



Prosjektleder Øyvind Nese (til venstre) i Lister mat er sterkt inne på matfronten hos Knut Helge Thompsen på Kvelland vingård.

Lokal mat i fokus

Matprosjektet Lister mat er tungt inne på mat-fronten på Kvelland vingård.

Av Tom Arild Støle

– Her skal det tilbys mye kortreist mat, kombinert med lokal vin, sier prosjektleder Øyvind Nese i Lister mat.

Han har her utarbeidet et utvalg av matretter som folk enten kan lage forholdsvis enkelt selv, eller få smakt på vingården i Lyngdal.



Lammepølse med lun potet og grønnsaksalat

Lammepølse fra slakter Eide, Lillesand
8 poteter
1 broccoli
1 blomkål
1 purre
1 paprika
12 Sherrytomater
6 ss olivenolje
3 ss balsamicoeddik
1 ss frisk basilikum
1 ss frisk oregano

Grønnsakene kokes/forvelles og lunes sammen med olje/eddikdressing.

Server sammen med grillede lammepølser.

Røkt elgfilet med tyttebærsaus og flatbrød

500 gr ytrefilet elg
2 ss grovt havsalt
Elgfilet ligger med salt over natten. Den røykes i fem minutter i type ABU røyk med røykspon og friske einerkvister.

Tyttebærsaus, 2 dl tyttebær, 5 ss sukker, 3 ss akevitt
Tyttebær, sukker og akevitt kokes inn og passerer gjennom trådsil.

Strimlet gulrot, Strimlet purre
Strimle gulrot og purre i fyrstikktykke strimler.

Anrett med flatbrød, tyttebærsaus og grønnsaker.



Potetkaker fylt med sprøstekt fenalår og eggssalat

Sprøstek fenalår i fem minutter på 200 grader

Eggssalat, 6 egg, 250 gr majones, 1 ss kapers, 2 ss sylteagurk
1 ss hakket frisk sitrontimian
Snacksagurk
6 vaktelegg fra Anne Opsahl, Lyngdal

Kjør kapers, sylteagurk og sitrontimian i foodprocessor og bland sammen med finhakket hardkokte egg i majones.

Potetkakene fylles med fenalår, eggssalat og agurk, pynt med vaktelegg.



Hermetiserte gule plommer med krem

1/2 l vann
270 g sukker
12 store gule plommer
1 glass på 0,75 l
Kok opp vann og tilsett sukker. Rør sukkeret godt ut i vannet. Legg i plommene og la de trekke 6-7 minutter på 80-90 grader. Legg plommene over på glass og etterfyll med den kokende sukkerlaken. Sett på lokk og snu glasset på hodet for å sjekke om det er tett.

1/3 l fløte
1 vaniljestang
1 ss sukker

Splitt vaniljestang og la ligge i fløten natten over, pisk fløten til krem.

Anrett plommer og krem.

