og tilsæt osten. Bland det sammen. Stil til side.
9. Find en stegepande med en høj kant frem.
10. Pil hvidløgsfeddene, og pres dem med en hvidløgspresser ned i stegepanden. Tænd ikke for stegepanden endnu.
11. Kom fløde, spinat, oregano, salt og peber op til hvidløget. Varm stegepanden op, indtil fløden koger, og spinaten er optøet.
12. Vend den kogte spaghetti op i stegepanden. Bland det sammen.
13. Kom ægge-osteblandingen og baconstrimlerne op i stegepanden til pastaen. Sluk for varmen.
14. Rør hele retten godt sammen. Smag til, om det mangler salt eller peber.
15. Når retten er tyk og cremet, er den færdig. Pynt med basilikum.
16. Server straks.

TIP!

Hvis din pasta er blevet klistret og stiv, kan du bløde den op på en stegepande med lidt varm mælk.



Scan koden, og
se, hvordan Freya
laver carbonara.

I Italien bruger man
frisk basilikum og
oregano i maden.





'Kylling adobo'
er nationalretten
i Filippinerne.



Scan koden, og se,
hvordan Kirstine
laver kylling
adobo.

KIRSTINES FILIPPINSKE KYLLING ADOBO

Du skal bruge

Til marinade:

1 dl. eddike
1 dl. soja
100 g. sukker
1 tsk. stødt peber
2 laurbærblade
4 fed hvidløg

Til kyllingelårene:

800 g. kyllingelår
½ l. vand
2 kyllinge-bouillon-terninger

Til sovs:

2 tsk. maizena
2 spsk. koldt vand

Tilbehør:

Kogte ris til 4 personer

Sådan gør du

1. Vask hænder.
2. Mål alle ingredienserne af.

Marinade:

3. Tag en skål. Kom eddike, soja, sukker, peber og laurbærblade op i skålen. Rør det sammen med en gaffel, til sukkeret er opløst. Altså, indtil du ikke kan se sukkeret mere.
4. Pil hvidløgsfeddene, og knus dem med en hvidløgspresser ned i skålen, og bland det hele sammen.

Kyllingelårene:

5. Du fjerner skindet fra kyllingelårene ved at trække skindet ned mod knoglen. Scan QR-koden på side 18, og se, hvordan du trækker skindet af et kyllingelår.
6. Tag en stor gryde. Læg kyllingelårene ned i. Hæld marinaden over kyllingelårene, og lad dem stå i marinaden i cirka ½ time.
7. Sæt gryden med den marinerede kylling på komfuret.
8. Hæld vand og kyllinge-bouillon-terningerne ned i gryden. Læg låg på, tænd for gryden, og bring det i kog.

9. Skru ned for varmen, og lad det stå og simre ved middel varme i 40-50 minutter. Sørg for at vende kyllingelårene et par gange i løbet af den tid.
10. Tag kyllingelårene op af gryden, og læg dem på et serveringsfad.
11. Tag også laurbærbladene op af sovsen, og lad gryden med sovsen stå på komfuret.

Sovs:

12. Tag en kop, og hæld maizena og vand i. Rør, indtil maizenaen er opløst.
13. Hæld lidt af maizena-blandingen ned i den sovs, du tog kyllingelårene op af. Pisk imens.
14. Kog sovsen op, og tjek, om den er tyk nok. Hvis du gerne vil have den tykkere, tilsætter du lidt mere af maizena-blandingen. Pisk godt imens.
15. Smag sovsen til med eddike, sukker eller soja.
16. Når sovsen er, som du gerne vil have den, hæld du den op i en skål.
17. Server kyllingelårene med sovsen til, og eventuelt kogte ris.

NIKOLAJS SVENSK CHOKOLADEKAGE

Du skal bruge

150 g. smør
 200 g. mørk chokolade
 (minimum 54 % kakao)
 2 dl. brun farin
 1 dl. lys sirup
 3 æg
 1 lime
 2 dl. mel
 3 spsk. kakao
 1 tsk. bagepulver
 Lidt smør eller olie til formen

Sådan gør du

1. Vask hænder.
2. Mål alle ingredienserne af.
3. Tænd ovnen på 200 grader, og sæt en rist i midten af ovnen.
4. Smelt smørret i en lille gryde ved svag varme.
5. Når smørret er smeltet, kommer du chokoladen ned i gryden til smørret. Smelt chokoladen ved svag varme, mens du hele tiden rører rundt i gryden. Når chokoladen er smeltet, tager du gryden af varmen.
6. Tag en skål frem. Kom brun farin, sirup og æg i. Pisk det sammen med en elpisker, indtil sukkeret er opløst.
7. Mens du pisker videre, hælder du forsigtigt det lune chokolade-smør i en tynd stråle ned i skålen. Bland det godt.
8. Skyl limen. Tage et rivjern. Riv limen ned i dejen på den fine side af rivejernet.
9. Tag en si, og sigt mel, kakao og bagepulver ned i dejen.
10. Tag en dejskraber, og vend melblandingen i dejen. Bliv ved med at vende, til alle melklumper er væk, og du har en ensartet dej.
11. Tag en springform (diameter cirka 24 cm). Læg bagepapir i bunden af formen. Kom lidt olie eller smør på et stykke køkkenrulle, og smør springformens sider indvendigt.
12. Hæld dejen ned i springformen. Brug en dejskraber langs kanten af skålen, så du får al dejen med.
13. Sæt kagen ind på risten midt i ovnen.
14. Bag kagen i cirka 22 minutter. Tjek, om kagen er færdig. Kagen skal være blød og blævre lidt som en budding, når du skubber til den. Den skal ikke være gennembagt. Du kan få en voksen til at hjælpe dig med at tage den ud.
15. Du skal lade chokoladekagen køle helt af, inden du skærer i den. Den vil virke lidt rå i midten og være mere blød end de fleste chokoladekager. Det er præcist sådan, den skal være.
16. Du kan servere kagen med frisk frugt eller is til.

TIP!

Vidste du, at svensk chokoladekage også hedder 'svensk kladdkaka'. Den er en mellemting mellem brownie og chokoladekage.



Scan koden, og se,
hvordan Nikolaj viser
Gorm, hvordan man
undgår melklumper
i kagen.



I Sverige kalder
man kannelsnegle
for kanelbullar.



KØKKEN=TRÆNINGSLEJR



RUL SUSHI

Inden du ruller sushien, skal du sørge for at alt fyldet er skåret ud og ligger klar. Fyldet på risene må ikke være tykkere end din lillefinger. Rul sushi-rullen stramt, så bliver stykkerne pæne, når du skærer dem ud.



Scan koden, og se filmen: Sådan ruller du sushi



KOG SUSHI-RIS

Kog sushi-risene i god tid, så de ikke er varme, når du skal rulle din sushi. Vend sushi-risene i en marinade af risvinseddike, sukker og salt, mens de stadig er lune.



Scan koden, og se filmen: Sådan koger du sushi-ris



TAG SKINDET AF KYLLINGEN

Kyllingekødet får mere smag fra marinaden, hvis der ikke er skind på kyllingen. Husk at have helt rene fingre og et rent skærebræt. Sæt tommelfingeren ind under skindet, og træk det af kyllingelåret.



Scan koden, og se filmen: sådan tager du skindet af et kyllingelår



SÅDAN KOGER DU PASTA

Bring vand i kog i en gryde, og læg pastaen i. Rør rundt i pastaen, så den ikke sætter sig fast i bunden af gryden. Pastaen er færdig, når den har det rette "bid". Altså når den er blød, men stadig er fast i midten, uden at knase.



Scan koden, og se filmen: Sådan koger du pasta



SÅDAN KOGER DU BULGUR

Bulgur minder lidt om ris. Du skal koge det næsten på samme måde. Tjek dog altid kogetiden på posen, da der kan være forskel på, hvor længe bulgur skal koge.



Scan koden, og se filmen: Sådan koger du bulgur

GÅ I KØKKEN- TRÆNINGSLÆJR MED GOCOOK=APP'EN

Med GoCook-app'en har du altid nemme opskrifter, små videoer og seje køkkentricks med i lommen.



Scan koden, og hent GoCook-app'en til iPad, iPhone eller Android-telefon.





Den ægte taco i
Mexico er blød.



MEXICANSKE TACOS

TIL 4 PERSONER

Du skal bruge

Til majsbandekager: 7-8 stk.

Ca. 2 dl. kogende vand

1 dl. hvedemel

1 dl. majsmeal

½ tsk. salt

Til rå tomatsalsa:

3 store tomater

1 forårsløg

1 tsk. olie

½ tsk. salt

1 knivspids peber

Til guacamole:

2 avocadoer

1 fed hvidløg

½-1 lime

3 spsk. cremefraiche

½ tsk. spidskommen

1 knivspids salt

Evt. 1-2 stegte kyllingefileter

Pynt med frisk koriander

TIP!

Tag salsaen op med en gaffel, så du undgår at få for meget væske med.

Sådan gør du

1. Vask hænder.
2. Mål alle ingredienserne af.

Majspandekager:

3. Kog vand i en elkedel. Tag en skål, og kom hvedemel, majsmeal, salt og kogende vand i.
4. Bland dejen sammen med en gaffel. Når du ikke kan røre mere, så brug hænderne. Det kan godt være lidt varmt. Ælt dejen godt sammen.
5. Del dejen i 7-8 lige store klumper, og tril dem til kugler på bordet.
6. Kom lidt mel på bordet. Tag en kagerulle, og rul kuglerne ud. Pres ikke for hårdt, og sørg hele tiden for, at der er mel under og over dejen, så den ikke klitrer fast til bordet.
7. Varm en stegepande op. Når den er godt varm, lægger du en majsbandekage på. Lad den bage i 1-2 minutter. Vend majsbandekagen, og bag den 1-2 minutter på den anden side.
8. Vend majsbandekagen ud på en tallerken, og dæk den til med et rent viskestykke. Bag resten af majsbandekagerne på samme måde.

Rå tomatsalsa:

9. Skyl tomater og forårsløg godt.
10. Skær tomaterne i små terninger på cirka ½ x ½ centimeter. Kom dem op i en lille skål.
11. Snit forårsløget fint, og kom det op i skålen til tomaterne.
12. Tilsæt olie, salt og peber. Smag tomat-salsaen til, så den er, som du synes, at den skal være.

Guacamole:

13. Del avocadoen, og fjern stenen.
14. Skrab avocadokødet ud med en ske. Kom det i en skål.
15. Pil hvidløgsfeddet. Pres det ned i skålen med hvidløgspresseren.
16. Skær limefrugten midt over, og pres saften ned i skålen.
17. Mos avocado-blandingen med en gaffel, til der ikke er flere klumper.
18. Kom cremefraiche, salt og spidskommen i skålen, og rør rundt.
19. Smag guacamolen til. Hvis der mangler smag, så tilsæt mere salt spidskommen eller lime.
20. Fordel guacamole og salsa på majsbandekagerne.
21. Pynt eventuelt med stegt kyllingebryst og frisk koriander.

THAILANDSK GREEN CURRY

TIL 4 PERSONER

Du skal bruge

Til thaiandsk green curry:

1 squash
1 rød peberfrugt
2 forårsløg
2 løg
2 cm ingefær (cirka som størrelsen på en tommeltot)
2 fileter af kyllingebryst
2 spsk. olie
1-2 tsk. karrypasta
1 ds. kokosmælk
2 dl. vand
1 kyllinge-bouillon-terning eller 1 spsk. østerssovs
2 spsk. sukker

Til nudler

1 pk. ægnudler
Evt. pynt med saltede peanuts
og koriander

TIP!

Du kan sagtens bruge ris i stedet for nudler. Du skal så bare huske at koge risene, før du begynder at lave den thailandske green curry.

Sådan gør du

Når du laver thailandsk green curry, skal du lynstege alle ingredienserne. Det er derfor vigtigt, at du gør alle ingredienserne klar, så du hurtigt kan komme dem ned i wokken eller på stegepanden.

1. Vask hænder.
2. Mål alle ingredienserne af.

Thailandsk green curry:

3. Skyl squash, peberfrugt og forårsløg grundigt, og pil løget.
4. Tag et skærebræt. Skær løg, squash, rød peberfrugt og forårsløg ud i små fine stykker med en stor kniv. Vask kniven.
5. Læg grøntsagerne i hver sin bunke på en stor tallerken.
6. Skræl ingefæren med en ske, og riv den på den fine side af et rivejern. Kom det over på tallerknen.
7. Skift skærebræt. Skær kyllingebrystet i små strimler, og læg dem på en anden tallerken.
8. Kom olie på en stegepande, og varm den op.
9. Når stegepanden er godt varm, kommer du kyllingestrimlerne på. Steg kyllingen i cirka 2 minutter, så de får lidt farve. Rør tit.

10. Kom løg, squash og rød peberfrugt op til kyllingen. Steg i 2 minutter.
11. Kom grøn karrypasta, og den revne ingefær op i stegepanden, og rør godt.
12. Kom til sidst kokosmælk, vand, kyllinge-bouillon-terning og sukker i stegepanden. Lad sovsen koge i cirka 5 minutter.
13. Smag til. Hvis du synes, der mangler salt, sukker eller grøn karrypasta, så tilsæt lidt mere.

Nudler:

14. Kom vand i en mellemstor gryde. Læg låg på, og bring vandet i kog.
15. Kog nudlerne, som der står på pakken.
16. Stil et dørslag klar i køkkenvasken. Når nudlerne er kogt, hælder du vand og nudler ned i dørslaget.
17. Hæld nudlerne over i stegepanden til den thailandske green curry, og vend det hele godt sammen.
18. Du kan pynte retten med lidt frisk koriander og peanuts. Server med det samme.

I Thailand bruger
man karrypasta i
maden.



På Zanzibar
dyrker de vanilje
og kardemomme.



SPICE CAKE FRA ZANZIBAR

Du skal bruge

150 g. blødt smør

3 æg

2 dl. brun farin

1½ banan

1 vaniljestang eller 1 tsk. vaniljesukker

2,5 dl. mel

2 tsk. kanel

1 tsk. nelliker (stødt)

1 tsk. kardemomme

1 knivspids peber

1 tsk. bagepulver

½ dl. mælk

Evt. smeltet chokolade
som overtræk

Sådan gør du

1. Vask hænder.
2. Mål alle ingredienserne af.
3. Tænd ovnen på 175 grader.
4. Kom smør, æg og brun farin i en skål. Pisk det sammen med en elpisker. Pisk i 5 minutter.
5. Skræl bananerne. Mos bananerne i en dyb tallerken med en gaffel.
6. Vend bananmosen i smørblandingen med en dejskraber.
7. Flæk vaniljestangen på langs med en lille skarp kniv. Skrab vaniljekornene ud, og bland dem i smørblandingen.
8. Tag en skål. Kom mel, kanel, nelliker, kardemomme, peber og bagepulver ned i skålen. Bland det sammen.
9. Sigt krydderi-melblandingen ned i smørblandingen med en si. Vend det hele med en dejskraber. Sørg for at røre, til alle melklumper er væk.
10. Hæld til sidst mælken i dejen. Vend det godt sammen med dejskraberen.
11. Smør en rugbrøds-bageform med smør, og hæld dejen ned i formen.
12. Kom kagen i ovnen, og bag den i cirka 30 minutter.
13. Tjek, om kagen er færdig ved at stikke en kødnål eller en lille spids kniv ned midt i kagen. Hvis der er dej på, skal den have 5 minutter mere. Tjek et par gange.
14. Når du har taget kagen ud af ovnen, skal den køle af, før du tager den ud af bageformen, og skærer i den.
15. Du kan eventuelt overtrække kagen med smeltet chokolade.

INDISK CHICKEN CURRY

TIL 4 PERSONER

Du skal bruge

Til indisk chicken curry:

4-5 løg
2 spsk. olie
2 laurbærblade
2 fed hvidløg
2 spsk. revet ingefær
(ca. som størrelsen på en tommeltot)
2 stk. (400 g.) fileter af kyllingebryst
1 tsk. karrypulver
½ dl. vand
3 spsk. hakkede tomater på dåse
2 tsk. salt

Til ris:

2 dl. ris
4 dl. vand
1 tsk. salt

Til raita:

2 dl. yoghurt
½ tsk. sukker
½ tsk. salt
½ tsk. peber
1 tomat
¼ agurk

Sådan gør du

1. Vask hænder.
2. Mål alle ingredienserne af.

Indisk chicken curry

3. Pil løgene. Tag et skærebræt. Skær løgene over mellem top og bund, og snit dem i skiver på langs.
4. Tag en stegepande, og varm den op. Kom olie, løg og laurbærblade i, og svits ved middel varme i 10 minutter. Når løgene har fået en let brunlig farve, er de klar.
5. Pil hvidløgsfeddene, og pres dem ned i stegepanden med en hvidløgspresser.
6. Skræl ingefæren med en ske, og riv den på den fine side af et rivejern. Kom den op i stegepanden og, lad hvidløg og ingefær stege med i 1 minut.
7. Tag et rent skærebræt og en ren kniv. Skær kyllingebrystet i små tern på cirka 1 x 1 centimeter, og kom det op i stegepanden.
8. Drys karry ned i stegepanden til kyllingen og løget. Rør det hele godt sammen. Lad det simre i 2 minutter.
9. Kom vand, hakkede tomater og salt op i retten. Lad den simre i 5-15 minutter. Jo længere jo bedre.

Ris:

10. Kom vand og salt i en gryde. Læg låg på, og bring vandet i kog.
11. Når vandet koger, tilsætter du risene. Kog dem i 12-15 minutter, og tag gryden væk fra varmen.
12. Du løsner risene med en gaffel. Læg låg på gryden igen, og lad risene trække i cirka 10 minutter.

Raita:

13. Bland yoghurt med salt, sukker og peber i en lille skål.
14. Skyl tomat og agurk. Tag et rent skærebræt og kniv. Skær tomat og agurk i små tern på cirka 1 x 1 centimeter. Kom dem op i yoghurten, og bland det sammen.
15. Smag raitaen til.
16. Server indisk chicken curry med ris og raita.

Karry består af
mindst 10 forskel-
lige krydderier.



I Ungarn bruger
man tit paprika i
maden.



UNGARSK GULLASCHSUPPE

Du skal bruge

4 store løg
3-4 fed hvidløg
4 kartofler
1 spsk. olivenolie eller rapsolie
1 spsk. smør
500 g. oksekød i tern
1 spsk. sød paprika
1 tsk. salt
2-4 spsk. tomatpuré
½ l. vand
1 kyllinge-bouillon-terning
4 gulerødder
½ bundt purløg
1 dl. cremefraiche
Server evt. brød til

Sådan gør du

1. Vask hænder.
2. Mål alle ingredienserne af.
3. Pil løgene, og hak dem på et skærebræt. Pil hvidløgspeddene, og pres dem med hvidløgspresseren.
4. Skræl kartoflerne, og skær dem i skiver.
5. Varm olie og smør i gryden. Når det er varmt, kommer du kødet i, og bruner det på alle sider.
6. Tilsæt de hakkede løg og kartoffelskiverne, og svits det sammen med kødet i 2 minutter.
7. Kom paprika og salt i gryderetten, og rør godt.
8. Rør tomatpuré og hvidløg i gryden. Tilsæt vand og kyllinge-bouillon-terning, og lad suppen småkoge under låg i 30 minutter.
9. Skræl gulerødderne. Skær enderne af, og skær gulerødderne i 1 centimeter tykke skiver. Kom gulerødderne op i suppen, og lad dem koge med i 5 minutter.
10. Skyl purløgene under koldt vand, og lad det dryppe af på et stykke køkkenrulle. Klip herefter purløgene med en ren saks henover gullaschsuppen.
11. Server cremefraiche og brød til gullaschsuppen.



GoCook på Instagram

Leder du efter nye spændende opskrifter, og vil du se, hvad der sker i kulissen hos GoCook? Eller vil du bare gerne vide, hvornår vi besøger en by tæt på dig?

Så følg @GoCookDK på Instagram



#ontour
#skagen



#GoCookDk
#verdensmad



#pizzaværksted
#livret



#mickicheng
#GoCookAmbassadør



Følg os på Snapchat!

Følg alle de fede GoCook-events og aktiviteter. Se blandt andet, når vi kører Danmark rundt med GoCook-mobilen, og når vi er med på madfestivaler rundt i landet. Kom også med bag kameraet, når vi optager film, og vær den første, der får et tip, når vi laver fede konkurrencer.

GOCOOKDK

Add os på
snapchat



HAR DU LYST TIL MER?

SE GOCOOK.DK

... eller hent GoCooks kokkeskole-app,
og find inspiration til endnu flere retter
fra hele verden. Prøv f.eks. Clarissas, Daniels,
Astrids, Albas, Frejas og Helenas retter.

Eller gå på opdagelse i mere end 300 andre
opskrifter. Alt fra bagværk til madpakker
og kødretter.





160.000 børn og unge er i sving med GoCook over hele landet. Vær med! Smid dine forældre ud. Angrib gryderne. Lav 100% din ret på din måde!



Gå i kokkeskole med GoCook-app'en til iPad, iPhone og Android-telefoner. Hent app'en, og find opskrifter og videoer.

Missionen med GoCook er, at du skal blive bedre til at lave mad end dine forældre

