

sæson

FRISK FRUGT OG GRØNT FRA EUROPA. HVER DAG.

PORRE - SÆSON I JANUAR



EN HILSEN FRA MARKEN

De fleste porrer forspires i væksthuse og plantes ud på marken i april, når de er på størrelse med spæd purløg. Enkelte porreaavlere sår også porrefrø direkte på friland. God næringsrig og løs jord, vanding og tålmodighed er nødvendig for et godt udbytte. Porren høstes fra midt juli til marts. Den egner sig godt til lagring og kan derfor fås frisk året rundt. De sidste porrer skal dog høstes på marken inden maj, hvor porren springer i blomst og bliver uspiselig grov i strukturen.

Der skelnes mellem sommer-, efterårs- og vinterporrer - og findes mange forskellige sorter indenfor de tre grupper. Vidste du, at porren til dels er hvid nederst, fordi jorden bliver lagt op omkring planten under vækst. Det er sollyset, der udvikler farvestoffet klorofyl og gør toppen grøn.

TOFARVET SUNDHED

Porren har længe været at finde i det danske køkken, og selvom den oprindeligt stammer fra midelhavslandene er det på vores breddegrader, den trives bedst.

Den hvide del af planten er mest mild i smagen, til gengæld er toppen mest rig på de fleste vitaminer og mineraler.

Det er i øvrigt en bakteriedræbende svovlfobindelse, som giver porren sin skarpe lugt og smag.

PORRE PÅ TALLERKENEN

Porrens milde løgsmag giver mulighed for at benytte den som smags giver i rå format - derudover er den særdeles alsidig og kan både bages med i brød, grilles, wokkes, urtemarineres som tilbehør til kød og fisk, friteres og bruges som fyld i fx supper og omeletter.

Er det yderste af toppen blevet grim er der stadig god smag i det til hjemmekogt fond.

En helt ny, fin og frisk porre er yderst delikat med simpel og skånsom tilberedning, som fx dampning. Dampet porrer smager i øvrigt ligeså skønt iskold som varm.

Bruger du rå porrer i salater, så læg dem i koldt vand en times tid forinden - det gør dem ekstra sprøde og fjerner svovllugten.

Få viden om sæson for frugt og grønt på sæson.dk



Kampagne
med støtte
fra den
Europæiske
Union

Indholdet af dette materiale afspejler kun forfatterens holdning og er alene dennes ansvar. Europa-Kommissionen er ikke ansvarlig for den måde, informationen deri måtte blive brugt på.



BAGTE PORRER I KARRY MED SPRØD TOP



10 personer

1 kg porre, den hvide og lysegrønne del
0,75 kg porretop, det mørkegrønne
200 g syrligt madæble, fx belle de boskoop eller cox orange
10 g olivenolie
5 g salt
2 g friskkværnet sort peber
6 dl kokosmælk

20 g fiskesauce
20 g gul currypaste
8 g karry
3 dl sødmælk
50 g hvedemel
150 g brødkrumme af daggammelt groft brød, eller pankorasp

Del porren lige der, hvor bladene begynder at dele sig. Skil de øverste blade og vask både porretop og porrebund grundigt for sand. Del det nederste af porren i 2-3 stykker à 6-8 cm lange.

Snit porretoppene groft og steg dem i en gryde med olie til porrerne er let bløde. Tilsæt æbletern, salt og peber og anret det hele i et stort ildfast fad. Anret herpå de hele porrestykker i et tæt lag.

Kog kokosmælken med fiskesauce, gul currypaste og tørret karry til sovsen tykner en smule. Tilsæt sødmælk og giv sovsen et opkog. Bland en meljævning af hvedemelet og ca. 1,5 dl vand og jævn karrysovsen, så den får en mælkesovs-konsistens. Lad sovsen koge nogle minutter og smag evt. til med mere karry, fiskesauce og peber. Sovsen skal være meget krydret, da den skal give smag til porren.

Hæld den brandvarme sovs over porren, så grønsagerne er dækket og drys med et godt lag brødkrumme. Bag retten ved 180 grader i ca. 1 time til porrerne er møre og toppen er helt lysebrun og sprød.

Server rygende varm i det ildfaste fad, med gode basmatiris, langtidsstegte kyllingelår eller fiskedeller.