

Pesach opskrifter



Chanagruppen - for den modne kvinde

STIMULERENDE DISKUSSIONER OG AKTIVITETER OVER DEJLIGE,
SUNDE FORFRISKNINGER FOR DEN MODNE KVINDE I ALDEREN 55+.
TIRSDAGE, KL. 11-13 I ULIGE UGER

WWW.CHABAD.DK



BRAZILIANSK AVOCADO MANGOSALAT OG GLASSERET KYLLING

- ⇒ 1/2 hoved salat el. iceberg
 - ⇒ 1 mango
 - ⇒ 1 avokado
 - ⇒ 1 bdt. Forårsløg
 - ⇒ Soltørrede tomater i olie
 - ⇒ sorte oliven (i skiver)
 - ⇒ croutonstørrede frugter (papaya+ananas) i cachaqa
 - ⇒ 2 stk. kyllingebryst
 - ⇒ 1/2 spsk. Karry
 - ⇒ 2 spsk. Rørsukker
 - ⇒ 30 g smør
 - ⇒ Lidt kokos
- Læg én bund af salat på én flad tallerken. Pil avokadoen og skær den i skiver, og fordel den over salaten, skræl mangoen og skær den i skiver, fordeles over avocadoen. Soltørrede tomater, oliven og forårsløg skæres i skiver og drysses på.
- Karryen brunes let i smør, og kyllingen steges heri. Rørsukkeren drysses på kyllingen og steges med de sidste par minutter. Kyllingen skæres i 3-4 mm tykke skiver på langs og lægges i en top på frugt og grønt. Drysses med kokos og lidt af de tørrede frugter opblødt i vand.



JORDBÆR SALAT

- ⇒ Ca. 150 g rucola salat eller anden salat (men noget med smag/ikke iceberg)
 - ⇒ Ca. 250 g jordbær
- Salat og jordbær skylles. Rucolaen halveres og lægges i en passende skål. Jordbær skæres i skiver og blandes i salaten.
- Tips: Man kan evt. også skylle og skære jordbærene i skiver, lægge dem i gryde med vand - så det dækker, tilsætte skiver med citron eller lime + 1 dl. frisk hvidvin. Kog det op, sluk og la det stå og trække i 30 min. Sil så bærene fra og tilsæt dem til salaten. Der kan også bruges druer, æbler osv.



KALKUN I TOMATSAUCE MED SALTKARTOFLER

- ⇒ 100 g nye kartofler
 - ⇒ 40g salt
 - ⇒ 200g kalkun i strimler
 - ⇒ 1 dåse hakkede tomater
 - ⇒ 2 fed hvidløg
 - ⇒ tomatpuré
 - ⇒ 100 g gulerødder
 - ⇒ 100g rød peberfrugt. frisk persille
- Opløs de 40g salt i koldt vand i bunden af en gryde. De nye kartofler skrubbes og lægges i gryden hvor efter der fyldes efter med vand til kartoflerne er dækket. De koges til de er møre. Når kartoflerne er møre bages de efterfølgende i ovnen i 10-15 minutter ved 180 grader.
- Opløs en halv bouillonterning i en smule vand og svits kalkunstrimlerne. Tilsæt hvidløg, hakkede tomater, en smule tomatpuré og gulerødderne og lad det simre til kødet og grøntsagerne er møre. Server sammen med kartoflerne og pynt med peberfrugt og frisk persille



GRØNSAGSKUGEL

- ⇒ 2-3 gulerødder
 - ⇒ 2 stilke selleri
 - ⇒ 2 zucchini
 - ⇒ 2 kartofler
 - ⇒ 1 pastinak
 - ⇒ 1 stort løg
 - ⇒ 2 fed hvidløg
 - ⇒ 3 æg, let pisket
 - ⇒ 1 kop kartoffelstivelse
 - ⇒ 1 tsk. bagepulver
 - ⇒ 1 1/2 tsk. salt
 - ⇒ 1/2 tsk. Peber
 - ⇒ 3/4 kop olie
- Forvarme ovnen til 190 ° Olie en 8x11 tommer bradepande.
- I en foodprocessor, riv gulerødder, selleri, squash, kartofler, pastinak, løg og hvidløg. Placer de hakkede grøntsager i en stor skål.
- Rør let pisket æg. Tilsæt kartoffelstivelse, bagepulver, salt og peber, og bland godt. Tilsæt olie.
- Hæld Kugel dejen i fadet. Bag i 1 time 10 minutter, eller indtil Kugel er kogt igennem og brunet på toppen.



KYLLING SUPPE

- ⇒ 1 kylling (1½ - 2 kg.)
 - ⇒ 1 ss. salt
 - ⇒ Peber
- ⇒ 1 bundt persille
- ⇒ 1 bundt persille
- ⇒ 1 bundt dild
- ⇒ 1 bundt sellerii
- ⇒ 1 kg gulerødder

Kyllingen puttes i en stor gryde med vand til det ca. dækker kyllingen eller 3/4 af gryden er fuld. Kyllingen sættes i kog. Skræld 250 g af gulerødderne og snit i passende stykker. 250 g løg, snittes i passende stykker. Hjeret af sellerien, bladende og evt. en stængel snittes i passende stykker. Persille og dild hakkes. Når kyllingen koger, fjernes skummet og grønsagerne puttes i gryden. Lad det koge ca. 3 timer.

Tag kyllingen op, og si grønsagerne fra vandet som hældes tilbage i gryden. Tag kødet af kyllingen og put det tilbage i vandet. Skræld de sidste gulerødder og løg og selleri, og skær det ud i passende størrelse. (Løgende kan evt. hakkes i en blender, så stykkerne ikke er for store. Grønsagerne puttes i vandet. Lad suppen koge ca ½ time. Smages til med salt og peber.



SPICY ANANAS SALAT

- ⇒ En hel, fersk ananas
- ⇒ Frisk koriander
- ⇒ 1 hel rød chili

Hak ananas i små stykker og drys over med finhakket chili og frisk koriander.



KNEIDELACH

Silja Vainer

GOLDES KOGEBOG Jødisk kokebog med tradition og fornyelse

Matze-boller Kneidelach er det store hit i vores familie. Børn og børnebørn kan aldrig få for mange. Oftes spiser vi dem som tilbehør til den hønseskødsuppe, vi får sederaften. Min mormor, mor og svigermor tog lidt af hønseskindet og stegte det med løget, så var "gribbenes". De blev blandet ind i kneidelach dejen. I dag er det helt sikkert no go- men det smager godt. De omtrentlige mængder afhænger af årets matzemel kvalitet og hvor luftige man ønsker kneidelachene skal være.

- ⇒ 3-4 æg Æggene piskes godt og de øvrige dele tilsæt-
- ⇒ ca. 150 gram mat- tes. Det stegte log hakkes i små tern og blan-
- zemel des i dejen, der røres godt igennem. Bring 1½
- ⇒ ½ tsk. stødt ingefær l. vand i kog. Tilsæt lidt salt. Når vandet koger
- ⇒ ½ tsk. salt laves en prøvebolle. Når smagen er ok, koges
- ⇒ 1 spsk margarine/ alle bollerne. De formes med fugtige eller
- fedt endnu bedre olierede hænder. Der skrues ned
- ⇒ ca. 1 dl. 2 dl suppe for varmen og låg lægges på gryden efter 10
- ⇒ ½ stegt log min. Lad matze-bollerne småkoge i alt 20
- min. PS. Kneidelach bliver særligt lækre hvis
- du pisker hviderne stive.



MATZEMELS LATKES

Silja Vainer

GOLDES KOGEBOG Jødisk kokebog med tradition og fornyelse

I gamle dage var det som regel moderen der stod for madlavningen, og hun havde ikke opskrift på de fleste af de retter hun fremstillede. Hun fulgte de principper, hun havde fra sin mor og "båbbe"(bedstemor). Latkes var en af de retter hun lavede på "slump"- også fordi kvaliteten af matze og matzemel kunne variere meget fra år til år. Jeg forsøger her at omsætte min latkes fremgangsmåde til faste mål, men prøv jer lidt frem. Latkes smager bedst helt frisk stegte til kaffe, te eller kakao. Eller som suppetilbehør - så udelades sukkeret

- ⇒ 3 æg Ingredienserne blandes sammen og dejen pi-
- ⇒ 3 dl vand skes godt igennem. Dejen hviler ca 15 min.
- ⇒ 150 gram matzemel der tilsættes evt. lidt mere vand. En pande
- ⇒ 1 tsk sukker varmes op fedtstof kommer på. En spsk dej
- ⇒ 1 knsp salt lægges forsigtigt på panden og steges gylden.
- ⇒ olie eller margarine Dette er en prøve latkes. Resten af dejen sæt-
- ⇒ til stegning tes efterhånden på panden og de færdige lat-
- ⇒ Kanel og sukker til kes holdes varme i ovnen ved 100 C-på en
- at drysse på de fær- bagerist. De serveres meget varme drysset
- dig bagte latkes med sukker og kanel.



TZIMMES MED KNEIDELACH

Silja Vainer

GOLDES KOGEBOG Jødisk kogebog med tradition og fornyelse

En gammel østeuropæisk ret, sød og vidunderlig. Vi mindes altid vores bedsteforældre, når denne ret står på bordet til Pesach. Retten spises til kogt, sprængt eller stegt kod og fjerkræ. vores bobbe og seide/ bedsteforældre skulle økonomisere med kødet. Med fyldige kulhydrater og grønsagsretter følte man sig mæt. Indrømmet - en ret af de slemme målt med nutidens ”kaloriesforskrækkede” øjne.

Min mor Goldes gamle opskrift. I en nyere udgave vil man kunne erstatte nogle af ingredienserne med sunde olier, orangejuice eller lign. Retten egner sig fortrinligt shabbat eller jontef, og kan holdes varm på ”plata”, i ”slow cooker” eller ovn.

- Tzimmes:** Tzimmes: Gulerødderne skrælles, skæres i skiver og koges møre i vand, bedre i bouillon eller en rest høsekødssuppe krydret med kanel, salt og sukker. Fedtstoffet tilsættes. Gulerødderne koges i ca. 1/2 time ved svag varme, til de er møre. Smages til - det skal være sødt med en tydelig smag af kanel. Gulerødderne tages op med en hulske og lægges i et ildfast fad.
- ⇒ 600 g gulerødder
 - ⇒ 2 spsk sukker eller honning
 - ⇒ 2 spsk kanel
 - ⇒ 1 knsp salt
 - ⇒ 25 g margarine eller høsefedt
 - ⇒ 1 l vand, bouillon eller høsekødssuppe
- Kneidelach:** Der koges en prøvekneidel i gulerodssovsen. Konsistens og smag checkes og der tilsættes evt. mere sukker, kanel og matzemel. Dejen formes til små kneidelach, der koges i ca. 20 min i gulerodssovsen. Kneidelach jævner sovsen lidt. Hvis den er for tynd tilsættes lidt kartoffelmel eller matzemel. Kneidelach og gulerødder anrettes i det ildfaste fad og sovsen hældes over.
- ⇒ 2 æg
 - ⇒ 4 dl matzemel
 - ⇒ 1 spsk kanel
 - ⇒ 1 knsp salt
 - ⇒ 25 g margarine eller høsefedt



KARTOFFEL KUGEL

Sara B.

- ⇒ 10 kartoffeler
 - ⇒ 2 zuccinni
 - ⇒ Løg
 - ⇒ 7 æg (kan gøre mindre)
 - ⇒ 1/2 kop olie
 - ⇒ Salt
- Riv kartofler, zucchini og løg, bland med resten af ingredienserne. Bages på 200 grader i en time, eller indtil den er gylden på toppen.



KNEIDELACH

- ⇒ 450 g matzahmel
 - ⇒ 3-4 æg, godt pisket
 - ⇒ Knivspids salt
 - ⇒ 3/4 kop suppe bouillon
 - ⇒ 1/4 kop vand
- Bland matzah mel, æg og salt. Form til kugler og kog i 6-Quart gryde fyldt med saltet vand i 20-30 minutter.
- Fjern og afløb. Holde i vand eller suppe indtil den er klar til at tjene.



CHAROSET

- ⇒ 2 håndfulde finthakke-
de valnødder
 - ⇒ 4 skrællede og hakkede
store
madlavningsæbler
 - ⇒ Lidt sød vin til at fugte
med
 - ⇒ 2 tsk kanel
 - ⇒ 2 tsk sukker
 - ⇒ 2 tsk honning
- En blanding af æbler, nødder og vin, som ligner mørtel og mursten lavet af jøderne, da de var slaver for Farao.*
- Valnødder og æbler blandes, så konsistensen bliver som mørtel. Massen fugtes med vin. Smag til med kanel, sukker og honning. Charo-set skal opbevares i køleskab natten over for bedste smag.
- Charo-set kan holde sig cirka tre dage i køleskab.



MARENGS

Chana Elul

- ⇒ 3 æggehvider
 - ⇒ 160 g sukker
- Hviderne piskes meget stive, hvorefter der tilsættes tre spiseskefulde af sukkeret, lidt ad gangen, idet der piskes videre, indtil dejen er sej. Resten af sukkeret vendes derefter forsigtigt i, og dejen sættes som toppe på bagepapir. Bagetid ca. 45 min. alt efter, hvor store toppene er, ved 130 grader celsius. Marengs skal være tørre, men må ikke blive brune. Marengsdejen kan med fordel tilsættes kakao, hakket chokolade eller hakkede mandler.



NUTELLA

Familien Strumberger

- ⇒ 3 æg
 - ⇒ 200 g sukker
 - ⇒ 250 g smeltet margarine
 - ⇒ 10 spsk kakao
 - ⇒ Vaniljesukker
- Bland æg og sukker rigtig godt. Bland smeltet margarine, kakao og vanille i æg / sukker. Opbevares i køleskab i nogle timer og nyd.



SMÅKAGER

Kate Krivaa

- ⇒ 100 g hasselnøddekerner
 - ⇒ 100 g sukker
 - ⇒ 1 æggehvide
- Hasselnøddekerner kværnes og blandes med det andet. Sættes ud på en bageplade med en teske. Bages ved 180 grader i ca. 8-10 min.



PESACH KAGE

Mona Rosenbaum

- ⇒ 250 g sukker
 - ⇒ 250 g mandler
 - ⇒ 5 æg
 - ⇒ Creme:
 - ⇒ 250 g margarine
 - ⇒ 250 g florsukker
 - ⇒ 4 tsk nescafepulver
 - ⇒ 2 æggeblommer
- 5 hele æg røres ganske let med sukkeret mandlerne som er smuttet, males fint og tilsættes. Bages ved svag varme 175 gr. Ca 1 time i en rund form der er smurt godt. Kagen flækkes og lægges sammen med cremen: Margarine røres med florsukkeret æggeblommerne og nescafeen og det hele røres sammen.



PLAVE

Lea B.

- ⇒ 6 æg
 - ⇒ 1½ dl melis
 - ⇒ 1½ dl kartoffelmel
 - ⇒ Saft af 1/2 citron
 - ⇒ 1 stor tskf. bagepulver
- Tævn ovnen på 170. Del æggene i blommer og hvider i hver sin skål og pisk blommerne godt med sukkeret med en håndmikser. Citronsft samt kartoffelmel og bagepulver røres i. Pisk hviderne stive (med en ren, tør håndmikser) og rør dem i den første dejblanding Smør en springform med fedstof og hæld dejen i ca 3/4 fuld, da det ellers hæver over under bagningen. Bages midt i ovnen i 30-40 minutter.



MANDEL RAND

Kate Krivaa

- ⇒ 200 g mandler
 - ⇒ 2 bitre mandler
 - ⇒ 200 g sukker
 - ⇒ 4 æggehvider
- Mandlerne kværnes, det hele kommes sammen undtagen hviderne, hviderne piskes stive og blandes med resten. Hældes i en randform el. lille springfor. Bages ved 175 grader i 1 time.



PESACH KAGE

Kate Krivaa

- ⇒ 1 dl olie eller 100 g margarine
 - ⇒ 2 æg
 - ⇒ 3 dl sukker
 - ⇒ 4 spsk kakao
 - ⇒ 1 kn. Sp salt
 - ⇒ 1½ dl matzahmel
- Det hele blandes sammen og hældes i en springform. Bages ved 175 grader i ca. 20 min.



LYSERØD MOUSSE

Deanna Jacobsen

- ⇒ 2 æggehvider
 - ⇒ 2 kopper jordbær i skiver (vasket og tørret)
 - ⇒ 1 tsk citronsaft
 - ⇒ 1 tsk vanilje
 - ⇒ 3/4 kopper sukker
- Pisk alt undtagen sukker luftigt - tilsæt sukker og slå indtil det er virkelig høj. Hold frosen.



NØDDEROULADE

Deanna Jacobsen

- ⇒ 2 æggehvider
 - ⇒ 2 kopper jordbær i skiver (vasket og tørret)
 - ⇒ 1 tsk citronsaft
 - ⇒ 1 tsk vanilje
 - ⇒ 3/4 kopper sukker
- Pisk alt undtagen sukker luftigt - tilsæt sukker og slå indtil det er virkelig høj. Hold frosen.



PLEIVE

Silja Vainer

GOLDES KOGEBOG Jødisk kagebog med tradition og fornyelse

Til frokost om dagen inden sederaften, hvor der hverken spises brød, matze eller kød, var der i vores familie tradition for nogle specielle retter fra min mormors barndomshjem i Polen: Borscht - rodbedesuppe og pleive - en slags sandkage bagt på kartoffelmel.

I gamle dage var mange af de polske jøder ret fattige og det var ikke almindeligt med avancerede køkkenredskaber som fx køkkenvægt! I får derfor minde min Mormors Pleive opskrift.

- ⇒ 1 glas sukker Æg og sukker piskes skummende.
- ⇒ 1 glas kartoffelmel Kartoffelmel og bagepulver sigtes i.
- ⇒ 1 tsk bagepulver Reven appelsin eller citronskal reres i.
 - ⇒ 6 æg Smør en kageform meget godt med margarine og bag pleiven ved 200C i ca. 30 min.
- ⇒ reven appelsin eller citronskal I Pesach ugen kan pleiven bages af ½ matzemel ½ kartoffelmel.



CHAROSET

Silja Vainer

GOLDES KOGEBOG Jødisk kagebog med tradition og fornyelse

Min far var dygtig til mange ting, men køkkenet besøgte han hyppigst som smagsdommer. Til pesach var han dog altid aktiv med at arrangere sederfæde og hans spidskompetence var at fremstille "verdens bedste charoset"

- ⇒ 200 gram mandler Mandler og æbler rives fint. Kanel, vin og evt.
- ⇒ 200 gram æbler sukker tilsættes. Charoset smages til. Det skal
- ⇒ 1 spsk. kanel være lidt sødt.
 - ⇒ sød vin
- ⇒ evt. lidt sukker



CHOKOLADEKAGE

- ⇒ 100 g mørk chokolade (70%)
 - ⇒ 100 g smør
 - ⇒ 250 g sukker
 - ⇒ 2 æg
 - ⇒ 100 g matzahmel
 - ⇒ 2 spsk kakao
 - ⇒ ½ tsk bagepulver (Kosher Lepesach)
 - ⇒ ½ tsk salt
 - ⇒ 50 g grofthakkede valnødder
- Smelt smør og chokolade over vandbad. Pisk det sammen med sukker og æg. Sigt matzahmel med kakao, bagepulver og salt og vend det i dejen. Tilsæt de hakkede valnødder og hæld dejen i en lille firkantet form ca. 30x15 cm. Man kan også bruge en rund!
- Bag kagen ved 180 grader i 20-25 min, indtil den har dannet skorpe, MEN den skal være fugtig indeni. Lad kagen afkøle.
- Server den til kaffen eller, hvorfor ikke, som dessert med en ordentlig klat flødeskum eller vaniljeis og måske lidt røde bær!



ADMIRALENS ÆBLEKAGE

Annelise Cohen

- ⇒ 5 æg
 - ⇒ 200 g sukker
 - ⇒ 225 g margarine
 - ⇒ 100 g smuttede, kværnede mandler
- Det hele, undtagen æggehviderne, røres sammen. Æggehviderne piskes stive og vendes i dejen. 2-2½ kg. æblegrød lægges i bunden af en bageform. Dejen lægges ovenpå som et låg. Kagen bager i 30-45 minutter ved 180-200 grader.
- Læg staniol ovenpå, så låget ikke bliver brændt.