



UV-materiale

FADEBURET afsnit 4:4 Midsommer og Trolovelse

Tilbered et Sommermåltid

Lav retterne sammen i Madkundskab eller derhjemme sammen med familien.

Server fladbrød toppet med friskost, bacon og løg. Dernæst bagt laks med friske urter, der kan serveres med grønne pandekager. Til dessert marineres sommerens frugter. Opskrifterne er findes også på www.ribevikingecenter.dk

Velbekomme!

Fladbrød med friskost, bacon og løg

8 fladbrød. Se opskrift i 'Efterårsmåltid'
Friskost. Se opskrift i 'Afsnit 4:4 opgaver'
8 skiver god, røget bacon
2 løg
Frisk, hakket timian
Salt

Krydr bacon med timian og rist dem på en varm pande. Steg løgene til de tager farve og bliver bløde, smag til med salt. Anret 8 portioner: Først et fladbrød, så friskost, en skive bacon, bløde løg og et drys timian.

Laks med friske urter

1 lakseside m. skind
Salt
Forårsløg, finthakket
Ramsløg ell. timian, finthakket
½ pakke smør, smeltet

Læg laksen på et stykke sølvpapir og buk siderne op. Bland smør, løg og urter. Dryp det hen over laksen, krydr. med salt. Bag laksen i ovnen i ca. 15 min. ved 190c. [Kan også laves som plankelaks ved et bål: Opskrift her.](#)
Server f.eks. med [grønne pandekager og friskost.](#)

Marinerede frugter

Frisk frugt, f.eks. æble, pære, hindbær, blåbær, blommer.
Sød vin (saft)
Honning

Skær frugten i små mundrette stykker og kom det i en skål. Opløs honningen i lidt saft og hæld det over frugten. Lad det marinere så længe som muligt. Server evt. med flødeskum.



OBS! På Ribe Vikingecenter tilbyder vi [skoletjenesteforløbet 'Vadehavet - Vikingernes hjem og spisekammer'](#). Som en del af husholdningen på Hvidinggården ved Vadehavet, får eleverne her et indblik i naturens indflydelse på livsgrundlaget og deltager i tilblivelsen af et festmåltid i Langhuset. [Læs mere her.](#)

Filmserien Fadeburet er produceret af Ribe Vikingecenter med støtte fra Region Syddanmark og Kulturregion Vadehavet