KJØPMANNSKALENDEREN 2012

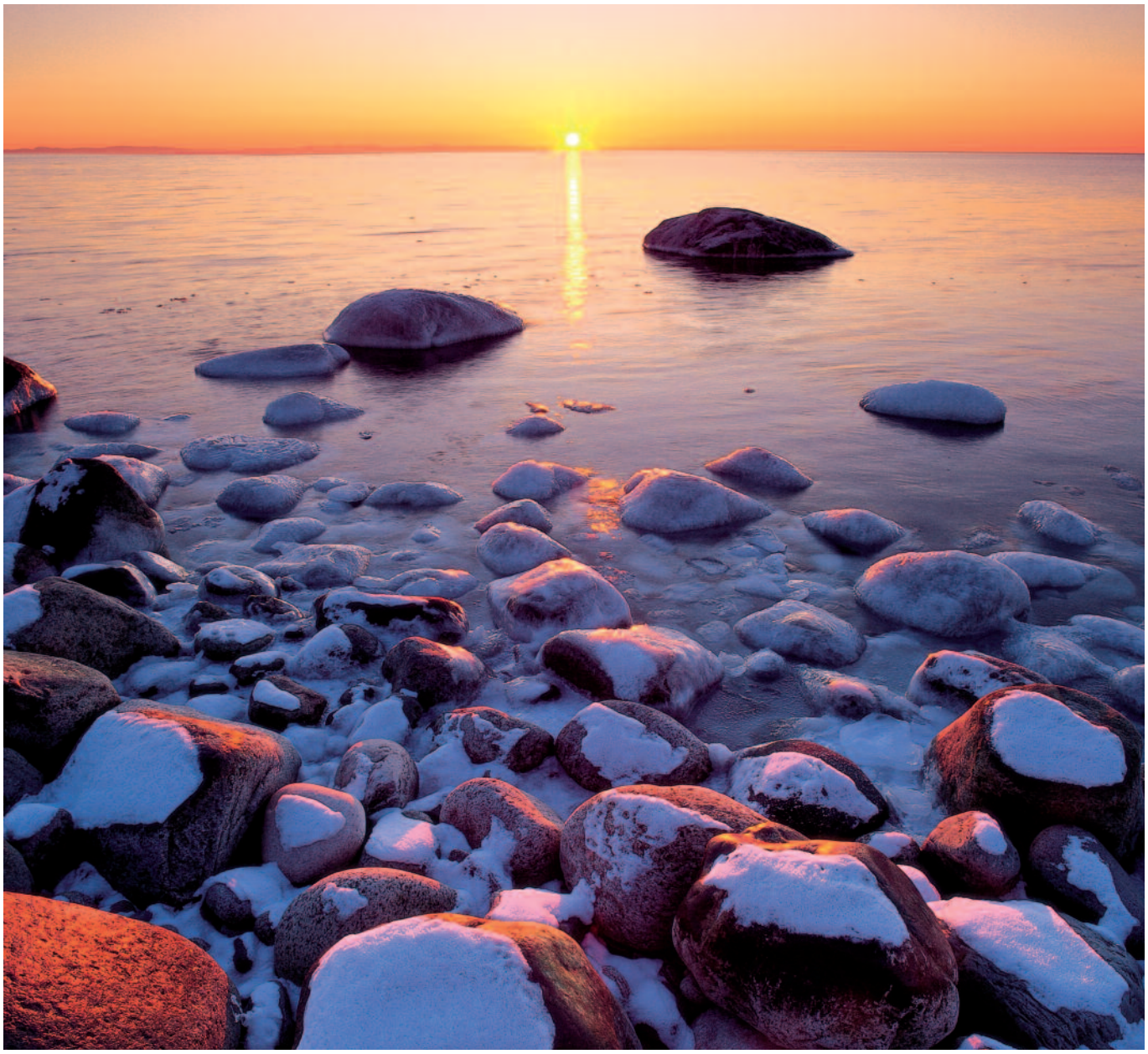

Foto: Samfoto/©Øystein Søbye *Norges største rullesteinstrand, Larvik, Vestfold*

Januar 2012

1	Søn ◐	Nyttårsdag	uke 52
2	Man		uke 1
3	Tir		
4	Ons		
5	Tor		
6	Fre		
7	Lør		
8	Søn		
9	Man ○		uke 2
10	Tir		
11	Ons		
12	Tor		
13	Fre		
14	Lør		
15	Søn		
16	Man ◑		uke 3
17	Tir		
18	Ons		
19	Tor		
20	Fre		
21	Lør	Prinsesse Ingrid Alexandras fødselsdag	
22	Søn		
23	Man ●		uke 4
24	Tir		
25	Ons		
26	Tor		
27	Fre		
28	Lør		
29	Søn		
30	Man		uke 5
31	Tir ◐		

DESEMBER 2011

Uke	M	T	O	T	F	L	S
48				1	2	3	4
49	5	6	7	8	9	10	11
50	12	13	14	15	16	17	18
51	19	20	21	22	23	24	25
52	26	27	28	29	30	31	

FEBRUAR 2012

Uke	M	T	O	T	F	L	S
5			1	2	3	4	5
6	6	7	8	9	10	11	12
7	13	14	15	16	17	18	19
8	20	21	22	23	24	25	26
9	27	28	29				

MARS 2012

Uke	M	T	O	T	F	L	S
9				1	2	3	4
10	5	6	7	8	9	10	11
11	12	13	14	15	16	17	18
12	19	20	21	22	23	24	25
13	26	27	28	29	30	31	

APRIL 2012

Uke	M	T	O	T	F	L	S
13							1
14	2	3	4	5	6	7	8
15	9	10	11	12	13	14	15
16	16	17	18	19	20	21	22
17	23	24	25	26	27	28	29
18	30						

Omelett

4 porsjoner

6-8 egg avhengig av størrelse
1 dl vann
1/2 ts salt
Litt hvit pepper
1 ss margarin eller smør

Visp egg sammen med vann, salt og pepper med en gaffel. Ha smøret i en stekepanne og varm det opp til det er gyllent, men ikke brunt.

Hell i eggerøren. Rør i eggemassen slik at den tynne røren kommer ned til bunnen for å stivne. Når all røren nesten er stivnet, dempes varmen og eventuelt fyll legges på den ene halvdelen. Rist litt på pannen for å merke om omeletten er løs fra bunnen. Fold den andre halvdelen over fyllet. Løft pannen på skrå og la omeletten skli ned på et fat.

Server med brød og eventuelt en salat.

Som fyll i en omelett kan nesten alt benyttes. Middagsrester eller ingredienser som er til overs, passer veldig bra. Biter av stekt kalkun, ribbe eller pinnekjøtt. Reker eller skalldyr. Kokte poteter i terninger og stekt bacon. Stekt sopp og forskjellige grønnsaker som f. eks. tomat, løk, paprika og spinat.

Fyll kan også freses i pannen først, så helles eggerøren over og så røres det forsiktig til omeletten er stivnet. Serveres rett fra stekepannen.

Makaroniform med pølser

4 porsjoner

300 g makaroni eller penne
1 rød paprika
1 grønn paprika
150 g brokkoli
2 vårløk
300 g røkte kjøttpølser
3 egg
2 dl melk
1 ts salt
1/4 ts pepper
1 ts timian eller 1 ss frisk timian
150 g gulost, f. eks. Jarlsberg

Kok makaronien etter anvisningen på pakken. Hell av vannet.

Skyll og rens grønnsakene. Paprika og brokkoli skjæres i fine biter. Vårløk finhakkes. Ta av eventuelt skinn på kjøttpølsene og skjær dem i biter. Ha alt sammen i en smurt ildfast form og bland det med den kokte makaronien.

Rør sammen egg, melk, salt, pepper og timian. Hell det over formen. Strø over revet ost. Sett formen midt i forvarmet ovn ved 175°C i ca. 50 minutter. Når osten er smeltet og har begynt å få en gyllen farge, er retten ferdig.

Foto: Samfoto/©Stig Tronvold *Røldal, Odda, Hordaland*

Februar 2012

1	Ons		
2	Tor		
3	Fre		
4	Lør		
5	Søn		
6	Man	Samefolkets dag	uke 6
7	Tir	○	
8	Ons		
9	Tor		
10	Fre		
11	Lør		
12	Søn	Morsdag	
13	Man		uke 7
14	Tir	◑	
15	Ons		
16	Tor		
17	Fre		
18	Lør		
19	Søn	Fastelavnssøndag	
20	Man		uke 8
21	Tir	●	Kong Harald V's fødselsdag
22	Ons		
23	Tor		
24	Fre		
25	Lør		
26	Søn		
27	Man		uke 9
28	Tir		
29	Ons		

JANUAR 2012

Uke	M	T	O	T	F	L	S
52							1
1	2	3	4	5	6	7	8
2	9	10	11	12	13	14	15
3	16	17	18	19	20	21	22
4	23	24	25	26	27	28	29
5	30	31					

MARS 2012

Uke	M	T	O	T	F	L	S
9				1	2	3	4
10	5	6	7	8	9	10	11
11	12	13	14	15	16	17	18
12	19	20	21	22	23	24	25
13	26	27	28	29	30	31	

APRIL 2012

Uke	M	T	O	T	F	L	S
13							1
14	2	3	4	5	6	7	8
15	9	10	11	12	13	14	15
16	16	17	18	19	20	21	22
17	23	24	25	26	27	28	29
18	30						

MAI 2012

Uke	M	T	O	T	F	L	S
18		1	2	3	4	5	6
19	7	8	9	10	11	12	13
20	14	15	16	17	18	19	20
21	21	22	23	24	25	26	27
22	28	29	30	31			

Gulrotkake

8 porsjoner

4 egg
3 dl sukker
3 dl hvetemel
2 ts bakepulver
1 ts kanel
1 ts kardemomme
1 ts ingefær
1 ts salt
1/2 dl olje
2 ts revet appelsinskall
1 dl appelsinsaft
100 g valnøtter
500 g gulrøtter
Glasur:
200 g snøfrisk naturell
150 g melis
1 vaniljestang

Benytt helst en økologisk appelsin. Skyll den grundig. Bare det orange av skallet rives. Valnøtter grovhakkes. Gulrøtter skrelles og rives.

Pisk egg og sukker til en luftig hvit eggedosis. Rør inn mel, bakepulver, kanel, kardemomme, ingefær og salt. Ha i olje, appelsinskall og saft, valnøtter og gulrøtter. Bland det godt inn så alt blir jevnt fordelt i røren. Smør en rund springform og hell i røren. Stekes på nederste rille i forvarmet ovn ved 180°C i ca. 50-60 minutter. Pass på at den ikke blir brent. Legg eventuelt et stykke bakepapir over. Avkjøl kaken i formen. Kaken må være helt avkjølt før glasuren smøres på.

Lag glasuren ved å splitte vaniljestangen og skrape ut frøene med en kniv. Ha dem i en bolle sammen med snøfrisk og melis. Rør alt godt sammen og smør glasuren på toppen av kaken.

Hurtig laksemiddag

4 porsjoner

4 skiver laks á ca. 250 g eller
4 stykker av laksefilet á ca. 200 g
1 ts salt
1/2 ts hvit pepper
Saus:
1 bunt dill
2 dl lettrømme
2 ts sitronsaft
1/2 ts salt

Sett ovnen på 225°C. Legg laksestykkene i en ildfast form. Pensle dem med olje. Dryss over salt og pepper. Sett formen midt i ovnen og la laksen bli gjennomstekt, ca. 15 minutter for lakseskivene og ca. 10-12 minutter for filetstykkene.

Rør sammen finhakket dill og lettrømme. Smak til med sitronsaft og salt. Server med dillsaus, kokte poteter og en salat.

Foto: Samfoto/©Steinar Myhr

Helleristninger ca. 3000 år gamle, langskip og vogner, Begbyfeltet, Østfold

Mars 2012

1	Tor ◐	
2	Fre	
3	Lør	
4	Søn	
5	Man	uke 10
6	Tir	
7	Ons	
8	Tor ○	
9	Fre	
10	Lør	
11	Søn	
12	Man	uke 11
13	Tir	
14	Ons	
15	Tor ◑	
16	Fre	
17	Lør	
18	Søn	
19	Man	uke 12
20	Tir	
21	Ons	
22	Tor ●	
23	Fre	
24	Lør	
25	Søn	Sommertid start
26	Man	uke 13
27	Tir	
28	Ons	
29	Tor	
30	Fre ◐	
31	Lør	

FEBRUAR 2012

Uke	M	T	O	T	F	L	S
5			1	2	3	4	5
6	6	7	8	9	10	11	12
7	13	14	15	16	17	18	19
8	20	21	22	23	24	25	26
9	27	28	29				

APRIL 2012

Uke	M	T	O	T	F	L	S
13							1
14	2	3	4	5	6	7	8
15	9	10	11	12	13	14	15
16	16	17	18	19	20	21	22
17	23	24	25	26	27	28	29
18	30						

MAI 2012

Uke	M	T	O	T	F	L	S
18		1	2	3	4	5	6
19	7	8	9	10	11	12	13
20	14	15	16	17	18	19	20
21	21	22	23	24	25	26	27
22	28	29	30	31			

JUNI 2012

Uke	M	T	O	T	F	L	S
22					1	2	3
23	4	5	6	7	8	9	10
24	11	12	13	14	15	16	17
25	18	19	20	21	22	23	24
26	25	26	27	28	29	30	

Spagetti med kjøttsaus

4 porsjoner

2 middels store løk
2 hvitløkbåter
1-2 ss olje
400 g karbonadedeig
400 g knuste tomater (1 boks)
2 ss tomatpure
1 ts sukker
1 ts tørket eller 1 ss frisk timian
1 ts tørket eller 1 ss frisk basilikum
1/2 ts salt
1/4 ts pepper

Skrell løk og hvitløk. Skjær løken i fine biter og finhakk hvitløken. Ha olje i en gryte og fres løken til den blir blank. Tilsett kjøttet og fres videre. Rør slik at det deler seg og blir grynete. Ha i resten av ingrediensene og litt vann, ca. 1 dl. La det koke under lokk på svak varme i ca. 15 minutter. Smak til med salt, pepper og krydder. Frisk basilikum tilsettes rett før servering.

Kok spagettien etter anvisningen på pakken. Kok den i en gryte. Når spagettien er kokt, slå av vannet og hell i kjøttsausen. Bland forsiktig. Server straks med revet ost.

Rundstykker

18 stykker

50 g margarin eller 1/2 dl olje
5 1/2 dl vann
50 g gjær
2 ts salt
3 dl sammalt rug, grov
2 dl sammalt hvete, grov
8-9 dl hvetemel

Smelt margarin i en gryte og ha i vann. Varm væsken til ca. 37°C og hell den i en stor bolle. Smuldre og rør ut gjæren i væsken. Ha i rugmel, grovt sammalt hvetemel og så mye hvetemel at deigen blir lett å elte til en smidig og seig deig. Legg deigen i bollen, dryss over litt mel og dekk med plast eller et kjøkkenhåndkle. La deigen heve til dobbelt størrelse på et lunt sted, ca. 40 minutter.

Elt deigen grundig på et melet bord til den blir smidig og slipper bordet. Del deigen i 2 og trill ut pølser. Del hver pølse i 9 emner som trilles til rundstykker. Sett dem på en bakeplate som er dekket med bakepapir. La dem heve på et lunt sted under klede i ca. 30 minutter.

Pensle med vann, kaffe eller melk. Stek dem midt i forvarmet ovn ved 225°C i ca. 12-15 minutter. Rundstykkene er ferdigstekt når de har fått en fin farge og høres "hule ut" hvis man banker på undersiden. Avkjøl rundstykkene på rist. De må være helt avkjølt før frysing.

Foto: Samfoto/©Bård Løken *Varangerhalvøya, Finnmark*

April 2012

1	Søn	Palmesøndag
2	Man	uke 14
3	Tir	
4	Ons	
5	Tor	Skjærtorsdag
6	Fre ○	Langfredag
7	Lør	
8	Søn	Påskedag
9	Man	2. påskedag uke 15
10	Tir	
11	Ons	
12	Tor	
13	Fre ◑	
14	Lør	
15	Søn	
16	Man	uke 16
17	Tir	
18	Ons	
19	Tor	
20	Fre	
21	Lør ●	
22	Søn	
23	Man	uke 17
24	Tir	
25	Ons	
26	Tor	
27	Fre	
28	Lør	
29	Søn ◐	
30	Man	uke 18

MARS 2012

Uke	M	T	O	T	F	L	S
9				1	2	3	4
10	5	6	7	8	9	10	11
11	12	13	14	15	16	17	18
12	19	20	21	22	23	24	25
13	26	27	28	29	30	31	

MAI 2012

Uke	M	T	O	T	F	L	S
18		1	2	3	4	5	6
19	7	8	9	10	11	12	13
20	14	15	16	17	18	19	20
21	21	22	23	24	25	26	27
22	28	29	30	31			

JUNI 2012

Uke	M	T	O	T	F	L	S
22					1	2	3
23	4	5	6	7	8	9	10
24	11	12	13	14	15	16	17
25	18	19	20	21	22	23	24
26	25	26	27	28	29	30	

JULI 2012

Uke	M	T	O	T	F	L	S
26							1
27	2	3	4	5	6	7	8
28	9	10	11	12	13	14	15
29	16	17	18	19	20	21	22
30	23	24	25	26	27	28	29
31	30	31					

Fisk i gryte

4 porsjoner

1 kg fiskefileter av hvit fisk
1 rød paprika
1 purre
200 g blomkål
2 bokser hakkede tomater á 400 g
1/2 ts sukker
1 1/2 ts salt
1/4 ts hvit pepper
1 ts timian eller 1 ss fersk hakket

Skyll og rens paprikaen for kjerner. Skjær den i tynne strimler. Purren skylles grundig for jord - gjerne i en sil etter den er skåret i tynne ringer. Blomkålen skylles og skjæres i små buketter. Ha alt i en gryte og bland i resten av ingrediensene. Kok opp. La det koke i ca. 10 minutter.

Skyll og tørk filetene. Fjern eventuelle ben. Skjær filetene i serveringsstykker. Legg dem i sausen og la dem trekke på svak varme til de er kokt, ca. 8-10 minutter avhengig av tykkelsen på bitene.

Server med kokte poteter, kokt ris, grovt brød, bagetter eller kanskje en potetmos?

Potetmos

4 porsjoner

3/4-1 kg poteter
2 1/2 dl helmelk eller skummetmelk
1 ts salt
1/2 ts hvit pepper
20-30 g smør (kan sløyfes)
Eventuelt litt fløte

Benytt gjerne en potettype med god smak, som f. eks. mandelpotet.

Vask og skrell potetene. Kok dem i vann til de er møre, ca. 20-25 minutter. Hell av vannet. Mos potetene med en rotmoser eller håndmikser i gryten. Sett gryten tilbake på svak varme. Rør inn melken litt og litt om gangen. Mosen blir lettere og luftigere jo mer den vispes opp.

Smak til med salt og pepper, eventuelt en smørklatt. Hvis det ønskes en mer kremaktig konsistens, kan det tilsettes fløte istedenfor smør.

Potetmosen smaker ekstra godt irørt finhakkede friske urter som passer til maten. Oppskriften kan benyttes på andre rotmos som f. eks. kålrotstappe.

Foto: Samfoto/©Jon Arne Sæter

Steinvikholm med slottsfestning, Åsenfjorden, Nord-Trøndelag,

Mai 2012

1	Tir		Off. høytidsdag
2	Ons		
3	Tor		
4	Fre		
5	Lør		
6	Søn	○	
7	Man		uke 19
8	Tir		Frigjøringsdag 1945
9	Ons		
10	Tor		
11	Fre		
12	Lør	◑	
13	Søn		
14	Man		uke 20
15	Tir		
16	Ons		
17	Tor		Grunnlovsdag Kristi himmelfartsdag
18	Fre		
19	Lør		
20	Søn		
21	Man	●	uke 21
22	Tir		
23	Ons		
24	Tor		
25	Fre		
26	Lør		
27	Søn		Pinsedag
28	Man	◐	2. pinsedag uke 22
29	Tir		
30	Ons		
31	Tor		

APRIL 2012

Uke	M	T	O	T	F	L	S
13							1
14	2	3	4	5	6	7	8
15	9	10	11	12	13	14	15
16	16	17	18	19	20	21	22
17	23	24	25	26	27	28	29
18	30						

JUNI 2012

Uke	M	T	O	T	F	L	S
22					1	2	3
23	4	5	6	7	8	9	10
24	11	12	13	14	15	16	17
25	18	19	20	21	22	23	24
26	25	26	27	28	29	30	

JULI 2012

Uke	M	T	O	T	F	L	S
26							1
27	2	3	4	5	6	7	8
28	9	10	11	12	13	14	15
29	16	17	18	19	20	21	22
30	23	24	25	26	27	28	29
31	30	31					

AUGUST 2012

Uke	M	T	O	T	F	L	S
31			1	2	3	4	5
32	6	7	8	9	10	11	12
33	13	14	15	16	17	18	19
34	20	21	22	23	24	25	26
35	27	28	29	30	31		

Sjokoladeis

6-8 porsjoner

6 eggeplommer
6 ss sukker
1 vaniljestang (kan sløyfes)
100 g mørk sjokolade
5 dl kremfløte

Eggeplommer og sukker piskes til en luftig og tykk eggedosis.
Splitt vaniljestangen, skrap ut frøene og ha dem i eggedosisen.
Brekk sjokoladen i biter og ha den i en liten gryte. Smelt den på veldig svak varme slik at den ikke brenner seg. Det beste er å ha sjokoladen i en bolle og sette bollen over en gryte med kokende vann til sjokoladen smelter. Bollen skal ikke være i kontakt med vannet. Sjokoladen tilsettes eggedosisen i en tynn stråle under omrøring.
Stivpisk kremfløten og vend den inn i eggedosisen. Ikke rør for mye, da går luften ut av massen. Fyll iskremen i en form (ca. 1 1/2 liter) eller porsjonsbegere. La isen stivne i fryseren, ca. 6-7 timer.
Ta isen ut av fryseren 20 minutter før servering. Fordel den i skåler eller vend isen på et fat. Strø over revet mørk sjokolade.
Sjokoladen kan også knuses helt fint og røres inn i eggedosisen.
Sjokolade kan byttes ut med andre smaker, f. eks. kaffe. Tilsett da 2 ss kaffepulver utrørt i litt varm fløte.

Eggevafler

Ca. 6 plater

2 egg
2 1/2 dl helmelk
2 1/2 dl hvetemel
1 ts bakepulver
2 ss smør eller margarin

Skill eggeplommer og eggehviter. Eggeplommene og melken vispes sammen. Rør i melet blandet med bakepulveret. Tilsett smeltet smør. Stivpisk eggehvitene og vend dem inn i røren med en slikkepott.
Varm vaffeljernet og smør det godt. Det er neppe nødvendig å smøre mellom hver steking. Stek vaflene gyllenbrune, ca. 1 1/2 minutt. Legg dem på en rist.
Server dem nystekte med syltetøy og rømme.

Rømmevafler

Ca. 6-8 plater

5 dl rømme
3-4 dl hvetemel
1 ss vann
1/2 ts salt

Rør sammen alle ingrediensene. La røren stå og svelle i ca. 20 minutter før vaflene stekes.
Varm vaffeljernet og smør det godt før første steking. Stek vaflene til de er gyllenbrune, ca. 1 1/2 minutt. Legg dem på en rist.
Server dem helst nystekte med for eksempel syltetøy, rømme eller is.

Foto: Samfoto/©Baard Næss

Ørjaseter ved Geiranger, Møre og Romsdal

Juni 2012

1	Fre	
2	Lør	
3	Søn	
4	Man ○	uke 23
5	Tir	
6	Ons	
7	Tor	Unionsoppløsningen 1905
8	Fre	
9	Lør	
10	Søn	
11	Man ◑	uke 24
12	Tir	
13	Ons	
14	Tor	
15	Fre	
16	Lør	
17	Søn	
18	Man	uke 25
19	Tir ●	
20	Ons	
21	Tor	
22	Fre	
23	Lør	
24	Søn	
25	Man	uke 26
26	Tir	
27	Ons ◐	
28	Tor	
29	Fre	
30	Lør	

MAI 2012

Uke	M	T	O	T	F	L	S
18		1	2	3	4	5	6
19	7	8	9	10	11	12	13
20	14	15	16	17	18	19	20
21	21	22	23	24	25	26	27
22	28	29	30	31			

JULI 2012

Uke	M	T	O	T	F	L	S
26							1
27	2	3	4	5	6	7	8
28	9	10	11	12	13	14	15
29	16	17	18	19	20	21	22
30	23	24	25	26	27	28	29
31	30	31					

AUGUST 2012

Uke	M	T	O	T	F	L	S
31			1	2	3	4	5
32	6	7	8	9	10	11	12
33	13	14	15	16	17	18	19
34	20	21	22	23	24	25	26
35	27	28	29	30	31		

SEPTEMBER 2012

Uke	M	T	O	T	F	L	S
35						1	2
36	3	4	5	6	7	8	9
37	10	11	12	13	14	15	16
38	17	18	19	20	21	22	23
39	24	25	26	27	28	29	30

Potet- og blåskjellsalat

4 porsjoner

400 g poteter
200 g sellerirot
1 1/2 kg blåskjell (med skall)
4 sjalottløk
2 ss olje
2 dl hvitvin
1 dl majones
1 ts sterk sennep
1 bunt persille
Salt og pepper

Vask poteter og selleri. Kok dem med skallet på i ca. 20 minutter.
Vask skjellene i kaldt vann, børst dem og fjern festetrådene. Åpne (døde) skjell kastes.
Sjalottløk skrelles og finhakkes. Ha litt olje i en stor gryte og fres løken i noen minutter. Ha i hvitvin og blåskjell. Legg på lokk. Sett opp varmen og la skjellene dampe i 2-3 minutter. Sett ned varmen når det koker. Ta av lokket og vend forsiktig på skjellene med en sleiv. Legg på lokket og damp i et par minutter til. Ta kjøttet ut av skallene. Kast skjell som ikke er åpne. Sil kraften og ta vare på den.
Skrell poteter og sellerirot. Skjær dem i terninger. Blandes med blåskjellene i en skål. Rør sammen majones med sennep og en øse av kraften. Smak sausen til med salt og pepper. Bland sausen i salaten og strø over finhakket persille.

Majones

Ca. 200 g majones

1 eggeplomme
2 ts eddik eller sitronsaft
1 knivspiss salt
1 knivspiss hvit pepper
1/2 ts sennep
2 dl rapsolje

Sørg for at eggeplommen og oljen har samme temperatur, helst romtemperatur.
Benytt en bolle med rund bunn. Rør sammen eggeplomme, eddik, salt, pepper og sennep i noen minutter til det blir seigt. Benytt gjerne en håndmikser eller kjøkkenmaskin.
Tilsett oljen dråpevis under kraftig røring. Når majonesen begynner å stivne, kan oljen tilsettes i en tynn stråle. Den ferdige majonesen skal være blank og tykk. Blir den for tykk, kan det tilsettes noen dråper med vann.
Tilsettes det for mye olje i begynnelsen, kan majonesen skille seg. Prøv å tilsette 1-2 ts kaldt vann og rør kraftig. Hvis ikke det hjelper, start på nytt med en eggeplomme og rør inn den skilte majonesen, litt om gangen.