

Spis Bedre nr. 9 2008

A	
Amaretto-Zabaione	47
Appelsinlaks m spinatmos	31
Aubergine m pesto	54
B	
Baguetter	63
Krydderkage m kompot	26
Boller m bær	72
Broccoli-jordkokkesuppe	25
Bulgursalat, lun	30
Bulgursalat, varm	41
Bønnesupper m chorizo	39
C	
Chili, fyldte m bacon	15
Citronkrydret lammekølle	53
Clafoutis m brombær	21
F	
Fisk, bagt med lime	41
Fiskeruller m citronsky	20
Fiskesuppe	63
G	
Gedeostecreme	49
Grøn sennepssauce	71
Grønne bønner m tomat	69
Grønsager, grillede	40
H	
Hakkebøf m mos	19
Hvidløgssmør	63
Høstsalat	67
I	
Italienske mandelæbler	34
J	
Julesalat m sardindip	44
K	
Kalvemørbrad	25
Kalv m salvie, kantareller	46
Kartoffel- og blomkålssalat	51
Kartoffel-blomkålsmos	19
Kartofler, stegte, kalvefrikadeller	41
Kaviarsauce verte	51
Kikærtebøffer i pitabrød	29
Krebinetter m nye kartofler	23
Krydderkage m kompot	26
Kylling m bulgursalat	30
kyllingepandebøf	40
L	
Laksetatar m stenbiderrogn	49
Lam m hvidløg og urter	49
Lammekølle m rodfrugtmos	53
Lime-hvidløgssauce	71
Luksusæblekage	37
M	
Mandelæbler, italienske	34
Middelhavschili	29
Mørbrad m salat	67
N	
Nektarinbåde m bær og zabaione	47
O	
Olivenbrød	61
P	
Parmasankiks	43

Pastafad m feta og dild	39
Pastafad m bacon	76
Pasta m rejer og dild	30
Pasta m tomatragout	45
Pesto	54
R	
Rabarberkompot	26
Rejer m rødbeder	56
Rejer på spyd	44
Risotto m hummer	14
Rodfrugtmos	53
Rødbeder m hasselnødder	56
Røget fisk m kartoffelsalat	68
S	
Salat, blandet	46
Salat m laks og majs	14
Schnitzel, stegt	16
Selleripuré	46
Snyderisotto	16
Solbærtærte	64
Spinatmos	31
Spelt og grønsagsgryde	18
Squash-carpaccio	44
Squash m hvidløg	54
Squash-pebersupper	68
Suppe m grønt	56
Svamperuller m røget kød	61
Svampesuppe	61
Svinemørbrad m stegte nudler	17
T	
Tomatsauce	71
Tomatsauce, rød og gul	78
Tomatragout	45
Tortilla, spansk	74
Y	
Yoghutcreme m frugt og bær	22
Æ	
Æblekage i glas	33
Æblekage, luksus	37
Æblekage m pistaceienødder	36
Æbletærte	33
Æbletærte m drys	34
Ærter m urter og ricottadrys	51
Spis Bedre nr. 10 2008	
A	
Abrikos-nødeboller	15
Alkoholfri drink	30
Appelsindrink	30
Avocadodip	30
B	
Blommetærte m chantilly	26
Bouillonristede gulerødder	63
Bønnesalat	30
C	
Chantilly	26
Ciabatta m kantareller og kylling	42
Carpaccio, klassisk	70
Cirtonkylling, ølbaisseret	53
Crostini	30
D	
Dampet kylling m græskar	18
Dip m avocado	30
Dip m kaviar	30
Dorade m bønnesalat	24
Dyreryg m bacon	78

F	
Farafalle m rejer og forårsløg	46
Feta-rødbede-risotto	43
Figenbrød m valnødder	36
Focaccia m grønt	14
Foldebrød, hurtigt	36
Franske kanelsnegle	27
Frossen kaffe "irish cream"	61
Frugtbrød	35
G	
Gedeostecreme	24
Gratineret toast m svampe	16
Græskarbrød	35
Græskarsuppe	13
Gulerosciabatta	64
Gulerodsgratin m grillet kylling	63
Gulerodssuppe m grillet peber	64
Gulerodsterrine m frisk ost	69
H	
Haricots verts m birkes	30
Havanna cremekager	59
Havremazzariner	60
Hvidvinsauce	74
I	
Isparfait m tørret frugt	32
K	
Karrysuppe m limekylling	41
Kartoffelmos m gedeost	30
Kartoffel-sellerimos	78
Kartoffelpizza	20
Kartoffelsuppe m kokosmælk	41
Kaviardip	30
Kriek-sorbet	53
Krydret lammegryde	76
Kyllingebrystbryst m chorizo, feta	49
Kyllingebryst m pasta	49
Kylling, grillet m sennepsauce	63
Kylling stir fry m nødder	50
L	
Laks m rødbede-fetarisotto	43
Lammegryde m bønner	43
Lammegryde, krydret	76
Lasagne m karl johan-svampe	45
Limekylling i thai-karrysuppe	41
M	
Makrel, røget m pasta	46
Minestrone m kylling	51
Mintococaccino	59
Mos m gedeost	30
N	
Nudelwork m oksekød	41
O	
Ovnstegte dorader m bønnesalat	24
P	
Pain aux raisins	27
Partait m tørret frugt	32
Pasta m kyllingebryst	49
Pasta m muslinger og pesto	42
Pasta m røget makrel	46
Pizza m kartofler og persillerod	20
R	
Ravioli m spinatcreme og rejer	17
Rejesalat m bagte tomater	69
Ribschutney	78
Ristede rodfrugter	30

Rødkål m rosa grape	27			
Rødkål, superlet	27			
Rødvinsauce	69			
S				
Sauce til andesteg	27			
Semifreddo	71			
Sennepsauce til gravet laks	33			
Svinekoteletter m stegt rødkål	53			
Svinemørbrad m citronæbler	22			
Svinemørbrad, æblebraisseret	61			
V				
Vin chaud	33			
Æ				
Æbleflæsk				
Æblekage m nøddemiks	48			
Æblekage, rårevet	14			
Æbler, citronsyltede	22			
Spis Bedre nr. 1 2009				
A				
Andebryst m hinbærssauce	60			
Ananas-limechampagne	53			
Appelsin-tomatfisk	35			
B				
Bobotie, sydafrikansk	18			
Boghvede wokstegt m svampe	43			
Boller m gulerødder	72			
Bondesuppe m løg og artiskokker	69			
Brioche m svampe	54			
Bøffer, mini, m agurkestave	40			
Bøndsuppe m kylling	69			
C				
Champignon-tomat-olivensauce	63			
Chokolade- og appelsinkaffe	30			
Ciabatta m sesamfrø	69			
Citronfromage	11			
Citronmarengs m is	24			
D				
Dej til to slags brød	22			
Dild-hvidløgscreme	39			
F				
Frikadeller m remoulade	19			
Fiskesuppe	41			
Fladfisk m rødbeder	39			
Fransk fiskesuppe	76			
Fylde grønsager m kamut og feta	45			
G				
Gedeostestang m pesto	67			
Gremolata	14			
Grønsagssuppe m æblecidrskum	21			
Gulerødsboller	72			
Gulerødskage m valnødder	81			
H				
Honningcreme	33			
Hummer, grillet, m tomatmør	58			
Hyldeblomst	53			
J				
Jordbærsmoothie	27			
K				
Kamut i fyldte pebre	45			
Karrykøbboller	34			
Kartoffelblinis	32			
Kartoffelcocotto	63			
Kyllinge-svampewok	41			
L				
Laks, tørstegt m savoykål	34			
Lakse-avocadorulle	13			
Laksetatar m kapers	56			
Lam m champignonsauce	63			
M				
Mangosmoothie	27			
Martini m granatæble	55			
Martini, røget	57			
Muslinge gryde m chorizo	49			
Muslinger escabeche	54			
P				
Pandekager m appelsin	30			
Pastasuppe m pølse	39			
Pasta m ratatouillegrønsager	40			
Peberrulle, ristet m gedeost	53			
Peber-whiskey sour	53			
Pizzaer, mini	54			
Pølser m grønsagsbiksemad	16			
Q				
Quinoasalat m grønsager og laks	46			
R				
Rejeceviche	56			
Risotto m perlebyg	44			
Rodfrugter, bagte m hel hvede	43			
Rosinsauce	43			
Rosmarinbrød m parmesan	27			
Røræg m gedeost og bacon	28			
Rødløgsuppe m karrykødboller	34			
S				
Salsa verte	22			
Sneæg m vaniljesauce	74			
Spaghetti m oksekød og gremolata	14			
Svampe-kyllingewok	41			
Svinekotelet m blåskimmelcreme	15			
Svinekæber, braiserede	22			
T				
Thaisuppe	70			
Tomatsmør	58			
Tomatsnegle m bacon og feta	67			
V				
Vaniljeis m amaretti-makroner	49			
Vaniljesauce	74			
Vichyssoise	58			
Vildtkylling m hindbærsky	33			
Vintersalat m æbler og valnødder	28			
W				
Welsh rabbit	56			
Æ				
Æble-cheesecake m lime	31			
Æblecidrskum	21			
Æble-hyldeblomstdrik	56			
Æbler bagt m gedeost	60			
Æblesalat m valnødder	28			
Æblesuppe m kanel, lun	17			
Ø				
Østers m champagnesmørsauce	12			
Spis Bedre nr. 2 2009				
A				
Afbagning	46			
Agurkesalat	68			
Amerikanske pandekager	31			
Appelsinbagt laks	27			
Appelsinkage m birkes	67			
Appelsin- og tomat salat	33			
Avocadobrød				25
B				
Basilikumolie	21			
Bechamelsovs	45			
Biksemad m chili og bærsauce	29			
Brød, sundt	15			
C				
Chashewnødder, glaserede	52			
Chokolade, hjemmelavet	35			
Citrongræsbrûlée m frugtspyd	55			
Citronsorbet	22			
Couscous m broccoli	70			
D				
Dildkartofler	68			
E				
Energikage	14			
F				
Fastelavnsboller	51			
Fastelavnsboller, skønne	51			
Fisk m krydderurtehollandaise	43			
Flødesovs	44			
Frugtis, hurtig	59			
G				
Gongbao-kylling	53			
Gryderet m chorizo	43			
Gryderet m søde kartofler og rejer	18			
Grøn ærtesuppe	25			
Grønsager og flødesovs, hurtig	69			
H				
Hakkebøf, nye	74			
Hoisin -and m paksoi	54			
Hollandaisesovs	43			
Høne i peberrod	42			
J				
Jomfruhummer i fuglerede	53			
Jævning m hvedemel	46			
Jævning m majsstivelse	46			
K				
Karryfisk, asiatisk	25			
Kartoffelgryde m hellefisk	16			
Kartoffelsuppe m basilikum	38			
Kryddermandler	64			
Kyllingebryst, kogt i bouillon	29			
Kyllingebryst, vinbraisseret m rodfrugter	59			
Kylling, limemarineret	70			
Kylling m cherrytomater	71			
Kylling m tomat og mozzarella	37			
Kyllinge-squashlasagne	26			
Kødboller m pappardelle	21			
L				
Lakselasagne	33			
Lasagne m kylling og squash	26			
Laks, appelsinbagt	27			
Laks, italiensk	37			
Laks, m mandler	19			
Laks, pocheret m agurkesalat	68			
Limesorbet	55			
Lys sovs	42			
Løgpizza	13			
M				
Mulled wine	35			
Muslingesuppe	64			
N				
Nudelsalat m rejer	23			
Nulder m agurk og røget makrel	70			

O		Gullash	54	Tomatchutney	23
Opbugning	46	H		Tomatsuppe m lime og avocado	24
P		Hvildløgsbrød	29	Tortilla m serranoskinke	28
Pandekager, amerikanske	31	K		Tortillapizza m to slags kartofler	35
Pasta m krebsehaler	39	Kaffecheesecake, frossen	72	U	
Pasta m krydret pølse og spinat	38	Kalkun m peber og haricots verts	17	Urtedressing	44
Pasta m kødboller	72	Kalvefilet m basilikummos	51	Urteolie	44
Pebersuppe m basilikumolie	21	Karrycreme	18	Urteolie, klar	44
Polenta, cremet	34	Kartoffelkage uden mel	36	Urtesalt	44
R		Kartoffelmos m rygeost	34	W	
Rejeboller	54	Kartofler m yoghurt	69	Wraps m oksefrikadeller	48
Risotto m bacon og ærter	71	Kartofler, ovnbagte m aioli	30		
Ristet brød m røræg	31	Kartofler, ovnbagte m krebsfyld	76	Spis Bedre	nr. 4
Rodfrugter m kylling	32	Krabbesalat m avocado og rugbrød	59		2009
Rugflagegrød m drys	31	Kyllingefilet, urtebagt	69	A	
S		Kyllinge, nudelsuppe	48	Aioli	71
Sandwich, grillet m skinke	23	Kørvel-citronsorbet	42	Appelsinmazarin m mandellåg	81
Savoykål i sennepsfløde	66	L		Appelsin- og rosmaringravet laks	24
Sennepssovs	45	Lakselasagne m spinat	67	Asparges, kogte hvide	24
Skinkeschnitzel m mango	28	Lamme gryde m karrysmag	21	B	
Smørbolle	46	Lammerullesteg, urtefarseret	41	Brioche	78
Sorbet, citron	22	Lasagne m smag af middelhavet	15	C	
Spinatcouscous	27	Linguine m muslinger	66	Chokoladecake m appelsin	66
Spinatravioli og kødboller	17	Løgtærte	80	Chokoladetrøffelkage	28
Squash m bønner	26	M		Citronmelissemarinerede	26
Svinekam, helstegt	66	Manchego m soltørrede tomater	30	Citron-iskage m karamelsauce	28
T		Mandelkage	31	Cremede sild m citron	23
Tacogryde	39	Muslinger, gratinerede	28	F	
Tomatsauce	21,72	Muslinger, ølkogete	60	Filotern m æg og feta	42
V		N		Fiskekrebinetter	47
Valentines hjertekage	81	Næsten-moussaka	23	Fiskepakke m tomater	45
Vaniljehjerter	76	O		Fisquesuppe m karry	46
Velkomstdrink	64	Oksefrikadeller	48	Forårssalat, skarp	31
Velotésauce	42	Oksekød, gratineret, m kikærter	16	Fuglereder	54
W		Olivenuleivinaigrette	67	G	
Wasabicreme	29	Oliven, citronmarinerede	27	Gratineret figen m gedeost	63
Æ		P		Gremolata creme	32
Æble, bagt m mandler	72	Pasta m grillede vintergrønsager	70	H	
Ærtesuppe m rejser	24	Pasta m spinat og gorgonzola	13	Hellefisk, gratineret m salat	31
Spis Bedre	nr. 3	Pastaruller	65	Hindbærdråber	63
2009		Pasta-taffel	49	I	
A		Peberkalkun m haricots verts	17	Iskage m citron og karamelsauce	28
Agurke-melonsalat	42	Penne rigate m oksekød	65	K	
Aioli	30	Pæresalat m brøndkarse	40	Kage m sprødt låg	81
Apple mint julep	39	Pæresuppe m kartofler og selleri	70	Kalkun m pesto	49
B		Q		Karamelparfait	66
Banderillas, spyd m chorizo	29	Quinoa-pilaf m grønsager og mandler	19	Kartoffelmos, parmesankrydret	71
Basilikum-mos	51	R		Kartoffelsalat, lun, m grønt	17
Basilikum-pastasauce	25	Ris m kammuslinger i karrycreme	18	Kommensild, klare	23
C		Ris, stegte m krebsehaler	47	Kylling, braiseret	76
Chilimarineret fisk, ovnstegt	71	Ristede, salte mandler	27	Kylling i citronmelissemarinade	26
Chokolade- og nøddebrownies	14	Rodfrugter, kommenbrunede	69	Kyllingeburger m chiliost	18
Croque monsieur m syltede løg	20	Rodfrugtpure	41	L	
Culottesteg	34	S		Laks, appelsin- og rosmaringravet	24
D		Salat m stegte kartofler	32	Lammestegt m kartofler og spinat	32
Dildfritter	49	Santiagokage	31	M	
F		Sashimi på laks	60	Mangopuré	66
Fennikel, glaseret	41	T		Marcipankyllinger	53
Fish and chips	33	Tapasmuslinger, gratinerede	28	Mini-cupcakes	54
Flødekartofler m tomatsalsa	34	Tomat- og fiskepande	49	Myntesorbet	66
G		Tomat- og pølse gryde m appelsin	47	Mørbrad i fransk sennepssauce	20
Gazpacho	27	Tomatkompot	51	N	
Gedeostedressing	40	Tomatsalsa	34	Nougattrøffel m hasselnødder	28
Gimlet, drink	51	Tomatsauce, grundopskrift	23	O	
Gruyère på brød	59				

Omelet m asparges og svampe	19	Gul alkoholfri drink	64		
Omeletsouffle m appelsin	43	Gulerodssuppe	53	Æ	
Osso buco m bønner	65	Gulerodstzatziki	47	Æbledrink, grøn	
P					
Parmesangratineret fennikel	21	H			
Parmesankrydret m kartoffelmos	71	Hindbæris	59	Spis Bedre	nr. 6 2009
Pastagratin m kylling og ricotta	47	Hindbærmuffins m hvid chokolade	24	A	
Peach melba - frugtsalat	28	Honningristede nødder	58	Aioli m peber og kommen	39
Pesto, hjemmelavet	49	Hvidløgssmør	15	B	
Påskeboller m kryderier	25	Hvidvinsdrink	66	Bruschetta m tomat	34
		Humus	21	Brødsalat, italiensk	36
R					
Ricottaboller m ostefonduesauce	64	J			
Risotto m squash, rødløg	46	Jalapenocigarer	37	Bulgur, krydret	55
S					
Sabbayonne-gratineret frugt	49	K			
Salat m avocado og fennikel	13	Kartoffelgryde m cashewnødder	46	Burger, grillet, i fladbrød	29
Salat m mango, avocado og mozarella	27	Karrypasta, grøn	12	Bønnesalat, lun	22
Sejfilet, paneret, m aioli	71	Krebsehalesalat m ris	19	C	
Sej a la nicoise	72	Kylling m citron	49	Chilichokoladeganache med frugtsalat	49
Sild, cremede m citron	23	Kylling, stegt m nudelsalat	47	D	
Sild, italienske	7	Kyllingebryst m søde kartofler	38	Dildsmør	20
Sild m karse og purløg	23	Kyllingesuppe	55	DRINKS:	
Skummende sauce	76	Kyllingekødboller	68	Campari tonic de luxe	65
Spinattimbaler	65	L			
Sukkeræg	53	Laksefilet, hel, kold	57	Frugt surprise	65
T					
Teboller	15	Lakselasagne	28	Havanna ananas	64
Trøfler	56	Lammeburgere	47	Jordbærpunch	65
Tærte m tomat og ost	16	N			
U					
Urtsauce	24	Nakkekoteletter m kartofler	15	Melonbobler	64
V					
Valnødde-marzipanis m brombær	34	Nudelsalat m stegt kalvekød	14	Salsa negro	64
W					
Wok m svesker, chasewnødder	45	Nudelsalat m stegt kylling	47	Salsa surprise	64
Æ					
Æggecocotte m skinke	39	Nye kartofler med urter	78	Æble surprise	64
Æg med ærtemos	14	Nøddesmør	30	F	
Æg, porcherede	40	P			
Æg på skeer	31	Pandekager, luksus	81	Frikassé m laks og kammuslinger	54
Spis Bedre	nr. 5 2009	Passionsfrugttærte	39	G	
A		Pasta m mozzarella	45	Gazpacho	76
Avocadosalat	37	Pasta m spidskål, oliven	16	Græsk bønne- og kartoffelragout	67
B					
Bagels m kylling	23	Peber - carribinha	37	Græsk salat	68
Bulgursalat m feta	22	Pestomarinerede grønsager	23	Græsk wokret med youghurtkylling	66
Bulgursalat m rejer	52	R			
C					
Camparidrink	65	Rabarbersaft	41	Grillede små hapser	27
Citronkage	30	Rabarbermarmelade m portvin	41	Grillet fisk m sauce tartare	28
Citronkylling m parma/rosmarin	49	Rabarberkompot m makrondrys	42	Grillspyd, franske	22
E					
Entrecôte, marineret	30	Reje- og bulgursalat	52	Grønne asparges m ost	33
F					
Fennikelbrød	53	Rejer m arpages	13	H	
Fennikelsuppe	28	Rejesuppe	76	Hvid chokoladeis med jordbærkompot	12
Fletbrød	57	Rejetoast	76	Hvidløgsmør	39
Focaccia, hurtigt bagt	29	Remoulade, 2 slags	59	Hyldeblomstcheesecake	61
Fransk surdej	61	Roastbeef, rødvinsmarineret	58	Hyldeblomstcurd	59
G					
Gryderet m kikærter og pølser	45	Rødspættefilet m estragon	54	Hyldeblomst- og æbledessert	62
Gryderet m kikærter og svampe	54	S			
W					
Wraps m humus, roastbeef	21	Safranaioli	76	Hyldeblomstsft	59
J					
K					
L					
M					
N					
O					
P					
Q					
R					
S					
T					
U					
V					
W					
X					
Y					
Z					

Marengsislagkage m jordebær	24	G		Salat a la panzarella	16
Matjessild m rogn	20	Gedeostecreme	52	Salatmüsli, ristet	34
Mørbradsgryde	13	Gremolatasmør	76	Salat m artiskokhjerter	32
Mørbradsgryde m svesker og æblemos og peberrod	47	Græsk fetadressing	77	Salat m grillede æbler-asparges	33
		Grønsager i wok	62	Sardelvinaigrette	34
		Grøn sprød salat	22	Sennepsdressing m rucola	77
P		H		Sild m kartofler, dilldressing	51
Pasta m ricotta og sukkerærter	46	Hamburgere m parmesanost	60	Sommerdrink	52
Pirog m middelhavsgrønsager	68	Hindbær-lakridsparfait	41	Squashsalat, grillede	72
Purløgs- og ostecreme	39	Hindbær-ribssaft m kanel	65	Stikkelsbærmarmelade	65
		J		Straciarella-is m blommer	43
R		Jordbæris m banan-jordbærsalat	19	Svinekotelet, marineret	72
Rosé-kir	20	Jordbærsorbet	42	Svinemørbrad m jordbær	60
Rødvinsauce	22	Jordskokke-aioli	29		
S		K		T	
Sandart, sprødstegt m hakkede æg, rejer og peberrod	48	Kardemommesmåkager	38	Teriyaki-steak m rosmarinbrød	21
Saucetartar	28	Kartoffelpuré, ristet	52	Thai-ærter, lynstegte	78
Sejfilet, stegt m sommerkantareller	46	Kartoffelsalat m roastbeef	48	Tomat- og basilikumsmør	76
Sennepsgratineret blomkål m tomat-salsa	45	Kartofler m rucoladressing	59	Tomatsalat m parmesan	23
Sildemousse	20	Kartofler, ovnbagte m urter	22	Tunfisk, grillet, m ferskensalat	29
Squash- salamifarserede steakruller	18	Kokos- og solbærkage	38		
Squashtærte	34	Kumquats, syltede	44	W	
Svinekotelet, grillet m grillet citron	45	Kylling, grillede, m kartoffelsalat	18	Wasabismør	61
		Kyllingebryst m mozzarella og chilipesto	21	Whiskymarineret oksemørbrad	59
T		Kyllingespyd m bacon	50	Y	
Tomater, farserede	73	Kyllingespyd, marinerede	62	Yoghurtsauce m lime	
		L		Æ	
V		Laks, syltet m fennikelsalat	29	Ærtesalat m youghurt	60
Velkomstdrink	33	Lammekoteletter, grillede	30		
Y		Lammekoteletter m couscous	14	Spis Bedre nr. 8 2009	
Yoghurtdressing	30	M		A	
Æ		Mandelkager	39	Artiskokcreme	20
Æbler, grillede m gedeost	30	Mango-tesherbet	41	Auberginesalat m røget laks	41
Ø		Makrel, røget m rødbedesalat	12	Aubergineragout	18
Ørred, stegt m squash og spinat	16	Marcipankage m rabarber	63		
Spis Bedre nr. 7 2009		Marinade til fisk	75	B	
		Marinade til lammekøde	75	Basilikumcroutoner	68
A		Marinade til oksekød	75	BBQ-sauce	42
Appelsinis m rabarberkompot	42	Marinerede til svinekød	75	Blomkål m æg	68
Appelsinmør m rosmarin	76	Mælkechokolade-kaffeis	44	Blåbærmoussekage	76
Artiskoksalat	32	N		Bostecca fiorentina	58
		Nakkekam, æblemarineret	30	Bulgursalat m abrikoser	23
B		Nektarinsalsa	77	Bundtøg, urtemarinerede	67
Barbequesauce	13	Nødderoulade m bær	37	Butterdejsbakkelse m bær	59
Basisvinaigrette	34			Bønne-rosenkålssalat	25
Blomkålsfad m blåskimmelost	48	O		C	
Blomstersalat	33	Oksemørbrad, whiskymarineret	59	Chokoladetærte m kirsebær	36
Bouillonkogt grønt	30	Olivensmør	76	Clafouting m blommer	30
Bulgursalat m rødbeder-fåreost	33	P		D	
Bønnebiksemad	52	Pasta nicoise	51	Dressing m rygeost	27
		Peach Melba-syltetøj	68	Drink m vodka, martini	20
C		Q		F	
Chokoladekys	24	Quinoa m nektariner	47	Foreller m bagte grønsager	28
Chokolademousse	70	R		Forårsruller m sommersalat	16
Citronette	34	Rabarberkompot	42	Frugtsalat m nødder	61
Citron-urtekas	34	Rabarberkompot m mascarpone	24	G	
Couscoussalat	31	Rabarber-jordbærsaft	66	Gran marnier-creme	59
Croutoner	34	Rabarber-jordbærsyltetøj	66	Grønsagssuppe m krydret pølse	29
D		Rabarber-marcipankage	63	H	
Daim-muffins m hindbær	37	Ravioli m tomat-salsa	15	Hasselnøddemarengs m chokolade	35
Dilldressing	51	Risoni m ristede tomater	47	Hestebønner m pasta og rejer	74
F		Rosamarinbrød	21	Hindbær-jordbærmarmelade	73
Fennikelsalat	29	Rucoladressing	59	Hindbærkage	13
Ferskensalat	29	Rødbedesalat m makrel	12	Hytteost/youghurt m müsli	62
Ferskenyoughurt	50	Rødbedesalat m skinke	49		
Frugt-nøddesmør	59	Rødløg i folie	62	K	
		S		Kirsebær i kokosrom	38
				Kirsebærlikør	35

Kirsebærmarmelade m lakrids	38	D	Speltbrød med æble	27
Kirsebærtærte	36	Druesauce	Squash, syltede	14
Kyllinge-æblepande	46	Dumplings, kinesiske	Svampesalat	59
L		E	T	
Lakridsis	38	Eddikesyltning	Tærte med spinat og pepperoni	23
Lammebøffer m rødløgssalat	46	F	Tortellini med ærtepesto	50
M		Fasanbryst I parmasvøb	Tzatsiki	62
Minestrone m sommergrønsager	45	Fennikel med gedeost	V	
Müsli, hjemmelavet	63	Fersken-chilisalsa	Valnøddepesto	32
Müsliscones	64	Fisk, boullionkogt	Æ	
N		Frugtkompot	Æble-cheesecake	41
Nakkekam, grillede	43	H	Æblecreme	48
Nakkekoteletter, grillede og ferskner	48	Hønsesalat, nem	Æbledrik for voksne	45
O		J	Æbledrik, varm	25
Oksefilet, lynstegt m ærter	14	Jiaozi – kinesisk dumplings	Æblegrød, lun	45
P		76	Æblemazarin	40
Pandepizza m tacokylling	61	K	Æblemos, hjemmelavet	74
Pangasius-fisk m aubergineragout	18	Kalveschnitzel i marsalasky	Æblemoskager	39
Parmesanpaneret svinemørbrad m sommersalat	51	21	Æbletærte	39
Passionsfrugtsorbet m hindbær	51	Kanelstang med æble	Æggecake i ovn	48
Pasta m bønner, rejer	74	Kantareller med gedeost	Ærtepesto	50
Pasta m pesto, halloumi	45	Kardemommebrød med æbler	Spis Bedre nr. 10 2009	
Pasta m rødbeder, fetasauce	67	Karl Johan-suppe og bruschetta	B	
Pasta m stegt aubergine, gedeost	28	Kartoffelmos med vilde svampe	Bloody Momba, velkomstdrink	18
Peberfrugt, avocadosalsa	23	Kinesiske dumplings	Bruschetta med æble	78
Pici-pasta m stærk tomatsauce	57	Kokusmarengs med chokoladesovs	Brødbudding med Bailey	57
R		Kulørt kuglesalat	Brød, mørkt, med bagepulver	56
Rabarber-zabaione	43	Kylling, æblemarineret	Butternutsuppe, asiatisk	19
Rosenkålsalat	25	Kylling med bacon	C	
Rødløgssalat	46	Kyllingebryst med nudelsalat	Ceddar-tzatziki	59
S		59	Chokolade-cupcakes	53
Salat m feta, vandmelon	78	Kyllingefrikadeller, thaistegte	Chokoladeglasur	53
Salat m røget sild	27	Kyllingetonnato, varm	Crème brûlée med kokus	77
Smoothie blåbær/banan	64	Kødboller, urtekrydrede	F	
Smoothie mango/appelsin	64	Kåldolmere med ristede valnødder	Fasan med det hele	75
Smuldretærte m hindbær og kokos	25	L	Fisk, ovnbagt, med løglåg	43
Stegte ris m æg, grønsager	47	Laks, gravet med rodfrugter	Fiskesuppe med chili	56
T		49	Frugttærte med honningmandler	68
Tigerrejer, grillede	15	Lammebøffer med svampesalat	Fødselsdagsboller med chokolade	38
Tomatmarmelade	12	Lammefrikassé	G	
Tomatsauce, stærk	57	Lammekoteletter med røsti	Græskarcreme	21
Tomatterrine m mozzarella	56	53	Græskarmousse	30
Tortillas m friskost, kalkun	62	Lammespyd med rødløg	Græskarpesto	19
Tzatziki m sennepsfrø	23	Lasagne med lammekød	Græskarpizza	29
Urtemarinerede bundtløg	67	Linsebiksemad	Græskartærter	27
Æ		M	Græskar, ristede, med urteolie	25
Æblemuffins	62	Marinerede rødløg	H	
Spis Bedre nr. 9 2009		Mørbradbøf med pistaciepanade	Halloween-kage	81
A		N	Honning-bruschetta med pecorino	64
Amagermad med tun i citroncreme	35	Nudelsalat	Honning dressing	67
Arme riddere	45	59	Honningmandler	68
B		P	I	
Basilikumcreme	15	Parmaskinke med valnøddepesto	Irish Stew	57
Bolognese m kartoffelmos	61	Peperonata-peberfrugtsalat	Italiensk marengs	53
Brun fond	72	65	K	
Burger m rugbrød	30	Pærer, syltede med lime, ingefær	Kartoffelbåde med laksesalat	44
Butterdejssnitter m kompot	53	Pærechutney	Kartoffel, bagt med krydderip	59
C		Pæresyltetøj med citron	Koteletter og frugt	46
Cannelloni m mandarincreme	62	R	Kylling med citron	66
Citroncreme	35	Rodfrugter, dildstuede	Kylling med salvie	45
Courgette-agurkesuppe	17	49	Kyllingegyryde med bacon, kartofler	44
		Rugbrød, hurtige	Kyllinge-peberfrugtsalat, lun	15
		31	Kål-rodfrugtsuppe	43
		Rugbrødsstænger med jordnøddedip	L	
		31		
		Rødvinsauce		
		53		
		Røsti		
		53		
		S		
		Sandwich med omelet og tomat		
		34		
		Sensommersalat med rødkål		
		28		

Laks, stegt, med græskarpesto	19	Fisk en oailotte	72		
Laks med flødekartofler	60	Fisk, dildstegte m citronbønner	51	Spis Bedre	nr. 12 2009
Lammefad	62	Fiskefilet m hjemmerørt remoulade	20	A	
Lammefilet med pærer i æblesky	14	Fondue m bouillon	27	Alkoholfri gløgg	22
Lammegryde med ølpølse	60	Franske mandelkager	42	B	
Lammekoteletter med rodfrugter	59	Frikadeller m sovs og kartofler	18	Brombærkompot m marengs	64
Limegelé	60	Frikadeller, urtekrydrede	36	Brød og boller	72
M		Frikassé m sandart	63	C	
Mangosauce	60	Frugtflæsk	76	Creme caramel af risengrød	67
Myntegelé	60	G		Crostini m andelevermousse	23
N		Gremolata-smør	19	D	
Nan med nigellafrø	36	Grønkål, flødestuvet m salte mandler	21	Dadler, pistaciefyldte	24
O		I		E	
Olivenvinaigrette	21	Ingefærmarmelade	64	Energisnacks	57
P		J		F	
Pannacotta m stjerneanis	22	Jordnøddesauce	26	Figenchutney	23
Paprikagryde m kylling	72	Jordskokpuré	63	Fiskefrikadeller med stegte ris	45
Pasta m citronstegt græskar	28	K		Fisk på italiensk	74
Pastinakker, honningristede	21	Kankul, sennepspaneret	22	Flæskesteg m sprød svær	34
Pizza bianca	37	Kanelsmåkager	45	Frugtbrød	13
Pærekompot	22	Karbonader m kartoffelmos	33	G	
R		Karry-quinoa	52	Gløgg, hvid	24
Risotto, mild, m svampe	16	Kartoffel-lasagne	35	Grønlangkål	29
S		Kongekrabbe, dildmarineret	68	Gås, langtidstegt	32
Salat med honningdressing	67	Kongekrabbe m trøffelmayonnaise	66	H	
Sej loin, ovnbagt	21	Kongekrabbesalat m kartofler	69	Hummersuppe	61
Sej, med jordskokpuré	49	Krydret kødsauce	33	I	
Småkager m grahamsmel	40	Krydret tomatsauce	36	Ingefærtrøffel	31
Spelt-formbrød	39	Kylling, svampegratineret	51	J	
Svampetoast	49	L		Julefrikadeller	29
Svinekotelet, luksus	17	Lammehakkebøf m hvidkål vinsky	56	K	
T		M		Kalkunbryst m rodfrugt	15
Tamarindsauce	77	Mandelknas m romtoddy	56	Kalkun-sandwich	79
Thaisuppe m rejer	13	Mango- og ingefærsalsa	26	Kaperscreme	47
V		Marengsdessert m citron-æbler	31	Karamel, blød	43
Valnødder, karamelliserede	22	N		Kartoffelgratin m svampe	63
W		Norsk smørkage m appelsincreme	39	Kartofler, brune	35
Wraps m laks	12	P		Kirsebærsauce	31
Æ		Pandebøf m kartoffelbåde	34	Knoldselleri m pære	16
Æblebruschetta m honning	78	Parmesanristede nødder	16	Knækbrød m rosmarin	59
		Pasta m gulerødder, hvidløgssky	23	Krebsehale i snapsecreme	32
		Pasta m krydret kødsauce	33	Kryddersalt	56
		Pølser m karry-quinoa	52	Kyllingespyd m citron	47
		R		L	
		Remoulade	20	Lakrids-chokoladetrøffel	81
		Rødkål m tranebær og valnødder	17	Lakseroulade m dadler	22
Spis Bedre	nr. 11 2009	S		Lammegryde m mynteyoghurt	48
A		Saltimbocca m svampe	78	Leverpostej	30
Amerikansk frugtkage	41	Sandkage	44	M	
Andebryst m jordskokpuré	63	Skaldyrsrisotto	74	Mandelkaramel	42
B		Sesam-aioli	26	Marcipanbrød m nougat	41
Bouilloufondue, asiatisk	27	Småkager m pistacie	46	Marengs, gyldne	58
Brunkager	40	Svenske lusekatte	39	Medisterpølser m stuvet grønkål	
C		Svinekam, peberstegt m rodfrugter	53	N	
Citrussalat i		Syltede pærer	70	Nakkekam, asiatisk m hoisinisauce	19
vanilje-cognaclage	31	T		O	
Chokoladekager	47	Trøffelmayonnaise	66	Oksebryst m æble-peberrod	30
Chokolademousse	28	W		Oksemørbrad, helstegt	63
Chokolade-marcipankage	64	Wasabi-yoghurt	54	P	
Clubsandwich m kylling	54	Æ		Panna cotta m bær	73
E		Æbledrink, varm med ingefær	24	Pasta m svampe og røget kalkun	45
Engelsk krydderkage	40	Æbler, kardemommestegte	28	Portvinsgløgg	21
Entrecote m gremolata-smør	19	Ærtesuppe, cremet m kongekrabbe	67		
F		Ærtesuppe m rejetoasts	52		
Fars-kebab m kartoffeltårn					

Portvinssauce 63
Pærer, syltede m citrongræs 58
Pølsestuvet kål 46

R

Ribollita, italiensk grønsagssuppe 76
Ris a la mande 31
Risdessert m vaniljekogte pærer 68
Risengrød 32
Risengrød m mælk og kanel 67
Risklatkage m æble 68
Rodfrugter, stegte m vanilje 33
Rodfrugtgratin m salat 46
Rom-rosin-is med stegte æblebåde 51
Rødkål m radicchio og tranebær 34
Rørt tatar m salat14

S

Salat m dadler og blåskimmelost 12
Salt m krydderier 56
Sauce til flæskesteg 34
Sennepsbagte kartofler 15
Sharonfrugt m stilton 21
Sildesalat 27
Sprødt drinkstilbehør 61
Stegte sild i eddike 27

T

Tomat-risotto 51
Trøffel m chili-appelsin 36
Trøffel m lakrids 36
Trøfler, hvide m limoncello 36
Tunfisk med spinat- og tomatisotto 51

V

Vilde bøffer m rødkål 17

Æ

Æbleflæsk 28

