



THE
VEGETARIAN
BUTCHER™

PLANTEBASERET GRILLMAD

HOLY SMOKE

9 BBQ-OPSKRIFTER TIL EN MERE
KLIMAVENLIG SOMMER



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 FORANDRING

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.

42%

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

86%

af plantebaserede retter er spist af ikke-veganere.

89%

af kødfrie retter spises af ikke-vegetarer.

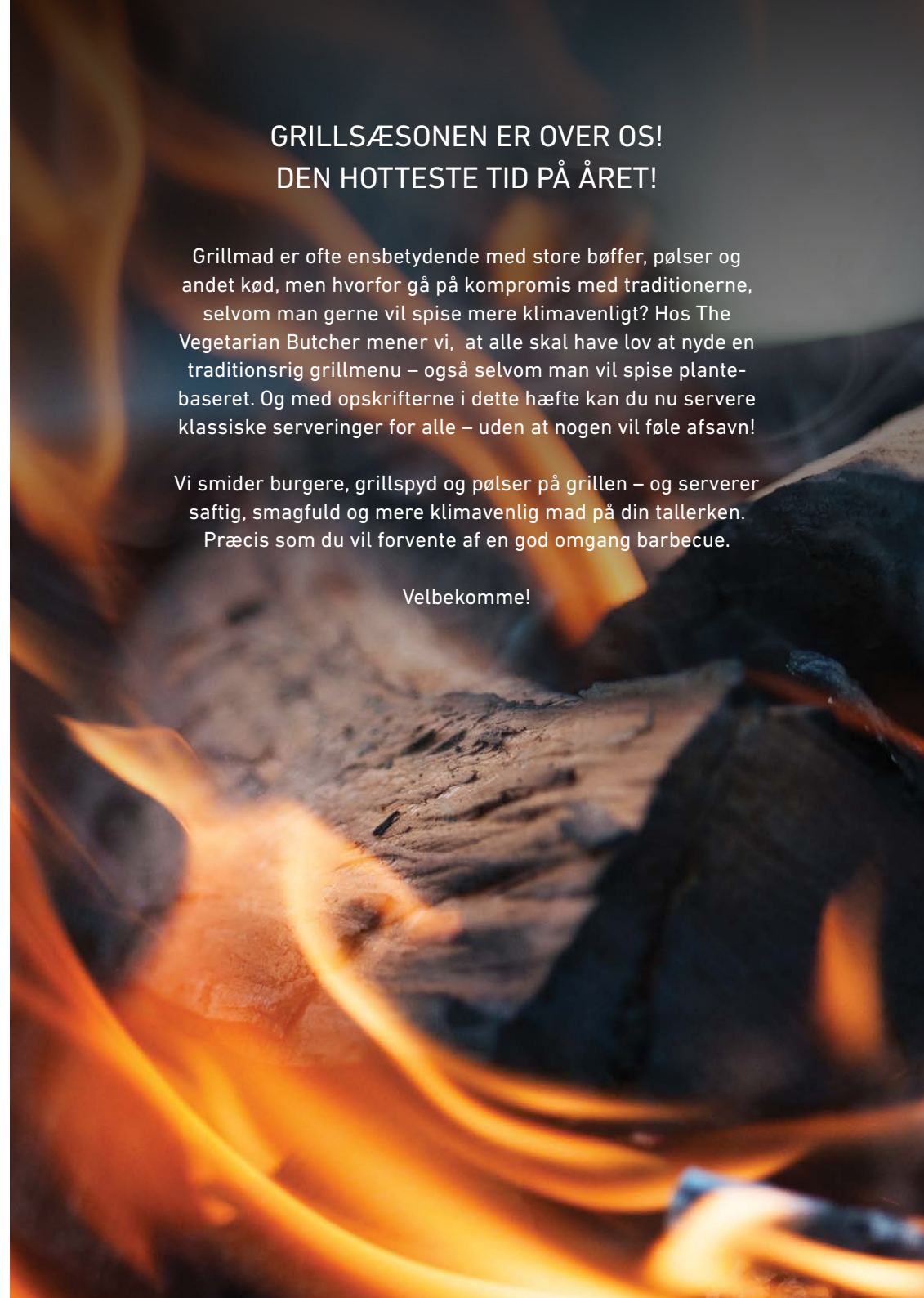
Kilde: LANTER PAPERS. The Green Revolution 2019

GRILLSÆSONEN ER OVER OS! DEN HOTTESTE TID PÅ ÅRET!

Grillmad er ofte ensbetydende med store bøffer, pølser og andet kød, men hvorfor gå på kompromis med traditionerne, selvom man gerne vil spise mere klimavenligt? Hos The Vegetarian Butcher mener vi, at alle skal have lov at nyde en traditionsrig grillmenu – også selvom man vil spise plante-baseret. Og med opskrifterne i dette hæfte kan du nu servere klassiske serveringer for alle – uden at nogen vil føle afsavn!

Vi smider burgere, grillspyd og pølser på grillen – og serverer saftig, smagfuld og mere klimavenlig mad på din tallerken. Præcis som du vil forvente af en god omgang barbecue.

Velbekomme!



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 højre. 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.



KØDELSKERENS VEGANER-FAVORIT

MED CHIMICHURRI



10 personer

INGREDIENSER

- 50 g Koriander
- 25 g Persille
- 25 g Oregano
- 3 fed Hvidløg
- 2 Røde chilipeber
- 1 Rødløg
- 175 ml Olivenolie
- 2 spsk. Maille rødvinseddike
- 2 spsk. Knorr Røget Chili krydderipuré
- Salt og peber
- 5 Peberfrugter
- 10 Raw NoBeef Burger
- 10 Skiver vegansk ost
- 10 Burgerboller
- 10 Salatblade

TILBEREDNING

Hak koriander, persille, oregano, hvidløg, chilipeber og rødløg fint og rør sammen med 100 ml olivenolie og rødvinseddike. Krydr din chimichurri salsa med Knorr røget chili, salt og peber.

Dryp peberfrugterne med olivenolie og steg dem på grillen. Skær dem derefter i skiver.

Krydr de veganske Raw NoBeef Burgers til med salt og peber og steg dem 6-8 minutter på grillen. Tilføj en skive vegansk ost til hver burger og grill indtil osten er smeltet.

Rist bollerne og server burgeren med salat og grillet peber. Afslut med masser af chimichurri salsa.

“UANSET HVILKEN OPSKRIFT DER
KICKSTARTER DIN GRILLSÆSON,
SÅ ER DER EN TING VI LEVER EFTER:
SACRIFICE NOTHING.”



PESTO BURGER

PÅ CIABATTA

10 personer

INGREDIENSER

100 g Basilikum
175 ml Olivenolie
1 fed Hvidløg
5 spsk. Pinjekerner, ristede
75 g Parmesan (vegansk)
Salt og peber
10 NoBeef Burgers
Olivenolie
175 g Mozzarella (vegansk)
10 Ciabattaboller
125 g Rucola salat
5 Tomater i skiver

TILBEREDNING

Blend basilikum, olivenolie, hvidløg, pinjekerner og parmesan til en lind pesto. Smag til med salt og peber.

Smør bøfferne med olie og grill dem i 6-8 minutter. Tilføj en skive (vegansk) mozzarella til hver bøf 1 minut før de er færdige.

Varm ciabattabollerne, smør med pesto og fyld med rucola, bøf, tomater og en ekstra klat pesto.

TIP: NoBeef Burger indeholder æggehvite. Ønsker du en vegansk version, så erstat i stedet bøffen med Raw NoBeef Burger.



GOLDEN CRISPY NOCHICKEN BURGER

MED COLESLAW



10 personer



INGREDIENSER

Coleslaw:

- 250 g Grønkål, snittet
- 250 g Rødkål, snittet
- 3 Gulerødder, revet
- 1 dl Hellmanns Vegan
- 5 spsk. Maille æblecidereddike
- 2 spsk. Maille Dijon-sennep
- Salt og peber

Whiskey mayonnaise:

- 1 dl Hellmanns Vegan
- 2 spsk. Hellmanns ketchup
- 2 spsk. Whiskey

- 10 Crispy NoChicken Burger
- Olivenolie
- 10 Burgerboller
- Salat
- 75 g Karse

TILBEREDNING

Bland alle ingredienser til coleslaw og smag til med salt og peber.

Bland Hellmanns Vegan, ketchup og whiskey.

Smør burgerbøfferne med lidt olie og steg dem på grillen i cirka 9 minutter.

Varm burgerbollerne og smør dem med whiskey-mayonnaise, salatblade, Crispy NoChicken burger, coleslaw og karse.

“Grilliant!”



VEGAN HAWAIIAN

MED SWEET & SOUR SAUCE



10 personer

INGREDIENSER

- 10 Crispy NoChicken Burger
- 15 Ananasskiver
- 5 Forårsløg
- 250 ml Appelsinjuice
- 1 dl Hellmanns ketchup
- 1 dl Knorr Sunshine Chili Solsikkeolie

TILBEREDNING

Hak 5 ananasskiver samt forårsløg i små stykker. Kog ananasstykkerne i appelsinjuice til det er reduceret til cirka det halve. Bland det med ketchup, sunshine chili og forårsløg og smag til.

Pensl bøfferne med olie. Grill dem og de resterende 10 ananasskiver i 6-7 minutter. Vend ofte.

Server bøfferne med grillet ananas og sursød ananas-sauce.

TIP: Den veganske BBQ-ret smager godt med en tomatsalat med persille. Du kan også grille lidt hele forårsløg som tilbehør.



GLASEREDE NOCHICKEN CHUNKS SPYD

MED ROSMARIN OG HVIDLØG



10 personer



INGREDIENSER

800 g NoChicken Chunks
Olivenolie
8 Fed hvidløg
5 Stilke frisk rosmarin
30 ml Balsamico
Friskkværnet sort peber
2 dl Hellmanns ketchup
1 dl Brun farin
1 tsk. Chilipulver

TILBEREDNING

Fordele de optøede NoChicken Chunks på 10 grillspyd og smør med olivenolie.

Pres hvidløg ud i en skål. Fjern rosmarinkvistene fra stilkene og knus dem let. Bland hvidløg, rosmarin, balsamico, peber, ketchup, farin, chili og lidt olie. Smag til.

Grill spydene i 2-3 minutter på hver side indtil de tager lidt farve. Smør herefter spydende godt med marinaden og grill i yderligere et par minutter. Server straks.

TIP: Grillspydene er gode med bagte kartofler og rucola salat med rødløg.



SOUVLAKI-SPYD

MED BBQ SAUCE



10 personer

INGREDIENSER

800 g NoChicken Chunks
5 Røde peberfrugter
2 Røde chilier
7 fed Hvidløg
2 Store løg
12 kviste Timian
100 ml Olivenolie
25 g Knorr paprika/peberfrugt
Krydderipuré
500 ml Æblejuice
Salt og peber

TILBEREDNING

Skær peberfrugterne i små stykker. Skær chilierne i små stykker og fjern kernerne. Hak også løg og 5 fed hvidløg fint. Svits det hele i olivenolie i cirka 3 minutter. Bland Knorr paprika/peberfrugt krydderi i panden. Tilsæt et par kviste timian, 250 ml æblejuice og 500 ml vand og lad det simre i cirka 30-35 minutter til det tykner. Smag til med salt og peber. Fjern timiankvistene og server varm eller kold til dine souvlaki-spyd.

Marinade: Hak 2 fed hvidløg og svits det. Tilføj blade fra 10 kviste timian og 250 ml æblejuice, salt, peber og olivenolie. Kog op til marinaden er reduceret til cirka det halve.

Sæt de optøede veganske NoChicken Chunks på 10 grillspyd. Smør dem godt med marinade og lad dem trække i mindst 5 minutter. Smør med lidt mere marinade lige inden de lægges på grillen.

Grill spydende i 6-8 minutter. Smør jævnlige med marinade og vend ofte.



SMOKED RAW NOBEEF BURGER

MED TOMATCHUTNEY



10 personer

INGREDIENSER

- 10 Raw NoBeef Burger
- 2 Store løg
- 10 Store, modne tomater
- Solsikkeolie
- 3-4 tsk. Chilipulver
- 5 spsk. Brun farin
- 50 g Frisk ingefær
- 1 tsk. Knorr Kød og Grill krydderi
- 1 dl Vegansk BBQ-sauce
- Salt og peber

TILBEREDNING

Tomatchutney:

Hak løg og tomater fint. Svits løg i olie i cirka 5 minutter. Tilsæt lidt chilipulver. Skru op for varmen og tilsæt tomater og brun farin. Rør rundt i 5 minutter. Skru ned for varmen og tilsæt salt og peber. Lad det simre i 20-25 minutter til du opnår den ønskede konsistens. Smag til. Kan serveres varm eller kold.

Imens kan du skrælle og rive ingefæren fint. Tilsæt Knorr Kød og Grill krydderi, lidt olie og BBQ-sauce.

Pensl de frosne bøffer med olie. Grill dem i 7-9 minutter. Pensl dem med glazen og grill i yderligere 1 minut.

Server med tomatchutney.

TIP: Bøfferne passer rigtig godt med brød og en frisk salat.



LITTLES WILLIES

MED GRÆSK TZATZIKI

10 personer

INGREDIENSER

Tzatziki:

750 g Græsk yoghurt
25 g Friskhakket dild
25 g Friskhakket persille
2-3 fed Presset hvidløg
2 Økologiske citroner
500 g Agurk I tynde skiver
Salt og peber

30 Little Willies pølser
Olivenolie
20 Pitabrød

TILBEREDNING

Bland græsk yoghurt med krydderurter og hvidløg. Riv skallen på citronerne og tilføj det samt saften fra den ene citron i tzatzikien. Skær den anden citron i både. Smag tzatzikien til med salt og peber.

Smør de optøede Little Willies pølser med olivenolie og sæt dem evt. på spyd.

Grill pølserne i 5-7 minutter. Vend ofte. Varm brødet på samme tid.

Server pølserne med det grillede brød og tzatziki.



VEGETARISK ØLGLASERET HOTDOG

10 personer

INGREDIENSER

- 2 Rødløg i skiver
- Olivenolie
- 500 g Saurkraut
- 250 ml Øl efter eget valg
- 1 spsk. Ahornsirup
- 25 g Hakket persille
- Friskkværnet sort peber
- 10 Little Willies pølser
- 10 Små hotdogbrød
- 100 ml Maille Dijon sennep

TILBEREDNING

Svits løget i lidt olivenolie. Tilsæt saurkraut og øl. Tilsæt derefter sirup, persille og peber og lad det simre i 5 minutter.

Pensl pølserne med olie og grill dem i 5-7 minutter. Varm også hotdogbrødene.

Fyld brødene med saurkraut, de vegetariske pølser og top op med sennep.



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

JAAP KORTEWEG,
STIFTER AF THE VEGETARIAN BUTCHER



VORES SORTIMENT



CRISPY NOCHICKEN

Spred 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.



RAW NOBEEF BURGER

En hyddest 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.



NOMEATBALLS

Prisvindende, smagfulde planteboller. Perfekte til pastaretter, tomatsoUCE og subs. Indeholder æggehvilde 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



NOBEEF BURGER

En saftig og velsmagende vegetarisk burgerbøf (indeholder æggehvilde 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 æggehvilde fra fritgående høns.
1,9 kg ~ 68 pølser



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.