

Vi svømmer i gode råvarer netop nu!



MAN BEHØVER IKKE at have et større udstyr for at kunne tage med Spis Bedre på picnic – men det er ret hyggeligt, når man får pakket taskerne og kommer ud af døren og af sted med maden. Der er ikke meget plads at rutte med hverken i en cykelkurv eller i en picnickurv, og derfor er alfa og omega med en picnic jo, at de medbragte lækkerier skal kunne pakkes godt sammen uden at maden komme for meget til skade. To af vores læsere tog en lille grill og et par puder under armen, og afprøvede Gitte Heidi Rasmussens picnic-opskrifter i det fri. Det blev en succes!

Til juni hører også fester for studenter, brudepar og alle andre, der er så heldige at blive fejret i den friske, lysegrønne måned. Bliv lækkersulten og få overskud til at holde festen ved at følge en af vore to festmenuer med tidsplan og indkøbsplan. Den ene er en buffet til 20 personer og den anden en skøn 3-retters menu til gæsterne i haven. Og du kan gange antal personer op til det passer med det antal, I har inviteret.

Det er også tid til hyldeblomster, asparges og jomfruhummer – ja sæsonens lækreste råvarer står nu i kø for at blive spist med god appetit. Det er netop nu, at det er nemt for os at være gode ved os selv og vore smagsløg, så det gælder bare om at udnytte mulighederne!

Chanet Deleuran

Chanet Deleuran, chefredaktør



56

Jordbær på vej

Jordbærsæsonen er lige om hjørnet. Vi lægger ud med en pragtfuld jordbærtærte, som en god starter på en skøn tid.



En trend, vi kan anbefale at hoppe med på er, at drikke vine fra Østrig.

Østrig er et seriøst bud på nye spændende smage, der udfordrer vores indgroede vaner i, hvilke vine vi skal købe og hvornår.

Prøv fx en Grüner Veltliner næste gang du serverer ost eller fisk. Du kan få Grüner Veltliner lige fra det sprøde og det sprælske til det mere mineralske og krydrede. Så sig blot skål til



64

Skønne bobler

Lune sommeraftener og kølige drinks – så godt kan man have det! Se vores boblende glade drinks på side 64.

Stop spild

Hvis man laver et regnestykke og tager de 63 kg mad, som hver dansker i gennemsnit smider i skraldespanden i stedet for at spise det, og dividerer med 366 dage, får man 172g om dagen, hvilket svarer til en bøj, en banan, et par nektariner eller en tallerken pasta. Så tænk på hvor lidt der skal til for at undgå at kassere 63 kg mad om året. Start i det små, det giver store resultater. Læs mere på: www.stopspildafmad.dk

