

**KALKUN**

VÅRE aller **BESTE**  
**OPPSKRIFTER**

Alt til jul

**BILLIG**

hos KIWI

**KIWI** mini  
pris



Alt til jul  
**BILLIG**  
hos KIWI

## SLIK LAGER DU Helstekt kalkun

- 1 kalkun (ca. 500 gram rå kalkun per person)
- 3 ss flaksalt og nykvernet pepper
- 1 ss brunt sukker
- 1 neve frisk timian eller rosmarin
- 150 g smør, romtemperert
- 4 ss olje

**TINING:** Skyll kalkunen raskt i kaldt vann for å starte tiningen. Tørk den og sett den på en rist. Gni kalkunen inn med sukker og salt blandet, og sett den i kjøleskapet i minst to døgn, gjerne tre, utildekket. Dette vil gjøre skinnen sprøtt og kjøttet saftig. Fjern innmatsposen fra kalkunen så snart den har tint nok, og tørk kalkunen inni. Innmaten kan du bruke hvis du vil koke kraft til sausen.

**SMØR UNDER SKINNET:** Etter et par døgn er kalkunen klar til steking, men først skal den romtempereres i tre timer. Legg urter, som timian og rosmarin, i en langpanne, og plasser kalkunen oppå med brystet opp. Før hånden forsiktig innunder skinnen ved enden av lårene og bakover til enden av fileten. Klem to spiseskjeer smør innunder skinnen på hver side, og prøv å fordele det ved å glatte fra oversiden. Smelt også litt smør sammen med olje, og hell det over kalkunen så den er dekket. Strø til slutt et par klyper salt og nykvernet pepper over kalkunen.

**FYLL MED STUFFING:** Velg etter smak og behag. Bruk f. eks. en neve friske urter og båter av sitron, epler, rødløk og andre frukter og grønnsaker. Du kan også lage stuffing av farse. Bland kjøttdeigen med løk, urter, rømme, sennep og krydder, eller lag din egen variant.

Når kalkunen er fylt, knyter du beina sammen med en hyssing og folder vingene under den for å unngå at de blir brent.

**STEKING OG HVILE:** Stek kalkunen i ovnen på 160 grader i 30 minutter per kilo. Ha litt vann/vin eller buljong i langpannen under steking. Hvis du har stuffing i kalkunen, vil steketiden være 30 minutter lenger. La kalkunen hvile i minst 20 minutter før den serveres. Når kalkunen har hvilt, er den klar for å deles opp.

Tradisjonelt tilbehør til en norsk nyttårs- eller festmiddag med kalkun er gjerne brun saus, kokte poteter og waldorfsalat, men kalkun passer egentlig med det aller meste. Prøv med ovnsbakte grønnsaker, bønner, rosenkål eller andre grønnsaker du liker godt.

**KIWI** mini  
pris

# KALKUN



## Klassisk tilbehør WALDORFSALAT OG BRUN SAUS

### WALDORFSALAT

- 4 dl røde druer
- 3 ss olivenolje
- Flaksalt og nykvernet pepper
- 2 dl valnøtter
- 2 ss majones
- 2 ss yoghurt naturell
- 1 ss sitronsaft
- 1 ts dijonsennep
- 1 hjertesalat
- 1 grønt eple
- 5 stilker stangselleri
- 1 neve frisk persille

Forvarm ovnen til 180 grader. Vend druene i 1 ss olje og en klype salt og pepper og bak i ca. 10 minutter i ovnen. Legg i valnøttene. Når druene er saftige og har fått litt farge og nøttene er gyldne, tar du dem ut av ovnen.

Rør sammen 2 ss olje, majones, yoghurt, sitronsaft og sennep. Smak til med en klype salt og pepper.

Snitt salaten fint. Skjær eplet i tynne skiver, deretter i små "fyrstikker" og skjær sellerien i tynne skiver. Vend dette så vidt inn i dressingen med halvparten av persillen, grovhakket, og druene. Hell over druesaften fra stekeplaten. Topp med knuste nøtter og resten av persillen.

### BRUN SAUS

- 70 g hvetemel
- 70 g smør, usaltet
- 8 dl stekesjy/kraft fra koking av innmaten
- 2 dl kremfløte
- 1 ts tørket rosmarin eller to kvister frisk rosmarin
- Salt og pepper

Smelt smøret og tilsett mel, og la dette brune på svak varme i ca. 3 timer. Rør jevningen med jevne mellomrom, slik at den ikke svir seg.

Spe med stekesjy/kraft, litt om gangen, og kok opp. Tilsett rosmarin og smak til med salt og pepper. Ønsker du tynnere saus, kan du tilsette mer væske.

**KIWI** mini pris

# KALKUN



## Glaserert kalkun

8  
PERS.

### MED GRØNNE BØNNER OG SØTPOTETER MED KANEL

#### GLASERT KALKUN

- 1 kalkun (ca. 500 gram rå kalkun per person)
- 3 ss grovkornet salt
- 1 ss brunt sukker
- 4 fedd hvitløk
- ½ appelsin, kun skallet
- 1 liten neve frisk rosmarin eller timian
- 1 dl brunt sukker
- 1 dl soyasaus
- 1 dl hvitvinseddik
- 6 ss raps- eller olivenolje

**TINING:** Skyll kalkunen raskt i kaldt vann for å starte tiningen. Tørk den og sett den på en rist. Gni kalkunen inn med sukker og salt blandet, og sett den i kjøleskapet i minst to døgn, gjerne tre, utildekket. Dette vil gjøre skinnet sprøtt og kjøttet saftig. Fjern innmatsposen fra kalkunen så snart den har tint nok og tørk kalkunen inni. Innmaten kan du bruke hvis du vil koke kraft til sausen.

**OPPSTYKKING OG ROMTEMPERERING:** Dra ut vingene slik at du ser leddene og skjær dem av. Skjær av lårene og bryststykkene. Spar resten til å koke kraft. La kalkunen romtemperere i 2-3 timer.

**STEKEGLASUR:** Skrell og legg hvitløksfeddene i en kjele. Vask appelsinen og skjær av skallet på appelsinen med en potetskreller. Legg det i sammen med resten av ingrediensene til stekeglasuren, bortsett fra oljen. La det putre i ca. 10 minutter, til blandingen er tykk.

**STEKING:** Varm ovnen til 220 grader. Gni kalkunstykkene med olje, og legg dem med skinnsiden opp på en rist plassert over en langpanne. Hell 4 dl vann i bunnen og bak kalkunen i ca. 20 minutter, til den har blitt gyllen. Fjern kalkunen fra ovnen, skru ned varmen til 150 grader, pensle med stekeglasuren og stek videre i 20 minutter. Repeter hvert 20. minutt til kjernetemperaturen på den tykkeste delen av brystet er 65 grader og 77 grader i den tykkeste delen av låret (ikke treff benet). La kjøttet hvile i 30 minutter før servering. Skjær bryststykkene i pene skiver og dander alt pent på et stort fat.

#### GRØNNE BØNNER MED SPRØ SJALOTTLØK

- 2 pk. aspargesbønner
- 2 sjalottløk
- 2 ss olivenolje
- Flaksalt og nykværnet pepper
- 1 sitron

Fjern stilkene på bønnene. Finsnitt sjalottløken og stek den i olje på middels til høy varme til den har fått litt farge. Legg i bønnene og stek i ca. 1 minutt, til de har fått litt stekeskorppe og løken er sprø. Fjern fra varmen og strø over en god klype salt og pepper. Riv over skallet på sitronen og klem over saften.

#### OVNSBAKT SØTPOTET MED KANEL

- 4 søtpoteter
- 4 ss raps- eller olivenolje
- 2-3 ts malt kanel
- 1 ts flaksalt

Skrubb og skjær søtpotetene i skiver på langs. Legg dem på en stekeplate, hell over oljen og gni dem inn. Strø over kanel og salt, og bak dem i ovnen på 190 grader i ca. 30 minutter, mens kalkunen hviler.

**KIWI** mini  
pris



# Kalkunfilet MED ROSENKÅL, KREMET TIMIANSAUS & KARAMELLISERT LØK

4  
PERS.

## KALKUNFILET

- 900 g kalkunfilet
- Salt og pepper
- 2 ss solsikkeolje
- 1 fedd hvitløk
- 1 ss smør

Forvarm ovnen til 200 grader, varmluft. Krydre kalkunfileten med salt og pepper. Hell oljen i en varm stekepanne, legg i kalkunfileten og stek den raskt til den har fått en fin stekeskorppe på begge sider. Tilsett smør og et knust hvitløksfedd, og stek fileten i ovnen til kjernetemperaturen er 68 grader. La kjøttet hvile før servering.

## POTETER OG ROSENKÅL

- 600 g småpoteter
- 400 g rosenkål
- 3 ss olivenolje
- Salt og pepper
- 1 liten neve frisk timian

Mens kalkunen er i ovnen, skrubber du potetene og renser rosenkålen. Spre dem utover en ildfast form og hell over olje og en klype salt og pepper. Stek dem i ovnen til potetene er helt møre, ca. 25 minutter, mens kalkunen hviler.

## KREMET TIMIANSAUS

- ½ løk
- 2 fedd hvitløk
- 1 liten neve frisk timian
- 4 dl kremfløte
- Litt olje til steking
- Saften av en halv sitron
- Salt

Kutt løk og hvitløk i tynne skiver. Stek det i en kjele med litt olje til løken blir karamellisert. Tilsett hakket timian og fløte. La det småkoke i 5-6 minutter, og kjør det sammen med en stavmikser. Smak til med sitronsaft og salt.

## KARAMELLISERT LØK

- 2 gule løk
- 1 ss meierismør
- 1 ss rødvinseddik
- Salt
- 1 ss brunt sukker

Skrell og skjær løken i skiver og legg den i en kjele med smør. Sett kjelen på høy temperatur for å få i gang karamelliseringen av løken. Deretter senker du varmen og lar løken småputre til den har blitt gyllenbrun. Smak til med eddik og en klype salt, før du blander inn rosine.

**KIWI** mini  
pris



# Restemat av KALKUN

## Taco MED KALKUNRESTER & GRØNN SALSA

4  
PERS.

### TACO

- Rester av kalkunkjøtt
- 1 pk. tacokrydder
- ¼ rødkål
- 1 pk. små tortillalefser
- 1 boks Drømmelett
- 3 lime

Riv kalkunkjøttet i passende biter og varm det i en stekepanne med litt olje. Tilsett tacokrydder og tilbered det etter anvisning på pakken.

Snitt rødkålen så tynt du klarer. Varm opp lefsene i en tørr stekepanne og fyll dem med Drømmelett, kalkun, rødkål og salsa. Topp med litt ekstra koriander og server med limebåter til.

### GRØNN SALSA

- 1 rød chili
- 1 fedd hvitløk
- 2 vårløk
- 1 potte frisk koriander
- 1 neve frisk mynte
- 4 ss raps- eller olivenolje
- Flaksalt

Fjern frøene på chilien og legg den i en liten food-prosessor sammen med hvitløk, vårløk, en stor neve koriander, mynte og 3 ss olje. Kjør det raskt sammen til en grov salsa og smak til med en klype salt.

# TILBEHØR

prøv noe nytt til kalkunen

4

PERS.

## OVNSBAKT RØDKÅL & ASPARGESBØNNER

- 1 stor rødkål
- 2-3 ss olivenolje
- Flaksalt og nykvernet pepper
- 600 g aspargesbønner
- 3 ss balsamicoeddik
- 2 ss honning
- ½ dl valnøtter
- 1 pk. chèvre, kan sløyfes
- 4 stilker timian, til servering

Forvarm ovnen til 220 grader.

Rist valnøttene gylne på et stekebrett i et par minutter og avkjøl dem.

Del kålhodet i to, deretter i fire båter hver. Legg dem på et stekebrett, hell over olje og vend dem godt inn så alle sider er dekket. Strø over en god klype salt og pepper på hver side. Bak båtene i 15 minutter på hver side, til de er gylne og sprø på utsiden og myke inni.

Fjern stilkene på bønnene og kok dem i lettsaltet vann i 2 minutter.

Anrett rødkålen og bønnene på et serveringsfat. Hell over balsamicoeddik, honning, en klype salt, chèvre brutt opp i små biter og grovhakkede valnøtter. Avslutt med timianblader.

## ROSENKÅL- OG EPLESALAT MED KREMET PINJEKJERNEDRESSING

### ROSENKÅL- OG EPLESALAT

- 700 g rosenkål
- ½ rødløk
- 2 epler
- 1 dl tørkede tranebær
- ½ sitron
- 50 g Grana Padano
- 3 ss ristede pinjekjerner
- 1 neve frisk basilikum

Skjær bort endene på rosenkålene og snitt dem fint.

Skjær rødløken i tynne båter. Del eplene i to, fjern kjernehusene og skjær dem i tynne skiver.

Legg alt i en stor bolle sammen med tranebærene og klem over sitronsaften. Rett før servering vender du dressingen inn i salaten.

Skjær osten i pene flak med en potetskreller.

Topp salaten med ost, pinjekjerner og basilikumblader.

### PINJEKJERNEDRESSING

- ½ dl rødvinseddik
- 1 ss fish sauce
- 2 ss vann
- 1 dl ristede pinjekjerner
- 1 fedd hvitløk
- ½ dl olivenolje

Bland eddik, fish sauce, sukker og vann i en liten skål.

Hell pinjekjerner, finhakket hvitløk og halve eddikblandingen i en foodprosessor eller stavmikser og kjør det sammen til en fin puré.

Tilsett gradvis oljen mens maskinen kjører, deretter resten av eddikblandingen. Dressingen skal nå være kremet og tykk. Tilsett mer vann ved behov og smak til med fish sauce, dersom du ønsker dressingen saltere.