



Smørstøkt lambskjøt í balsamico edikki, við chili og koriander

Føroya mest rokkandi kokkur velur tær fimm rávørurnar, ið honum dámar best at fáast við og ger síðan eina uppskrift úr teimum

Smør

Tað er øgiliga nógv, sum er feitt við smør. Hetta er ein av mínum yndis basisvørum. Smør kann brúkast til forferdiliga nógv. Tað er okkurt við smakkinum, hann er fyldigur og væl avbalanseraður millum súrt og basu. Smør riggar væl saman við forferdiliga nógvum ymiskum. T.d. smør og epli, hvat gongur so væl hond í hond sum tey? Eisini smør og asparges ella smør og soppar. Smør er forferdiliga lekkurt, men ov vanadannandi. Í eitt tveyára tíðarskeið, brúkti eg slettis ikki smør sjálvur, og kláraði meg uttan. Men eg datt útí aftur, og tað er keðiligt, tí smør er næstan ovast á listanum yvir ósunn feittstoffir. Tað er fult av mettaðum feittsýrum og kolosterol. Men smør er for lekkurt



Lambskjøt

Av teimum vanliga kjøt sløgunum er lambskjøt tað mær dámar nógv best. Lambskjøt hevur ein nokkso spesiell smakk, ein markantan smakk. Feitti av lambi er næstan líka lekkurt og gandakent sum smør. Eg hevði ikki kunna funnið uppá at støkt mæ ein búff av oksakjøti til mín sjálvst, tí tað er for keðiligt. Lamb er nógv meira spennandi. Tað kann vera, at orsøkin er tann, at eg eri úr Føroyum og eri vaksin upp við lambskjøti. Tað besta, sum tú kanst gera við lambskjøt, er at oyðileggja tað. Ræst kjøt smakkar heilt fantastiskt.



Koriander, frikst

Koriander er mín yndis kryddurt. Hetta er ein sovrðin urt, sum summi elska og summi hata. Summi halda hana smakka av sápu. Koriander er vorðin tann mest selda kryddurtin í Vestur Evropa, aftan á persillu. Í sumum londum sum t.d. Bretlandi, er koriander betur umtókt enn persilla. Koriander kann brúkast í rættum, t.d. curries, farsrættum, fiskarættum og við skeljadjórum. Men man kann eisini hakka koriander og stroya tað yvir eitt nú teilendskar suppir, ella pannurættir. Eg elski at kasta ein heilan bunka av Koriander oman á ein rætt. Koriander hevur ein øgiliga lekran smakk.



Chili

Chili kemur í nógvum formum, alt eftir hvat man skal brúka tað til frikst chili, turkað chili, súltaði jalapenos og chili pasta. Tað er øgiliga lekkurt at fáa tí heilt røttu mongdina av chili, sum prikar á akkurát nóg mikið. Chili skal ikki yvir-doyva hinar smakkirnar, tí tað eru teir sum skapa nuansir, men skal irritera smakksansin nóg mikið á rættan hátt. Tað er øgilig ymiskt hvussu væl fólk tola chili. Eisini ber til, at brúka chili til at snýta við. Um tú ikki fært ein rætt at rigga, so kann hann gerast sterkur ístaðin.



Balsamico edikkur

Balsamico edikkur er mín yndis edikkur. Hann er ikki so ógvusliga súrur sum aðrir edikkar. Men hevur eina góða balansu í millum súrt og søtt. Balsamico edikkur er gjørdur av eini sötari ljósari drúu, ið verður lagra. Fyri ein vanligan biligan Balsamico edikk, er talan um eini 4-5 ár, men dýrari sløg finnast, ið eru lagraði í upp til 40 ár. Balsamico edikkur verður av sumum sæddur sum krydd heldur enn edikkur. Man kann brúka Balsamico edikk á nógvar ymiskar mátar. T.d við at stoyta á mat, men eisini til at marinera í, eitt nú kjøt ella fisk. Eitt sum riggar forferdiliga væl er at marinera jaröber í Balsamico edikki. Balsamico edikkur er fantastiska lekkur.



Ein leskiligur rættur

Jákup Pauli greiður frá, at tað ber til at gera eina rætt burtur úr hesum fimm rávørðunum. "Tú brúnkar lambskjøtið í smøri, og letur tað brúsa upp við Balsamico edikki. Síðan hakkar tú chili og koriander og drússar útyvir rættin. Hetta kann serverast við nan-breyði og risi. Um man hevur hug til at koyra okkurt annað í rættin afturat hesum, kann man bara gera tað," sigur Jákup Pauli.

Niels Uni Dam
nielsuni@sosialurin.fo

Jákup Pauli Gaard Olsen er Føroya mest rokkandi kokkur, um dagin ger hann mat hjá Jóhannes Andreassen, um kvøldið á Merlot, og av og á fær hann tíð til at rópa, syngja og brøla í rokkinum Hatespeech. Sum sangari og frontmaður í bólkinum, hevur hann sterka útstráling og nógva orku.

Sum kokkur elskar hann góðar rávørur, og veit hvønn týðning tær hava fyri góða matgerð. Hann gleðist um, at ein delikatessuhandil endiliga er latin upp í Føroyum, men saknar friskt grønmeti, og minnst aftur á tíðina í Keypmannahavn, har grønmetishandlar eru á hvørjari gøtu. Planet.fo hevur biðið Jákup Paula um at velja tær fimm bestu rávørurnar.

Fusionsmatur

Jákup Pauli lærði til kokk í Danmark. Fyrru helvt av lærutíðini lærði hann á matstovuni Front Page á Sortedams Doseringsgata á Nørrebro. Hetta er ein matstova og kafé, og tí var nóg av matinum kafématur. Matstovan gjørdi fusionsmat við fronskum mati bland-

aðum við asiatiskskum mati. Seinnu helvt av lærutíðini flutti Jákup Pauli á Sletten Kro í Sletten í Humlebæk. Matstovurnar høvdu sama eigara, og her fekk Jákup Pauli møguleika at royna okkurt heilt annað. Maturin var typiskur danskur frokostur, og um kvøldið var talan um franskt ala carte.

Familjuni dámdi góðan mat

Jákup Pauli fortelur, at hann altíð hevur havt áhuga í mati. Heima plagdi hann ofta at gera mat. Omman var sera gastronomisk, og abbin var skipskokkur. Í familjuni var altíð nógur spennandi matur: "Eg var ein skápskokkur, og tá tað gjørdist poppsmart at vera kokkur, so fór eg úr skápinum og lærði til kokk. Lívsstílin sum kokkur í Keypmannahavn, var eisini øgiliga trendy og spennandi. Man var altíð tætt knýttur at náttarlívinum. Tá man var liðugur at arbeiða, var man uppgearaður og tímdi ikki í song", sigur Jákup Pauli.

Hann heldur tað vera torført at velja fimm rávørir framum aðrar, men roynir alíkavæl: