

“Himla godt”

Tradisjonsmat fra Haugalandet



Kokt sild fra Haugesund

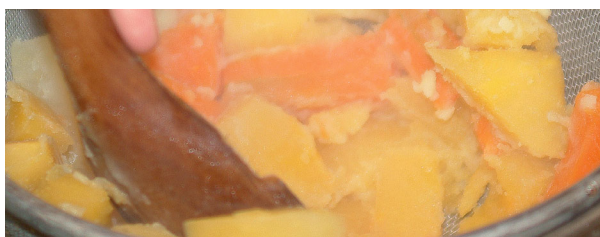
4 porsjoner

4 ferske sild sløyes og gjøres godt rene. Legg silden i et kar og strø over salt, ca 2 ss på hver sild og la de ligge kaldt 1 dag eller 2 til den begynner å "lake seg".

Silden deles i passe kokestykker (3 til 4 biter) og legges i gryte, i kaldt vann. Kok opp og la den trekke et par minutter.

Silden serveres med kokte poteter, løkringer, rødbeter, rømme og kålrotstappe.

[Se bearbeiding av sild på video på Karmsund folkemuseums nettsider.](#)



Kålrotstappe fra Haugalandet

4 porsjoner

700 gr kålrot, 1 stor potet (2 små), 1 passe stor gulrot skrelles og kuttes i biter.

Kålrot er litt bitter og har lite stivelse. Poteter har mye stivelse og vil derfor gjør stappen fastere. Gulroten setter fin farge på stappen og søtere smak. Legges i gryten i kaldt vann, **uten salt**. Kokes til alt er mørt.

Hell av vannet. Tilsett 3 – 4 ss smør og hell på fløte og/eller melk til det dekker nederste ½ del av massen. Lag mos med miksmaster, sleiv eller foodprosessor. Smak til med salt, pepper og revet muskatnøtt.

”Rollmops”

4 porsjoner

Bruk saltet sild som til ”Kokt sild fra Haugesund”. Fileter silden og fjern skinnet. Lag en blanding av 1dl sennep, 2 sjalottløk som finhakkes, 1ts pepper og 1ts kjørvel, gressløk eller persille. Sildefiletene legges med skinnsiden ned og smøres på oppsiden med blandingen. Sildefiletene rulles sammen, festes med en tannstikker (uten smak) eller et lite grillspyd. Silden anrettes i en smurt form (eller gryte med lokk hvis den skal kokes på plate). Hell på vann/kraft til det står ca 1/3 opp på filetene. Formen dekkes med folie og settes midt i ovnen på ca 220°C i 20 minutter.

”Rollmopsen” kan serveres både kald og varm. Serveres den varm kan den med hell serveres med tradisjonelt garnityr: løk, rømme, rødbeter, kokte poteter og kålrotstappe.

Kald ”rollmops” på salatseng

Hardkokte egg, kalde kokte poteter, bacon, tomater, agurker (skrellet) i små terninger, løkringer av rødløk, kepaløk og sjalottløk, blandes forsiktig sammen med en frisk vinagrettedressing (olje, eddik, vann, sitron, løk salt og pepper og kanskje noen urter) la dette stå å trekke en time i kjøleskapet. Denne blandingen anrettes på en seng av salat og på toppen skal silderuladen ”trone”

Pynt med remulade tilsatt litt sennep rundt kanten av fatet. Dryss over friske urter. Serveres med godt brød.