

**thermomix**

# Knivdække & skræller Velkomstguide

VORWERK





## Introduktion til Knivdække & skræller Velkomstguide

I flere årtier har Thermomix® gjort tilberedning af måltider nemmere for familier i hele verden. Knivdækket er designet til at gøre din Thermomix® til en sous-vide maskine og til en slowcooker og går et skridt videre for at hjælpe dig med hverdagslivet i køkkenet.

Knivdækket er suppleret med en ny skrællefunktion, som vil fjerne en stor del af tilberedningstiden og frigøre mere tid, som du kan bruge på andre ting. Du kan nyde at komme hjem og slappe af på sofaen, læse eller lege med børnene, mens Thermomix® tilbereder maden for dig.

Disse nye funktioner i Thermomix® giver dig din tid tilbage. Sous-vide madlavning og slow cooking giver perfekte måltider, som kan tilberedes på forhånd. Disse utroligt lækre retter vil vente indtil din familie eller dine gæster er klar til at spise – og uden at blive overtilberedt. Når du bruger skrællefunktionen, er dine hænder frie til at gøre andre ting. Lad Thermomix® gøre alt det besværlige madlavningsarbejde.

## Introduktion til Slow Cooking

*Den dejlige duft af aftensmad,* som er tilberedt langsomt, fyldige aromaer og udsigten til et nærende måltid, er en af hjemmets mere behagelige sider.

Slow cooking opskrifter er hurtige at forberede, men tilberedes langsomt, hvilket fjerner arbejdspresset fra de travle tidspunkter på dagen. At få fjernet besværet, når du laver mad til dem, som du bedst kan lide, er en stor fordel på travle hverdage eller i weekenden. Forbered det hele og start slow cooking opskriften i god tid. Når det så er spisetid, skal du ikke bruge tid i køkkenet.

Mindre møre og grovere kødudskæringer bliver saftige og bløde efter langsom tilberedning i Thermomix®. Og takket være knivdækket vil de møre bidder ikke tage skade, der omrøres forsigtigt og de er beskyttede mod direkte kontakt med knivens blade.



Slow  
cooked svineslag  
med nudler

Skyen bruges til at  
koge nudlerne i.

# Vejledning om slow cooking



## *Indsæt Knivdække med skrællefunktion*

For at sikre en ensartet tilberedning skæres stykkerne ud i nogenlunde samme størrelse og tykkelse. Stykkerne krydres eller marineres. Skær evt. fedt af kødet før slow cooking. Fedtet smelter ikke væk, når du tilbereder kødet langsomt, så det er bedst at fjerne det. Fjernelse af fedtet vil give dig et sundere resultat, men det vil stadig smage godt.

Indsæt knivdækket i skålen som vist i vejledningen. Kom de forberedte ingredienser i røreskålen og fordel dem jævnt over knivdækket.

Tilsæt smagsstoffer som krydderier, aromaer og andre ingredienser i begyndelsen af madlavningen.

Tilsæt væske i form af fond, bouillon eller sovs, så det kun lige dækker ingredienserne.

Vær opmærksom på, at væskemængden ikke reduceres i slow cooking, på samme måde som den gør ved andre metoder, så overfyld ikke.

Indstil temperaturen efter din opskrift, og følg vejledningen på skærmen.

Pasta og ris kan kommes i, når madlavningen er afsluttet, og koges på normal vis.

Friske ingredienser med en kortere tilberedningstid, som spinat, broccoli, ærter og squash kan tilsættes til sidst, det samme gælder friske krydderurter. Rør mælk, creme fraiche og flødeost i efter tilberedningen, så bevares grøntsagernes fyldige konsistens.

### **Gør en sovs tykkere med din slow cooking opskrift:**

- Tilsæt 10 g mel i starten, så bliver sovsen tykkere under tilberedningen.
- Tilsæt 15 g majsmeel, som er rørt til en pasta med 15 g koldt vand, tilsæt det til sidst i processen, og lad sovsen simre til den bliver tykkere.
- Rør tomatpuré i for at gøre sovsen tykkere.
- Tag målekoppens låg af skålen, og reducer sovsen i 10 min./Varoma/🌀/hastighed 1.



### Sous-vide oksesteak

Med sous-vide  
indstillingen kan du  
tilberede din steak,  
som du kan lide den,  
helt perfekt  
hver gang.



## Introduktion til sous-vide

*Sous-vide* er en metode, som indebærer tilberedning af mad i en lufttæt pose i et vandbad ved en nøjagtigt kontrolleret temperatur og konstant forsigtig omrøring. Sous-vide madlavning er populær hos både professionelle kokke og hjemmekokke pga. resultater, som altid er af høj kvalitet. Maden tilberedes inde i en forseglet pose, som holder på alle smags- og næringsstoffer.

Med knivdækket sat i røreskålen, opvarmer Thermomix® vandbadet til en præcis temperatur. Brugeren anbringer ingredienserne i en fødevarerik og varmeresistent pose, vakuumforsegler den og kommer den i røreskålen. Da knivdækket beskytter mod direkte kontakt med kniven, omrøres maden forsigtigt for at opnå en jævn tilberedning.

Sous-vide teknikken er anderledes end andre teknikker på den måde, at maden vil opnå nøjagtigt den samme temperatur som vandet, hvilket er præcis den temperatur, som er nødvendig for at ændre madens struktur. Den præcise temperatur opretholdes i tilberedningstiden og tilbereder ingrediensen skånsomt. Denne skånsomme tilberedning gør sous-vide metoden ideel til tilberedning af temperaturfølsomme fødevarer, som fisk eller steaks med en meget lille risiko for overtilberedning. Den nøjagtige temperaturkontrol i Thermomix® er perfekt til sous-vide madlavning.

# Vejledning i sous-vide madlavning

*Til sous-vide*, forsegles maden i en lufttæt pose. Der findes to metoder til at gøre dette, enten med en vakuumforsegler eller nedsenkning i vand, begge metoder beskrives nedenfor. Sous-vide poser er fremstillet af et materiale, som er sikkert til opvarmning af madvarer. Polyethylen-poser kan ikke bruges. En mellemstor fødevarerpose skulle

kunne passe til alle opskrifterne i dette hæfte. Hvis du bruger metoden med nedsenkning i vand, så vælg en pose med lynlåslukning. Hvis du gerne vil tilsætte en marinade til dine sous-vide opskrifter, så vælg et lynlåssystem med pumpe, som fås mange steder.



## Tilberedning

Skær stykkerne ud i nogenlunde samme størrelse og tykkelse. Maden krydres og kommes i posen. Læg maden så fladt som muligt i posen, og pres så meget luft ud, som du kan.

## Vakuumforseglingsmetoden

Sørg for, at den inderste del af poseåbningen stadig er ren, når den fyldes, så der dannes en god forsegling. Sæt åbningen ind i vakuumforsegleren efter producentens anvisninger. Gennemfør vakuumprocessen, og fjern posen fra forsegleren. Undersøg om forseglingen er dannet.

## Vandnedsænkningensmetoden

Fyld køkkenvasken eller en stor skål med vand. Læg din mad i en pose med lynlås til forsegling af åbningen – en lynlåspose. Lad et hul i forseglingen på ca. 3 cm være åbent. Sænk posen ned i vandet med åbningen øverst. Vandet vil presse luften ud af posen. Fortsæt indtil kun åbningen i posen stadig er over vandet, og lige før åbningen kommer under vand, forsegles posen helt.

## Til sous-vidé

Indsæt knivdækket, som vist i vejledningen. Før vandet opvarmes, anbringes den/de forberedte og forseglede pose(r) i røreskålen og dækkes med vand (sørg for at du ikke overskrider maksimumfyldningsniveauet på 2,2 liter). Fjern posen/poserne og sæt dem til side, mens du opvarmer vandet.

Indstil den temperatur, som du skal bruge.

Så snart vandet er opvarmet til temperaturen, lægges den/de forberedte pose(r) i røreskålen og tilberedes. Sørg for, at poserne hele tiden er fuldstændigt nedsænkedede under hele tilberedningen. Ved tilberedning af to poser på samme tid, sørg for at de begge er helt dækkede af vand i røreskålen.

Vi anbefaler, at du følger en lignende Thermomix® opskrift eller følger de vandmængder og temperaturer, som er angivet i tabellen (se s. 26–31).



## Servering

Tag forsigtigt posen/poserne op med en tang og server. De fleste fødevarer kan nydes straks. Hvis du svitser maden, så aftør ydersiden af maden så meget som muligt, mens du opvarmer en

tykbundet, tør stegepande til stegetemperatur. Svits meget hurtigt for at undgå at kødets eller fiskens temperatur stiger. Svitsning giver en sprød overflade og lidt stegesmag.



## Introduktion til skrælleren

*Madlavning* er endnu sjovere, når der ikke er noget bøvl eller stress. Her kommer Thermomix® ind i billedet. Med skrælleren bliver selv skrællearbejdet så let som ingenting, og der frigøres endnu mere af din tid og mere plads i køkkenet. Med skrælleren bliver kartoflerne skrællet på en ren og effektiv måde uden at efterlade sprukne hænder eller snavs på køkkenbordet.

## Vejledning til knivdække med skrællefunktion

**Iudsæt** Thermomix® Knivdække med skrællefunktion som vist i brugsanvisningen. Kom den mængde uskrællede kartofler i, som skal bruges til din opskrift, men ikke mere end 800 g rodfrugter ad gangen.

Vælg grøntsager i samme størrelse, så opnår du det bedste resultat.



**Tilsæt** 600 g vand, indsæt låg og målekop, indstil og start.



**Så snart** skrælleren er færdig, skylles de skrællede grøntsager i kogeindsatsen og du kan forsætte med din opskrift.

Lad ikke skyllevandet til grøntsagerne gå til spilde. Vandet kan indsamles og genbruges fx til planter.

## Noter til slow cooking tabellen

- Tilsæt 1 strøget spiseskefuld ascorbinsyre/eddike eller 30 g citronsaft til vandet for at forebygge oxidering.
- Væskemængderne i tabellen er vejledende. Slow cooking metoder behøver ikke så meget væske som andre opskrifter, fordi intet fordamper.
- Hold øje med maksimumfyldningsmærket på 2,2 liter.
- Brug maksimalt 800 g kød.
- Sørg for, at kidneybønner og andre bælgfrugter er sikre at spise ved at koge dem først ved 100 °C i mindst 10 minutter før de tilsættes en slow cooking opskrift.
- Hvis ingredienserne har en anden vægt eller tykkelse, skal tilberedningstiderne justeres.
- Svitsning af kød efter slow cooking vil tilføje smag og konsistens.

### Slow cooked ananas

Søde og salte, en lang række forskellige ingredienser kan tilberedes med Slow Cook indstillingen. Bliv inspireret!

## Anbefalet tilberedningstid og temperatur

	Ingrediens	Mængde	Størrelse/ tykkelse	Vejledning om væskemængde	Temperatur TM6	Tid	Tips
<i>Kød</i>	Bankekød	400 g	3 cm × 3 cm	Ca. 300 g	85 °C	7 timer	En fyldig sovs af oksefond og stoutøl som fx Guinness giver en dejlig gryderet.
	Hakket oksekød	600 g		Ca. 300 g	98 °C	4 timer	Tilbered oksekødet i en klassisk tomatsovs, en blanding af 150 g rødvin, 200 g oksefond, 400 g hakkede dåsetomater til en bolognese. Denne opskrift kan laves uden knivdækket.
	Oksetværreb, uden ben	800 g	skåret i 8 stykker	Ca. 700 – 800 g	98 °C	4 ½ time	Skønt til en klassisk gryderet med grøntsager i en blanding af rødvin og en fyldig kødfond.
	Lammeskulder	650 g	i tern, 4 cm × 4 cm	Ca. 450 – 500 g	98 °C	6 timer	Marineres først i en karrypasta og brug kokosmælk til at lave en dejlig lammecurry.
	Svinekæber	500 g	4 × 100 – 120 g pr. stk.	Ca. 1500 g	95 °C	8 timer	Marineres først i olie og løg for at få et saftigt resultat.
	Svineslag med svær	600 g	i tern, 3 cm × 9 cm	Ca. 750 g	98 °C	4 timer	Tilberedes i grøntsagsbouillon. Svitses, når det er færdigkogt. Si skyen og tilsæt krydderier og kog risnudler i den, som serveres sammen med svineslaget.
	Svineskulder, uden ben og svær	800 g	i tern, 10 cm × 10 cm	Ca. 750 g	98 °C	4 timer	Marineres før tilberedning for at opnå det bedste resultat. Brug hønsebouillon til kogning. Kødet skæres i strimler efter tilberedning og der kommes BBQ på.
	Kødboller	500 g hakket oksekød, 10% fedt	30 g pr. stk.	Ca. 800 g	98 °C	3 timer	Kødbollerne kan tilberedes langsomt i en klassisk tomatsovs af hakkede dåsetomater.
	Andelår	2	Med skind og ben ca. 800 g total	Ca. 1100 g	98 °C	3 timer	Smag kyllingebouillon til med tørrede kirsebær, grøntsager og laurbærblade og få en lækker mør tilberedt and. Skær den tilberedte and i stykker og server med blommesovs.
	Hele kyllingelår	700 – 800 g	4 × 180 g pr. stk., 3 cm tykke	Ca. 700 g	95 °C	3 ½ time	En blanding af rød chili, rød peber, tomater og hønsebouillon er en god basis for en kyllingegryderet.
	Kyllingeunderlår	6		Ca. 650 g	98 °C	3 timer	Brug en kinesisk inspireret sovs af appelsinjuice, hønsebouillon, honning og soja til en lækker kyllingeret.
	Kalkunben uden skind	650 g	skåret i terninger 4 – 6 cm	Ca. 550 g	95 °C	3 timer	Kan tilberedes langsomt i hønsebouillon med grøntsager og serveres med stegte svampe med bacon.

## Anbefalet tilberedningstid og temperatur

	Ingrediens	Mængde	Størrelse/ tykkelse	Vejledning om væskemængde	Temperatur TM6	Tid	Tips
<i>Audet</i>	Blækspruttearme	500 – 800 g	2 – 3 cm tykke	Ca. 800 g	80 °C	5 timer	Dækkes med olivenolie til en lækker blæksprutteconfit.
	Blæksprutte	500 – 800 g	skåret i ringe plus arme	Ca. 800 g	80 °C	5 timer	Tilberedes langsomt i en fyldig tomatsovs.
	Tørrede hvide bønner, lagt i blød natten over	200 g tør vægt		Ca. 560 g	98 °C	4 timer	Lægges i blød natten over, vandet kasseres. Koges hurtigt i 10 minutter før de tilberedes i en fyldig tomatsovs og tilsæt grøntsager til en lækker bønneret. Udskift ikke med kidneybønner.
	Kikærter, lagt i blød natten over	200 g tør vægt		560 g væske, grøntsagsbouillon, krydderier, olivenolie 50 ml	98 °C	4 timer	Lægges i blød natten over før tilberedning. Tilberedes i en fyldig tomatsovs med grøntsager til en lækker bønneret.
	Tørrede limabønner, lagt i blød natten over	200 g tør vægt		Ca. 560 g	98 °C	4 timer	Lægges i blød natten over, vandet kasseres. Koges hurtigt i 10 minutter før de tilberedes i en fyldig tomatsovs og tilsættes grøntsager til en lækker bønneret. Udskift ikke med kidneybønner.
	Rodfrugter - gulerødder, løg, selleri, søde kartofler	600 g	10 cm lange, Ø 2 cm	Ca. 1300 g	85 °C	2 1/2 time	Tilberedes i hønse- eller grøntsagsbouillon. Server grøntsager i noget af kogevæsken og drys med friske krydderurter. Kogevandet udgør en dejlig basissuppe.
	Butternut/hokkaido squash	700 g	skær i skiver 1 cm × 3 cm × 6 cm	Ca. 1200 g	85 °C	4 timer	Brasser squashstykkerne i en blanding af grøntsagsbouillon og misosuppe og få en lækker grøntsagsret. Rør hakkede friske krydderurter i før servering.
	Pærer, modne men faste	4 pærer × 180 g pr. stkk	hele, skrællede	Ca. 1100 g	90 °C	4 timer	Tilberedes i vinsirup og smages til med appelsinskal, hel kanel og stjerneanis.
	Ananas	500 g	6 stykker skåret på langs, 2 cm i kanten	Ca. 800 g	85 °C	2 timer	Tilberedes i en tynd sirup og smages til med chili og rom. Server ananassen med siruppen og is.
	Syrlige spiseæbler	4 æbler	halve, med skræl	Ca. 1400 g	95 °C	2 timer	Tilberedes i sirup og forbliver i denne til de skal serveres. Lækre til morgenmad eller dessert.
Nektariner/ferskner, faste	400 g	4, halve, med skræl	Ca. 1700 g	95 °C	2 timer	Stænkes med honning før servering.	



## Noter til sous-vide tabellen

- Tilsæt 1 strøget spiseskefuld ascorbinsyre eller 30 g citronsaft til vandet for at undgå oxidering.
- Kom først poserne i blandeskålen, når vandet har nået måltemperaturen.
- Opvarmning af vandet tager gennemsnitligt 10 – 15 minutter. Vandmængden i tabellen er vejledende og afhænger af posernes størrelse. Poserne skal være helt dækkede af vand uden at overskride mærket for maksimal fyldning på blandeskålen (2,2 l).
- Hvis ingredienserne har en anden vægt eller tykkelse, skal tilberedningstiderne justeres.
- Svitsning af kød efter sous-vide tilberedning vil tilføje smag og give større fødevarerikkerhed.

### Sous-vide asparges med pocherede æg

Perfekt pocherede.  
Du kan stole på sous-vide  
indstillingen ved  
tilberedning af æg  
til dine asparges.

## Anbefalet tilberedningstid og temperatur

Vi anbefaler at du bruger en Thermomix sous-vidé opskrift. Hvis du følger en 'ikke- Thermomix' opskrift, så henviser vi til tabellen nedenfor for tid og temperatur.

	Ingrediens	Mængde	Størrelse/tykkelse	Vand til blandeskål	Antal poser	Temperatur	Tid	Tilberedningsstadiet	Tips
<i>Kød</i>	Filet mignon/flanksteak	720 – 800 g	4 × 180 – 200 g pr. stk. 2,5 – 3 cm tykke	Ca. 1400 g	2	54 °C	1 ½ time	medium-rød	Svitses på en pande til sidst.
						60 °C	1 ½ time	medium	
						64 °C	1 ½ time	gennemstegt	
						58 °C	2 t og 15 min.	medium rød	Svitses på en pande til sidst.
	Oksehøjreb, uden ben	900 g	2 × 450 g pr. stk. 3 – 4 cm tykke (maks. 14 cm lange)	Ca. 1300 g	2	65 °C	1 time og 45 min.	medium	
						70 °C	1 ½ time	gennemstegt	
	Oksespidsbryst	600 – 800 g	skåret i 2 stykker 5 – 6 cm tykke	Ca. 1400 g	2	85 °C	12 timer	falder fra hinanden	For at få ekstra smag, marineres før tilberedning.
	Kalvedaljer	650 – 800 g	8 × 80 – 100 g pr. stk., 2,5 cm tykke	Ca. 1400 g	2	64 °C	1 ½ time	gennemstegt	Svitses på en pande til sidst.
	Lammekoteletter	240 – 320 g	4 × 60 – 80 g pr. stk., 2,5 cm tykke	Ca. 1800 g	2	58 °C	1 time og 45 min.	lyserøde	
	Svinemørbrad	500 – 700 g	1 mørbrad skåret i 2 stykker, Ø 5 cm	Ca. 1200 g	2	75 °C	1 time	gennemstegt	
	Svinekoteletter	700 g	2 svinekoteletter, 3,5 cm tykke	Ca. 1400 g	2	60 °C	2 timer og 30 min.	gennemstegt	Svitses på en pande til sidst.
	Svinekæber	650 – 800 g	8 × 80 – 100 g pr. stk.	Ca. 1400 g	2	85 °C	8 timer	saftigt og mørt	
	Svineslag med svær	500 – 600 g	2 × 250 – 300 g pr. stk., 4,5 cm tykke	Ca. 1500 g	2	80 °C	7 timer	saftigt og mørt	
	Svineskulder, uden ben	800 g	skåret i 2 stykker 4 – 5 cm tykke	Ca. 1400 g	2	85 °C	12 timer	falder fra hinanden	For at få ekstra smag, marineres før tilberedning.
	Andebryst	500 – 600 g	2 × 250 – 300 g pr. stk., 2,5 – 3 cm tykke	Ca. 1200 g	2	62 °C	1 ½ time	lyserødt	Svitses på en pande til sidst.
	Kyllingebryst	500 – 600 g	2 × 250 – 300 g pr. stk., 2 – 3 cm tykke	Ca. 1500 g	2	72 °C	1 ½ time	gennemstegt	Tilberedes med skind og svitses efter tilberedning eller gnides med en blanding af krydderurter og krydderier.
	Hele kyllingelår	700 – 750 g	4 × 180 g pr. stk., 3 cm tykke	Ca. 1400 g	1 – 2	75 °C	1 time	gennemstegt	Hvis med skind, svitses de på en pande efter tilberedning.
	Kyllingeunderlår, med skind	600 g	4 × 150 g pr. stk., 4 – 5 cm tykke	Ca. 1400 g	1 – 2	75 °C	1 time og 15 min.	gennemstegt	Hvis med skind, svitses de på en pande efter tilberedning.

## Anbefalet tilberedningstid og temperatur

	Ingrediens	Mængde	Størrelse/tykkelse	Vand til blandeskål	Antal poser	Temperatur	Tid	Tilberedningsstadiet	Tips
<i>Fisk/Skaldyr</i>	Fisk, mager (havtaske/kulmule)	800 g	4 × 200 g pr. stk., 2 cm tykke	Ca. 1400 g	2	60 °C	1 time	færdige	Fisk til sous-vide opskrifter skal være af sashimi-kvalitet dvs. kan spises rå, eller skal have været frosset til mindst -20 °C i mindst 24 timer. Vi anbefaler, at man køber frossen fisk eller skaldyr til sous-vide madlavning. Optøs før tilberedning.
	Fisk, fed (laks, med eller uden skind)	600 g	4 × 150 g pr. stk., 3 cm tykke	Ca. 1450 g	2	55 °C	45 min	medium	
	Rejer, pillede, mellemstore	350 – 380 g	24 stk. på 15 g hver	Ca. 1500 g	2	62 °C	30 min	færdige	
	Rejer, pillede og med fjernede vener, store	480 – 500 g	16 stk. på 30 g hver	Ca. 1660 g	2	70 °C	20 min	færdige	
	Blækspruttearme	500 – 800 g	2 – 2,5 cm tykke	Ca. 1400 g	1 – 2	82 °C	7 timer	saftige og møre	Brug frisk eller optøet blæksprutte. Anvendelse af frossen blæksprutte vil give en mør konsistens. Fryseprocessen gavner blæksprutten, da kødet vil mørne under optøningen.
<i>Æg</i>	Pocherede æg	4 – 6	æggestørrelse M (53 – 63 g pr. stk.)	Ca. 1400 g	0	72 °C	18 – 20 min	blød æggeblomme	Enkelt æg uden skal pakket ind i smurt køkkenfilm lukket med madsnor, og fjern så meget luft som muligt.
	Onsen æg (lavtemperatur æg i skal)	6	æggestørrelse M (53 – 63 g pr. stk.)	Ca. 1850 g	0	65 °C	45 min	let flydende æggehvide blød æggeblomme	Anbring hele æg isimrekurven. Efter kogetiden afkøles straks i et isbad.
<i>Grøntsager, Rodfrugter</i>	Gulerødder	300 – 600 g	10 cm lange, Ø 2 cm	Ca. 1500 g	1 – 2	85 °C	45 min		Svits efter kogning i et par minutter for at glasere dem i egen saft.
	Rødbeder	600 g	Ø 4 – 5 cm hver	Ca. 1300 g	1	85 °C	3 timer		Halver store rødbeder.

## Anbefalet tilberedningstid og temperatur

	Ingrediens	Mængde	Størrelse/tykkelse	Vand til blandeskål	Antal poser	Temperatur	Tid	Tilberedningsstadiet	Tips
<i>Grøntsager, Møre</i>	Grønne bønner, friske	300 – 600 g	normale eller flade	Ca. 1500 g	1 – 2	85 °C	45 min		Grøntsagerne krydres med salt, kværnet peber og friske aromatiske krydderurter, og der tilsættes olivenolie eller smør i posen før de tilberedes og serveres som skønt tilbehør.
	Champignon	250 g	Ø 3 – 5 cm	Ca. 1500 g	1 – 2	59 °C	1 time		
	Auberginer	320 – 360 g	2 × 160 – 180 g, begge skåret i 1,5 – 2 cm tykke skiver	Ca. 1500 g	1 – 2	85 °C	2 timer		Grilles efter tilberedningen for at få røgsmag
	Asparges	500 g	Ø 1.5 cm	Ca. 1500 g	1 – 2	82 °C	15 min		Godt at servere sammen med sous-vide pocherede æg.
<i>Frugt, Fast</i>	Pærer, modne	600 g	4 × 150 g pr. stk, halverede	Ca. 1600 g	2	80 °C	1 ½ time		For at give et ekstra pift krydres med krydderier og/eller væske som sød vin, rom eller frugtjuice. Server med is eller budding.
	Ananas	400 g	4 skiver – 100 g pr. stk., 2 cm tykke	Ca. 1500 g	1	85 °C	45 min		Se tip til pærer, modne.
<i>Frugt, Blød</i>	Abrikoser	300 – 350 g	3, halverede, Ø 5 cm	Ca. 1400 g	1	80 °C	1 time		Se tip til pærer, modne.
	Bananer	400 g	4 x 100 g pr. stk., Ø 3 cm	Ca. 1500 g	1	68 °C	20 min		Se tip til pærer, modne.

## Noter til skræller-tabellen

- Hvis grøntsagerne har grimme mørke pletter eller øjne, fjern dem før eller efter skrælning.
- Skyl de skrællede grøntsager, og genbrug vandet til vanding af planter.
- Ved skrælning af gulerødder, brug gulerodsstykker i samme størrelse og tykkelse.
- Skrælningen kan være mindre effektiv for grøntsager med tykkere skræl som fx søde kartofler.

Som alternativ kan skrælleren bruges til en let skrubning af kartofler, hvor de beholder skrællen på. Brug hastighed 4 i kortere tid (se tabel).

## Anbefalet skrælle tid og hastighed

Ingrediens	Total	Maks. samlet vægt	Størrelse/tykkelse	Vandmængde	Tid	Hastighed
Kartofler	Helt skrællede	800 g	Passerer gennem lågåbning	600 g	4 min	4
Kartofler	Skrubbede Halvskrællede	800 g	Passerer gennem lågåbning	600 g	3 min	4
Nye Kartofler (tynd skræl)	Skrællede	800 g	Passerer gennem lågåbning	600 g	4 min	4

# Kolofon

**Projektleder**  
Edith Pouchard, *Vorwerk International*

**VP Digital**  
Ramona Wehlig, *Vorwerk International*

**Opskriftsfirma**  
Margarida Ferrador, *Head of Recipe Business, Vorwerk International*

**Opskriftsudvikling**  
Andrea Aloe, Katarzyna Sykalo,  
Phuong Nguyen, Britta Arnold og  
Mari-Bel Giorno, *Vorwerk Franking*.  
Isabelle Phillion, Amédé Vicet, Pauline  
Brunet og Bénédicte Grépinet,  
*Vorwerk France*  
Katarzyna Sieradz, Martyna Sobka og  
Agata Kubica, *Vorwerk Polen*

**Redaktionsteam**  
Beatriz Rodriguez Diez, *Product manager Recipe & Usability, Vorwerk International*  
Maria Resende, *Head culinary strategy, Vorwerk International*  
Cara Hobday, *Editor director, Tasty Art, UK*  
Catarina Gouveia, *Editor director, Portugal*  
Irmgard Buth, *fødevarekonsulent, Tyskland*

**Ressourcetabeller**  
Cara Hobday, *Editor director, Tasty Art, UK*  
Catarina Gouveia, *Editor director, Portugal*  
Evelin Guder, *konsulent, Tyskland*

**Næringsværdier**  
Angelika Ilies, *Ekstern konsulent, Tyskland*

**Opskrift fotografi og styling**  
Premier Picture Films, *XYZ Studio, Lisabon*  
António Nascimento, *Fotograf*  
Ana Trancoso, *Art Director*  
Carla Cardoso, *Rekvisitør*  
Conceição Coelho, *Food Stylist*  
Denise Costa, *Food Stylist assistent*

**Koncept/design**  
Lichten, *Hamburg, Tyskland*

**Layout/sætning**  
Effizienta oHG, *Munich, Tyskland*

**Udgave/publicering**  
2. udgave, juli 2021

**Redaktør**  
Vorwerk International & Co. KmG.  
Verenastrasse 39  
CH-8832 Wollerau, Schweiz.

<https://thermomix.vorwerk.com/thermomix/>

Copyright 2021, Vorwerk International & Co. KmG.  
Tekst, design, fotografi, illustrationer af Vorwerk International & Co. KmG., Schweiz. Alle rettigheder forbeholdes. Denne publikation må ikke – helt eller delvist – reproduceres, gemmes i et genfindingsystem, optages eller mangfoldiggøres på anden vis uden forudgående tilladelse fra Vorwerk International & Co. KmG.



