



**BAKING:** Gresskar som bakes i ovnen, kan brukes i mange ulike retter.

## Gresskarsuppe med gresskarkjerner og parmesan

### Ingredienser (2 personer)

Ca 300 g gresskar (valgfri type) i grove biter  
1 sitron  
6 hvitløksfedd  
2 stjerneanis  
4 ss olivenolje  
60 g revet parmesan  
5 dl grønnsakskraft  
2 dl fløte  
50 g gresskarkjerner  
Salt  
Kajennepulver  
Gresskarkjerneolje eller en annen nøtteolje  
Sitron

### Framgangsmåte

Kløyv gresskar i grove biter med skallet på. Legg dem i en ildfast form, og ha på olivenolje, salt, hvitløksfedd og saften fra sitronen. Pakk formen inn i aluminiumsfolie, og bak den i ovnen på 180 grader i ca. 40 minutter. Ta så av folien, og bak gresskaret i 30 minutter til, slik at det blir litt karamellisert.

Når gresskaret er ferdig bakt, skrapes kjøttet ut fra skallet med en skje. Legg det over i en kjele, men ta vare på fire spiseskjeer/biter med gresskar som garnityr til suppen. Skvis ut hvitløksfeddene over gresskarkjøttet i kjelen, og ha på grønnsakskraft, parmesan og fløte. La det koke i 15 minutter, og kjør så suppa glatt i en blender eller med en stavmikser. Juster eventuelt tykkelsen med vann. Smak til suppa med salt, sitron og litt kajennepulver.

Legg gresskarkjernene i en stekepanne, og hell på solsikke- eller rapsolje så det akkurat dekker bunnen av pannen. Slå så på vann så det dekker kjernene fullstendig, og dryss på litt salt. La dette få koke til alt vannet har fordampet og du står igjen med kjerner som friteres i oljen under stadig omrøring til de «popper» og blir sprø og lett brunet. Pass på, for her kan det sprute litt! Når kjernene er ferdige, legges de på et kjøkkenpapir så de får slippe litt av oljen. Smak dem til med salt og kajennepulver.

Anrett suppa i egnede skåler, og topp den med biter av bakt gresskar, sprø kjerner og noen dråper gresskarkjerneolje/nøtteolje.



**MIKS DET:** Bakt gresskar og parmesan kjøres i blender ellers mikses sammen med stavmikser.

## Hvit og rik

**Hvit, rik, kremet og kompleks. Denne uka har vi mange krav.**

**V**in til gresskar bør være hvit og ha en viss rikhet for å matche sødmen i gresskarene. Videre kan den godt ha en kremet tekstur som kombineres med friskhet og et komplekst, modent fruktbilde. Hvor får vi så alle disse ønskene oppfylt samtidig? I Chardonnay-viner fra California!



Vinindustrien i California er blant de største i verden. Central Coast – som strekker seg fra San Francisco til Santa Barbara – er alene inndelt i omtrent 40 ulike AVA (American Viticultural Area) som produserer vin fra mer enn 36.000 hektar vinmarker.

Flesteparten av vinmarkene her ligger i daler som møter kysten og åpner opp for kjølige luftstrømmer. Skyer og tåke fra kysten blåser inn over vinmarkene om morgenen og skygger for solen, slik at vinmarkene kjøles. Dermed bruker druene lenger tid på å modne. Disse forholdene gjør de kystnære vinområdene langs Central Coast perfekte for druene Pinot Noir og Chardonnay.

**Chanin Sanford & Benedict Chardonnay 2016** (varenr. 8095601, kr 409,90, basisutvalg) kommer fra Santa Rita Hills AVA, som ligger like ved Santa Barbara i den sørligste delen av Central Coast. Eiendommen ble etablert så sent som i 2007 av Gavin Chanin.

Ukas vin er gjæret i hovedsakelig brukte franske eikefat med stedegen gjær. Vinen er lagret 15 måneder på bunnfall i fatene før den tappes på flaske uten filtrering. Den har et komplekst og rikt duft- og smaksbilde av solmoden frukt og krydder som harmonerer godt med suppen. Vinens konsentrasjon og fyldige tekstur gjør kombinasjonen god. Kvalitetsmessig er vinen absolutt på høyden med topp Chardonnay fra Burgund, og den kan lagres noen år uten problemer.



### TOMS VINTIPS

## Prøv noe nytt!

**DET Å** sette vin til vårt mest tradisjonelle julemåltid er svært utfordrende. Ikke på grunn av selve lutefisken, som i seg selv er ganske nøytral i smaken, men på grunn av alt tilbehøret. Her spriker smakene i alle retninger med bacon, erterpuré, sennep og, i verste fall, geitost eller sirup. Det kan lett ende med en liten katastrofe! Det man da kan gjøre er å velge en frisk og fyldig hvitvin med god syrestruktur. Riesling fra Tyskland eller Alsace passer best, men også lette, røde viner fra Portugal eller Valpolicella passer bra.

**Trimbach Riesling 2016, Riquewihr, Alsace** (184,90). En basisvin som aldri slutter å imponere, og er igjen et av de aller beste kjøpene i basisutvalget. Dufter av mineraler, sitrus og blomster. Knusktørr med deilig syre og balansert fin frukt.

**Terra d'Alter ALF Alfrocheiro 2018** (137,90). Laget på Alfrocheiro Preto, som også er kjent som Portugals egen Pinot Noir. Saftig og ren duft av bær og jordsmonn. Tydelig preg av kirsebær på smak med fin tørrhet og frisk avlutning. Prøv denne!

**Ca' la Bionda Valpolicella Classico 2017** (183,-). Dyp rød. Ren og fruktig duft med kirsebæraromaer og snev av grønt og krydder. Saftig med bløte tanniner og svak bitter tone i avslutningen. Ueiket, lettdrikkelig og ukomplisert vin fra en av de absolutt beste produsentene i Veneto.



Tom Karlsen er Tønsbergs Blads vinskaper. Hver fredag anbefaler han godt drikke til helgekosen.