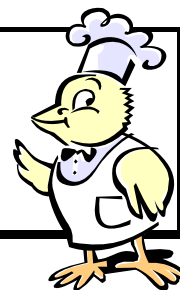


Hjemkundskab
Valgfag hjemkundskab
Dato: Uge 37
Emne: Årstidens grøntsager/Suppe/Flûtes
Jan Thiemann & Tenna Andersen



Hønssekødsuppe og Flûtes

<p>1 + 2 +3 Suppe</p> <p>1 . Kylling 1 l. vand 2 stk. Gulerødder 2 stk. persillerod 3 kartofler 1/4 stk. selleri 1 stk. porrer</p> <p>Suppevisk: Porreblade Selleritop Bomuldsgarn Salt/peber</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Rens kyllingen, del den i 4 (vises) og kom stykkerne i en gryde, sammen med en suppeterning. Hæld vand over så det lige dækker, ca 1 liter. • Bring suppen på kogepunktet og skum (vises). Læg suppevisk i gryden og tilsæt 1 tsk salt og 2 tsk peber og en kardemommekapsel. Læg låg på og dæmp varmen – skal simre, ikke bulder-koge. • Kog kyllingen 3 kvarter til den er mør (mærk på låret om det er gennemkogt). Rens urterne mens kyllingen koger, og skær dem i små firkanter, ca 1x1x1 cm • Skær <i>den rensede porre</i> (VISES) i fine skiver. Tag kyllingen op efter ¾ time og fjern suppevisken. Si suppen. Kog urterne i suppen et kvarter. • Skær kyllingen i små pæne stykker og kom dem i suppen. Kog i 5 minutter mere. • Smag til med salt.
<p>4 Flûtes</p> <p>500 g. hvedemel 1 tsk. salt 1 tsk. sukker 3 dl. Håndvarmt vand 50 g. gær</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Gæren opløses i det lunkne vand sammen med salt og sukker. Tilsæt melet. Alt sammenæltes til en let sammenhængende dej, der stilles til hævnings; tildækket med et viskestykke og placeret lunt i 20 minutter til ½ time. • Tænd ovnen på 225° • Når dejen er hævet til det dobbelte, formes den til to flûtes, der stilles på en bageplade med bagepapir, hvorefter dejens overflade gives nogle snit med en skarp kniv. Efterhæver i 15-20 minutter. • Pensles og bages lysebrunt ved 225° i ca. 20 minutter • Spises til suppen med smør. • Mens der ventes skal der ryddes op og gøres rent i gruppekøkkenet..!!
<p>5 Persillesmør</p> <p>¼ pakke smør 1 håndfuld persille 1 fed hvidløg Evt. 1 tsk. revet citronskal</p>	<p>Smørret røres blødt i en lille skål Persillen hakkes fint på et spækkebræt med en kniv Hvidløget pilles og mases med siden af en kniv og hakkes fint. Evt. Citronen rives fint og tilsættes til sidst evt. sammen med ¼ tsk salt</p>