



THE
VEGETARIAN
BUTCHER™

KØDFRIE OPSKRIFTER

Inspiration til kødfrie retter for alle



SACRIFICE NOTHING

ER DU KLAR TIL DEN KØDFRIE REVOLUTION?

Med dette hæfte ønsker vi at inspirere med gode opskrifter på kødfrie retter, der både henvender sig til de hardcore plantespisere og til dem, der synes det er svært at undvære kødet. For vores filosofi er, at ingen skal gå på kompromis eller føle afsavn. Alle fortjener god mad – også selvom det skal være klimavenligt!



VERDENS MADKULTUR ER UNDER FORVANDLING

I dag handler det at spise ude om oplevelsen. Og flere og flere spisende gæster bekymrer sig om, hvad de spiser. Hvordan kan vi som restaurant, café eller kantine følge med gæsternes forventning?

Nye tiltag fylder på menukortet: **Veganske og vegetariske retter eller fleksitariske menuer** er allerede en grundlæggende del de fleste steder. Det er ikke længere nok at passe på os selv, men også om at passe på den planet vi lever på.

23%

af verdens forbrugere er på en mindre-kød-kost.

86%

af plantebaserede retter er spist af ikke-veganere.

42%

af verdens forbrugere er villige til at skifte til plantebaseret kød.

89%

af kødfrie retter spises af ikke-vegetarer.

Kilde: LANTER PAPERS. The Green Revolution 2019

VORES SORTIMENT



NOMINCE

En alsidig erstatning for hakkekød. Det er allerede forstegt, så det kan bruges direkte fra pakken i bolognese, saucer og lignende.
2 kg



NOBEEF BURGER

En saftig og velsmagende vegetarisk burgerbøf (indeholder æggehvite fra fritgående høns). Den er syv gange mere bæredygtig end originalen af hakkekød.
2,4 kg – 30 stk.



LITTLE WILLIES

Små krydrede pølser, der er gode til brunch, i gryderetter, på pizza eller i pølsehorn. Indeholder æggehvite fra fritgående høns.
1,9 kg – 68 pølser



NOMEATBALLS

Prisvindende, smagfulde planteboller. Perfekte til pastaretter, tomatsose og subs. Indeholder æggehvite fra fritgående høns.
2 kg – 111 planteboller



NOCHICKEN CHUNKS

Plantebaseret kyllingeerstatning. Stykkerne har samme tekstur og bid som traditionel kylling. God til wok, stir-fry, wraps og sandwich.
1,75 kg



NOCHICKEN NUGGETS

Fantastiske plantebaserede nuggets, der smager mindst lige så godt som originalen. Får sin sprødhed fra majs.
1,75 kg – 87 nuggets



KOMMER FORÅR 2022

CRISPY NOCHICKEN

Sprød på ydersiden og mør indeni. Sæt tænderne i en perfekt "kyllingeburger" eller brug den i salater, på grill eller som protein på tallerkenen.
1,8 kg – 20 stk.



KOMMER FORÅR 2022

RAW NOBEEF BURGER

En hyldest til kød! En saftig, rød burgerbøf, der har samme smag og tekstur som hakkebøf. Den ekstra højde gør den perfekt til den syndige burger, på grill eller som pariserbøf.
2,6 kg – 20 stk.



GMO-FRI
Lavet af certificeret, GMO-fri soja.



NEM AT TILBEREDE
Udviklet af og til professionelle kokke, og skal tilberedes som animalsk kød.



FROST
Alle vores produkter fryses hurtigt ned efter produktionen og kan tilberedes frosset eller optøet

VORES HISTORIE



Bare én kødfri dag om ugen kan gøre en kæmpe forskel for natur, miljø, biodiversitet og klima. Men betyder dét, at vi skal erstatte kødet med rødbedebøffer og falafler?

Nej, hvis du spørger kødentusiasten til venstre. Han hedder Jaap Korteweg. Og han er verdens første vegetariske slagter. Jaap kommer fra en familie med rødder i traditionel kvægdrift gennem ni generationer. Alligevel tog han en atypisk beslutning. Han valgte at bytte et liv med kød ud med et liv med grøntsager. Problemet var bare, at han savnede smagen og konsistensen af kød. Faktisk så meget, at han gjorde det til sit livs mission at finde et reelt alternativ. Og efter tre års intensiv research lykkedes det Jaap og hans team at udvikle et produkt med en helt særlig smag, tekstur og bid, som er så godt, at det får selv kødentusiaster til at elske vegetarmad.

De grønne opskrifter fra The Vegetarian Butcher er ikke til dig, som ikke kan lide smagen af kød. De er til dig, som elsker kød.



“Saftig som kylling, mere mørt end oksekød og helt vegetarisk!”

JAAP KORTEWEG,
STIFTER AF THE VEGETARIAN BUTCHER



NOT-TOO-NAUGHTY VEGAN-BURGER

MED URTEMAYO

4 PERSONER

INGREDIENSER

- 4 The Vegetarian Butcher Raw NoBeef Burger
- 50 g Knorr Tomatino

Dressing:

- 100 g Hellmann's Vegan Mayonnaise
- 15 g Persille
- 15 g Kørvel
- 15 g Purløg
- 15 g Basilikum

Coleslaw

- 50 g Hvidkål, finthakket i strimler
- 50 g Rødkål, finthakket i strimler
- 30 g Gulerødder, finthakket i strimler
- 1 stk. Rødløg, fintskåret
- 25 g Maille hvidvinseddike
- 75 g Olivenolie

Til servering

- 4 stk. Burgerboller, fuldkorn
- Friske krydderurter

SÅDAN GØR DU

Burgers:

Steg dine optøede bøffer med Knorr Tomatino i 8-9 minutter ved middel varme, vend hvert 2. minut. Steger du fra frost tager det cirka 12-14 minutter.

Dressing:

Bland alle ingredienserne i en blender og blend indtil du får en frisk grøn farve. Krydr efter smag.

Coleslaw:

Bland alle grøntsagerne i en skål og tilsæt eddike og olivenolie. Rør godt rundt og smag til.

Til servering:

Skær bollerne i halve og brun dem kort på panden/grillen. Pensl bøfferne med olie og giv dem evt. grillmærker inden servering. Smør den nederste bolle med din urtemayo og læg bøffen på. Kom coleslaw ovenpå og afslut med friske krydderurter og evt. lidt agurk og tomat.



CHEESY STUFFED AUBERGINES

... OG JA, DET ER VEGANSK!

4 PERSONER

INGREDIENSER

- 1-2 stk. Aubergine (alt efter størrelse)
- 50 g Tomater
- 50 g Løg
- 100 g The Vegetarian Butcher NoMince
- 1 fed Hvidløg
- 30 g Gulerødder
- 30 g Porrer
- 80 g Vegansk emmentalerost
- 20 g Vegansk smøralternativ
- 30 ml Olivenolie
- Salt og peber

SÅDAN GØR DU

Skær auberginerne i halve, krydr dem og bag dem ved 180°C i 30 minutter. Når det er tilberedt, fjernes kødet forsigtigt ved hjælp af en teske. Gem begge dele. Blancher tomaterne i et par minutter, fjern skind og frø og skær frugtkødet i små tern. Gem. Alternativt kan du bruge Knorr Tomatino.

Hak løget og svits det langsomt i en pande med olivenolie. Tilsæt NoMince og steg videre. Efter et par minutter tilsættes hvidløg og tilsæt derefter gulerod og finthakket porre. Fortsæt med at stege, krydr og tilsæt til sidst tomat.

Lad tomaten koge godt og tilsæt derefter det hakkede auberginekød. Fyld de udhulede auberginer med blandingen, drys revet vegansk ost ovenpå og tilsæt smør i tern.

Sæt de fyldte auberginer i ovnen ved 180°C, med grillen tændt, i ca. 10 minutter.

VEGAN FAJITA

INGEN VIL OPDAGE, AT DET IKKE ER KYLLING!

4 PERSONER

INGREDIENSER

300 g	The Vegetarian Butcher NoChicken Chunks
1 stk.	Rød peber
1 stk.	Grøn peber
2 stk.	Løg
2 fed	Hvidløg
2 dåser	Bønner efter eget valg (400 g)
2 dl	Vegansk creme fraiche
8 stk.	Tortillas
6 spsk.	Olivেনolie
1 tsk.	Chili
1 tsk.	Stødt spidskommen

SÅDAN GØR DU

Knus hvidløget. Bland det med 4 spsk. olivenolie, chili og spidskommen og lad det trække på køl.

Skær peberfrugter og løg i strimler. Svits det i olivenolie.

Brun optøet NoChicken Chunks og hæld marianden over, når de begynder at tage farve. Svits i yderligere fem minutter.

Varm bønnerne og smag til med krydderier efter eget ønske. Varm samtidig tortillas.

Bland et fad med løg, peberfrugt og NoChicken Chunks og server med bønner, varme tortillas, ris, creme fraiche og evt. vegansk ost, så gæsten selv kan anrette.





MEATBALL MARINARA SUPER-SUB

4 PERSONER

INGREDIENSER

- 200 g Knorr Tomatino
- 100 g Løg
- 200 g The Vegetarian Butcher NoMeatballs
- 50 g Vegansk Mozzarella
- 200 g Cherrytomater
- 2 Røde peberfrugter
- En stor håndfuld frisk basilikum
- 4 Sandwichbrød
- Olivenolie
- Friskkværnet peber

SÅDAN GØR DU

Skær løg fint og svits ved lav varme i 15 minutter til de er helt bløde og begynder at karamellisere. Tilsæt Knorr Tomatino og lidt basilikum.

Hak tomater og peberfrugt og svits det. Tilsæt optøede NoMeatballs og lad dem få farve. Tilsæt løg og sauce og lad det simre i 4 minutter.

Del sandwichbrød og fordel NoMeatballs og tomatsauce og læg lidt vegansk mozzarella over.

Varm din sub til osten smelter og brødet er ristet.

Tilsæt frisk basilikum og server.

MEXICAN CHILI TACOS

4 PERSONER

INGREDIENSER

- 400 g Olivenolie
- 400 g The Vegetarian Butcher NoMince
- 120 g Løg i tern
- 1 stk. Rød peberfrugt i tern
- 1 stk. Chili, finthakket
- 2 fed Hvidløg, finthakket
- 200 ml Knorr Tomatino
- 200 ml Vegansk, brun sauce
- 15 g Knorr Krydderipuré Røget Chili
- 150 g Kidneybønner
- 100 g Majs

Salsa:

- 150 g Tomater i tern
- 70 g Rødløg i skiver
- 1 spsk. Koriander, hakket

Til servering:

- 8 stk. Tacoskaller
- 1 stk. Avocado, most
- 1 stk. Lime, skal og saft
- Salatblade

SÅDAN GØR DU

Svits vegansk NoMince i olie indtil det tager farve og bliver mørt. Sæt til side.

Svits løg, peberfrugt, chili og hvidløg indtil løget bliver klart.

Tilsæt Knorr røget Chili, Tomatino, brun sauce kidneybønner, majs og NoMince, smag til og lad det simre i 8-10 minutter til sauceen begynder at tykne lidt.

Lav en salsa af tomater, rødløg og koriander. Smag til.

Fyld tacoskaller med salatblade, sauce og en god klat salsa og avocado. Drys med lidt ekstra koriander.



CRISPY CHICKEN CLUB SANDWICH

4 PERSONER

INGREDIENSER

- 12 skiver Brød
- 24 stk. NoChicken Nuggets
- 3 stk. Tomater i skiver
- Salatblade
- 1 stk. Agurk skåret i lange, tynde skiver
- 1 skive Vegansk ost af god kvalitet
- 100 g Hellmann's Vegan mayonnaise
- Kartoffelchips

SÅDAN GØR DU

Steg de optøede NoChicken Nuggets på en pande i rigeligt olie. Du kan også friturestege dem.

Rist brødet. Smør en god sjat mayonnaise på brødet og garnér med salat, tomat, agurk og en skive ost. Læg 3 nuggets på og top med et brød. Gentag for endnu et lag og slut af med et sidste stykke smurt brød. Server med kartoffelchips eller grove fritter.



SIMPEL OG SOFISTIKERET SAUTERET RIS

MED **NOCHICKEN** CHUNKS

4 PERSONER

INGREDIENSER

50 g Ris
Grøntsagsbouillon
100 g The Vegetarian Butcher
NoChicken Chunks
40 g Squash i tern
40 g Gulerødder i skiver
10 g Knorr Krydderipuré Hvidløg
15 g Knorr krydderipuré Paprika
20 g Safran
20 g Rød peberfrugt i tern
30 g Løg i tern
40 ml Olivenolie
Salt og peber

SÅDAN GØR DU

Svits løg i olien og tilsæt gulerødder, squash og peberfrugt og lad det sautere i 5 minutter.

Tilsæt hvidløg, paprika, safran og sauter i yderligere 3 minutter.

Tilsæt nu optøet NoChicken Chunks og svits ved høj varme i 1 minut.

Tilsæt ris og grøntsagsbouillon til ønsket konsistens og lad det simre til det er færdigt.

Smag til og server.





INSPIRATION TIL KØDELSKEREN

Med produkter fra The Vegetarian Butcher kan du nu servere plantebaserede alternativer til klassiske serveringer på alt fra morgenbordet, brunchbuffeten, take-away kortet og aftensmaden. Brug produkterne som erstatning fra det konventionelle kød og se, om gæsterne opdager forskellen.

**Læs mere, find flere opskrifter og
find din lokale konsulent på www.ufs.com**



Unilever
Food
Solutions

Support. Inspire. Progress.