# REMA 1000

## FINN DINE MIDDAGSFAVORITTER

30. OKTOBER - 26. NOVEMBER 2017

*Italiensk*

# HØST

med Bent Stiansen

POLLO ALLA CACCIATORA

PICCATA AV SVIN

LASAGNE

PIZZA PARMA

TAGLIATA

side 8

Middag til familien
UNDER 100 LAPPEN

# Italiensk HØST

Det er en grunn til at italienske restauranter er så utbredt i hele den vestlige verden. For italiensk mat er noe alle elsker! Det italienske kjøkkenet byr på familiefavoritter som pizza og pasta, men også helt rene smaker av spekemat og grønnsaker, sjømat og kjøtt. Er det noe som kjennetegner italiensk mat er det nettopp rene smaker. Og at den er superenkel å lage!

Jeg har lenge vært fascinert av Italia. Derfor har jeg også servert italiensk mat på Statholdergaarden og gjennom flere av kokebøkene mine inspirert nordmenn til å lage denne maten hjemme. Daglig bruk av løk, hvitløk, grønnsaker og olivenolje gir  et kosthold som er rikt på vitaminer, fiber, antioksidanter og mye av det sunne, enumettede fettet.

Nå håper jeg at du prøver rettene på de neste sidene og at de skaper begeistring rundt middagsbordet! Rettene er enkle å lage, fulle av smak og passer ekstra godt nå om høsten.

Buon Appetito!

MESTERKOKK BENT STIANSEN

Bent Stiansen

Vi tar forbehold om trykkfeil og at enkelte varer kan være utsolgt i din lokale REMA 1000-butikk.





## Bents italienske oppskrifter

TAGLIATA

POLLO ALLA CACCIATORA

LASAGNE

PICCATA AV SVIN

PIZZA PARMA

MINESTRONE

KJØTTBOLLER I TOMATSAUS

SPAGHETTI BOLOGNESE

HVIT PIZZA

GNOCCHI

RISOTTO

PASTA CARBONARA

# PASTA

*Italienske pastatyper*

TORTELLONI

MAKARONI

PENNE

SPAGHETTI

TORTELLINI

LASAGNEPLATER

TAGLIATELLE

FUSILLI

## TORTELLONI / TORTELLINI

Tynn pasta formet i ringer og fylt med enten ost, kjøtt eller grønnsaker. Mens den mindre utgaven, tortellini, vanligvis serveres i buljong, blir tortelloni gjerne servert med saus eller smeltet smør.

## MAKARONI

Rørformet, og som oftest bøyd, pasta laget uten egg. Denne pastatypen er populær i store deler av verden, og i mange store språk – som f.eks. russisk og portugisisk – er makaroni ganske enkelt fellesnavnet på alle typer pasta.

## PENNE

Navnet er avledet av det latinske ordet for fjærpenn, og denne rørformede pastatypen er alltid kuttet diagonalt slik at spissen faktisk minner om en gammeldags penn. På grunn av formen holder penne godt på varme pastasauser, men dette er også en mye brukt pasta i kalde salater.

## SPAGHETTI

Betyr egentlig "små strenger" på italiensk, og det er en god beskrivelse av hva dette er. De lange strimlene som kommer i ulike tykkelser har en egen evne til å holde på klassiske pastasauser som carbonara og bolognese.

## LASAGNEPLATER

Navnet kommer trolig fra latinske "lasanum" som ganske enkelt betyr kasserolle, dvs. det retten med pastaplatene ble laget i. De rektangulære platene blir som oftest brukt til å lage ovnsretten lasagne hvor pasta, bechamelsaus og tomat- og kjøttsaus legges lagvis.

## TAGLIATELLE

Kalles talende nok "båndspaghetti" på norsk, og nettopp bredden på denne pastatypen gjør det til en ekstra mettende variant som egner seg godt sammen med kraftige, kjøttbaserte sauser. Tagliatelle skal lages med egg.

## FUSILLI

Formet som korkopptrekkere eller skruer, derav navnet pastaskruer på norsk. Brukes både i kalde pastasalater og med varme pastasauser.

KUN HOS REMA 1000

**DIV. PASTA**
REMA 1000

FUSILLI / PENNE / SPAGHETTI
FULLKORN
REMA 1000
500 g pr. pk

15,00

**PENNE**
REMA 1000
500 g pr. pk

20,00

LASAGNE
FULLKORN
REMA 1000
500 g pr. pk

NYHETER

**PASTA GLUTENFRI**
ØKOLOGISK
REMA 1000

**PASTA FULLKORN**
ØKOLOGISK
FUSILLI / FETTUCCINI / SPAGHETTI
REMA 1000
500 g pr. pk

## FERSK PASTA

**FERSK PASTA**
TORTELLONI / TORTELLINI
REMA 1000
500 g / 250 g pr. pk

**FERSK PASTA**
TAGLIATELLE / TAGLIATELLE FULLKORN
REMA 1000
400 g / 250 g pr. pk

**FERSK SPAGHETTI**
REMA 1000
300 g, kr 66,67 pr. kg

SMAKEN AV ITALIA

# Antipasti

*I Italia får du gjerne servert flere enkle smaker før den første varmretten. Gjestene forsyner seg fra små skåler og fat som sendes på kryss og tvers rundt bordet. Disse rettene er enkle å lage og enkle å spise, og kan serveres som ventemat, forretter eller som en del av en stor middagsbuffet. Prøv selv!*

**NYHETER**

39,90

33,70

**FOCACCIA**
Mesterbakeren
ca. 430 g, kr 92,79 / 78,37 pr. kg

KUN HOS REMA 1000

20,00

PR. PK

**MIDDAGSBAGUETTE**
Mesterbakeren
ca. 175 g, kr 114,29 pr. kg

48,00

49,90

**PARMIGIANO REGGIANO / GRANA PADANO**
En verden av oster, REMA 1000
150 g / 200 g
kr 320,00 / 249,50 pr. kg

KUN HOS REMA 1000

8,60

**GRØNN PESTO**
REMA 1000
190 g, kr 45,26 pr. kg

75,00

**EXTRA VIRGIN OLIVENOLJE**
Oleaurum
500 ml, kr 150,00 pr. l

59,00

**PROSCIUTTO CRUDO FRA PARMA**
Lille Skinkefabrikk
80 g, kr 737,50 pr. kg

39,00

**SALAMI FRA FELINO**
Lille Skinkefabrikk
60 g, kr 650,00 pr. kg

14,90

PR. PK

**BRYTEBRØD GROVT / FINT**
Mesterbakeren
ca. 250 g / 265 g
kr 59,60 / 56,23 pr. kg

# TAGLIATA

*Timian- og rosmarinstekt biff i skiver på rucculasalat med hvitløksbakte poteter og paprika.*

4 PERSONER

2 RØDE PAPRIKA
400 G POTETER
½ DL OLIVENOLJE
3 FEDD HVITLØK
1 TS SALT
NYKVERNET PEPPER

1 POSE RUCCULA
30 G PARMESAN
½ DL OLIVENOLJE
2 SS SITRONSAFT

600 G ENTRECÔTE ELLER YTREFILET AV STORFE
1 TS SALT
1 TS GROVKVERNET PEPPER
2 FEDD HVITLØK
1 SS HAKKET TIMIAN
1 SS HAKKET ROSMARIN
2 SS OLIVENOLJE

Forvarm stekeovnen til 200 °C varmluft.
Skjær paprika og poteter i skiver og bland med olivenolje, finhakket hvitløk, salt og nykvernet pepper. Legg grønnsakene på et stekebrett og bak i 15 minutter.

Mens grønnsakene bakes, steker du biffene. Tørk kjøttet med kjøkkenpapir. Bland sammen salt, grovkvernet pepper, hakket hvitløk, hakket timian og rosmarin og olivenolje. Vend kjøttet i marinaden.
Varm en stekepanne på medium til sterk varme og stek kjøttet 2-3 minutter på hver side. Ta dem ut av pannen og la dem hvile i 10 minutter.

Legg de bakte grønnsakene på et serveringsfat og vend inn ruccula.

Skjær kjøttet i ca. 1/2 cm tykke skiver og anrett på salaten. Drypp over kjøttkraft fra stekingen, olivenolje og presset sitron. Topp med høvlet parmesan.

*Ekte italiensk biffsnadder! Minner om carpaccio, men her er kjøttet stekt i kantene, skåret litt tykkere og dermed saftigere.*

*«Jeg elsker entrecôte av okse! Dette stykket har naturlig fett – det er mørt, saftig og fullt av power. Jeg har stort sett alltid entrecôte liggende i kjøleskapet!»*
*BENT STIANSEN*

**ENTRECÔTE / YTREFILET AV OKSE PAMPAS**
REMA 1000
250 g / 200 g

**PR. PK**

# POLLO ALLA CACCIATORA

*Kyllinggryte med oliven og rosmarin, servert med kremet mais og pastarøsti.*

4 PERSONER

**SLIK DELER DU OPP HEL KYLLING:**

Skjær av lårene så tett inn mot lårfestet du kommer. Brett ut slik at det knekker i leddet og skjær lårstykkene i to – i leddet.

Skjær ut kyllingbrystene: Skjær inntil og følg brystbeinet med kniven. La så kniven følge ribbeina og skrap løs filetene.
Skjær filetene helt fri.

1 HEL STANGEKYLLING
2 TS SALT
1 TS KAJENNEPEPPER
½ DL OLIVENOLJE
12 HVITLØKFEDD
1 DL GROVHAKKET ROSMARIN
2 DL HVITVIN
1 GLASS GODE OLIVEN

**KREMET MAIS**
1 BOKS MAISKORN
2 DL KREMFLØTE
1 SITRON
SALT OG PEPPER

**PASTARØSTI**
300 G FERSK SPAGHETTI
1 DL OLIVENOLJE
1 SS HAKKET PERSILLE
1 DL REVET PARMESAN
1 FEDD HVITLØK
SALT OG PEPPER

Kjøp en stor Stangekylling.
Skjær ut lårene og brystene med vingene.
Del lårene i to ved leddet og kyllingbrystet i to like store biter.
Gni kyllingstykkene inn med salt og kajennepepper og brun dem i olivenolje i en vid kasserolle.
Når kjøttet er godt brunet på begge sider tilsettes hele fedd hvitløk med skallet på, grovhakket rosmarin, hvitvin og gode oliven. Kok opp under lokk og kok gryten sakte i 15 minutter til kyllinglårene er gjennomkokte.
Smak til sausen med evt. mer salt og pepper.

**KREMET MAIS**
Ha maiskorn i en kasserolle sammen med fløte og kok i 5-10 minutter til stuingen tykner.
Smak til med salt, nykvernet pepper og presset sitron.

**PASTARØSTI**
Kok pastaen i lettsaltet vann i 3 minutter. Hell av vannet.
Bland pastaen med hakket persille, revet parmesan og hakket hvitløk.
Smak til med salt og pepper. Varm en teflonstekepanne med olivenolje og ha i pastablandingen. Press og form massen til en tykk pannekake. Stek 3-4 minutter på den ene siden, snu og stek den gyllenbrun og fin på den andre siden.
Legg pastarøstien på en skjærefjøl og kutt i trekanter.

Server kyllinggryten med kremet mais og pastarøsti kuttet i trekanter.

*Jegergryte på italiensk! Ordet cacciatore betyr nettopp jeger, og retter alla cacciatora bruker gjerne viltkrydder som rosmarin og hvitløk.*

*Stangekylling ™ er alet opp av bønder med strenge krav til kvalitetssikring. Kyllingene får kun naturlig för basert på hvete, havre og mais – og bruker ekstra lang tid på å vokse seg store. Det er også dette som gjør dem så smakfulle.*

# LASAGNE

*med laks, reker, spinat og tomat.*
*Servert med gulrot- og appelsinsalat.*

*Prøv en ny lasagne-variant! Når du erstatter kjøtt med laks får du en mildere og lettere middag.*

4 PERSONER

**HVIT SAUS**
1 LØK
2 FEDD HVITLØK
2 SS SMØR
1½ SS HVETEMEL
1 DL HVITVIN ELLER EPLEJUICE
3 DL MELK
2 DL FLØTE
½ - 1 TS SALT
NYKVERNET PEPPER
2 SS SITRONSAFT

**FYLL**
500 G LAKS, SKINN- OG BENFRI
100 G PILLEDE REKER
200 G VASKET BABYSPINAT
200 G TOMATER
SALT OG PEPPER
100 G REVET OST

200 G LASAGNEPLATER

**GULROT- OG APPELSINSALAT**
2 APPELSINER
300 G GULRØTTER
50 G MANDLER
1 SS SUKKER

Forvarm stekeovnen til 180 °C varmluft.

Stek finhakket løk og hvitløk i smør i en kasserolle til den er blank og myk, ca. 3 minutter. Tilsett hvetemel og fres i 1 minutt mens du rører. Spe med hvitvin eller eplejuice, melk og fløte mens du visper til en jevn og smidig saus. Kok opp og la småkoke noen minutter. Smak til med salt, pepper og sitronsaft.

Legg et ca. 1 cm lag hvit saus i bunnen av en ildfast form.
Legg lagvis laks i terninger, spinat, tomatskiver, reker og topp med lasagneplater. Dryss litt salt og nykvernet pepper mellom lagene.
Gjenta med hvit saus og resten av laksen, spinaten, tomatskivene og rekene og topp med et nytt lag med lasagneplater.
Dekk lasagneplatene med resten av sausen og topp formen med revet ost. Stekes i ca. 30 minutter til lasagneplatene er myke.

**GULROT- OG APPELSINSALAT**
Skrell appelsinene med en kniv slik at det hvite skallet blir skåret bort.
Skjær ut appelsinfiletene mellom hinnene og ha dem i en bolle.
Press over det du får ut av saft fra restene.
Skrell gulrøttene og strimle hele gulroten med potetskreller.
Ha gulrotstrimlene i bollen med appelsinfileter og bland med hakkede mandler og sukker.

19,00

**VASKET SPINAT**
BAMA
200 g, kr 95,00 pr. kg

89,00

**LAKSEFILET NATURELL**
Fiskeriet
500 g, kr 178,00 pr. kg






# PICCATA AV SVIN

*Panerte svinesnitsler med paprikasaus og eple- og stangsellerisalat.*

4 PERSONER

400 G NAKKEFILET AV SVIN
SALT OG PEPPER
4 SS HVETEMEL
3 EGG
130 G REVET PARMESAN
200 G REVET GUL OST
¾ DL SOLSIKKEOLJE

3 DL RIS

**PAPRIKASAUS**
2 RØD PAPRIKA
½ DL OLIVENOLJE, EXTRA VIRGIN
2 DL VANN
½ BULJONGTERNING
2 FEDD HVITLØK
1 SS SITRONSAFT
½ TS SALT
KVERNET PEPPER

**EPLE- OG STANGSELLERISALAT**
1 POSE RUCCULA
1 EPLE
2 STILKER STANGSELLERI
50 G VALNØTTER
4 SS OLIVENOLJE
2 SS SITRONSAFT
LITT SALT OG PEPPER

Ha salt og nykvernet pepper på nakkefiletskivene.
Ha hvetemel i en skål. Visp sammen egg og bland inn revet ost i en annen skål. Vend nakkefiletskivene først i hvetemel.
Legg kjøttet i skålen med ostemasse og pakk den godt rundt på begge sider av nakkefiletskivene.
Varm en teflonstekepanne på middels varme og ha i solsikkeolje.
Stek snitslene gylne, ca. 4 minutter på hver side.

Kok ris etter anvisning på pakken.

**PAPRIKASAUS**
Rens paprika og del i skiver. Ha dem i en kjele sammen med olivenolje, vann, buljongterning, skivet hvitløk, sitronsaft, salt og pepper.
Kok alt i 10 minutter på svak varme under lokk.
Sett stavmikseren i kjelen og kjør til fin paprikapuré.

**EPLE- OG STANGSELLERISALAT**
Vask rucculaen og ha den i en bolle sammen med strimlet eple, tynne skiver stangselleri og hakkede valnøtter. Rist eller rør sammen olivenolje, sitronsaft, salt og pepper og hell dressingen over salaten ved servering.

Server snitslene med paprikasaus, eple- og stangsellerisalat og kokt ris.

*Disse ekstra saftige svinesnitslene må du bare prøve! Bruk teflon-stekepanne og stek maks. to snitsler om gangen.*

59,00

**NAKKEFILET AV SVIN**
REMA 1000
400 g, kr 147,50 pr. kg

*Pizzaelskernes favoritt lager du av få, men ekstra gode råvarer!*

4 PERSONER

# PIZZA PARMA

*med mozzarella, prosciutto crudo og ruccula.*

**PIZZADEIG**
20 G GJÆR
3 DL LUNKENT VANN (37 GRADER)
1 TS SALT
2 SS OLIVENOLJE
500 G PIZZAMEL TIPO 0

**TOPPING**
2 MOZZARELLA
160 G PROSCIUTTO CRUDO
1 POSE RUCCULA
½ POTTE BASILIKUM

**TOMATSAUS**
2 LØK
2 FEDD HVITLØK
½ DL GOD OLIVENOLJE
1 TS TIMIAN
2 LAURBÆRBLAD
1 BOKS HAKKEDE TOMATER
1 SS SITRONSAFT
3 SS HAKKET BASILIKUM, EVT. 3 TS TØRKET BASILIKUM
SALT OG PEPPER
1 TS SUKKER

Rør gjæren ut i lunkent vann og tilsett salt, olje og mel. Arbeid deigen raskt sammen til en lett deig som du lar heve i 1 ½ time under et klede eller plastfilm.

**TOMATSAUS**
Finhakk løk og hvitløk og stek den myk og blank i olivenolje, ca. 3 minutter. Tilsett timian, laurbærblad, hermetiske tomater og sitronsaft og kok i 5 minutter. Ha i hakket basilikum og smak til med salt, nykvernet pepper og litt sukker for å runde av sausen.

Forvarm ovnen til 280 °C med ekstra undervarme/pizzafunksjon hvis du har. Del pizzadeigen i 4, kjevle ut og legg dem på hvert sitt bakepapir. Smør tomatsausen utover pizzadeigen og legg på mozzarella i skiver. Stek én og én pizza på bakepapiret i bunnen av stekeovnen i ca. 8-10 minutter. Legg på prosciutto crudo i skiver, ruccula og basilikumblader med en gang pizzaene er tatt ut av ovnen. Server umiddelbart.

*Pizzamel tipo 0 er et ekstra finmalt hvetemel som har evne til å oppta mer fuktighet. Dette gir et lettere og luftigere bakverk og en sprøere pizzabunn.*

SMAKEN AV ITALIA

19,90

**MOZZARELLA**
REMA 1000
125 g, kr 159,20 pr. kg

12,00

**RUCCULA VASKET OG KLAR**
Bama, 65 g

24,50

**PIZZAMEL TIPO 0**
Møllerens
1 kg, kr 24,50 pr. kg

KUN HOS REMA 1000

59,00

**PROSCIUTTO CRUDO FRA PARMA**
Lille Skinkefabrikk
80 g, kr 737,50 pr. kg

REMA 1000 | The TASTE LAB·NO

# PIZZA

Aldri har det vært enklere å lage din egen favorittpizza!

KUN HOS REMA 1000

**BUNN + SAUS + OST + TOPPING**

20⁰⁰

**STOR & FERSK PIZZABUNN**
REMA 1000
550 g, kr 36,36 pr. kg

29⁹⁰

**REVET OST MED CHILI / REVET OSTEMIX / REVET CHEDDAR**
REMA 1000
200 g pr. pk, kr 149,50 pr. kg

PR. PK

Tomat, basilikum, hvitløk og chili

Tomatpuré, fennikel, oregano og hvitløk

10⁰⁰

PR. STK

**ORIGINALE PIZZASAUS / INTENSO PIZZASAUS**
REMA 1000
200 g, kr 50,00 pr. kg

Hvit pizzasaus! Crème fraîche, hvitløk og basilikum

Rømmedressing med hvitløk og gressløk

15⁰⁰

PR. STK

**BIANCA PIZZASAUS / RØMMEDRESSING**
REMA 1000
180 g / 150 g, kr 83,33 / 100,00 pr. kg

20⁰⁰

PR. PK

**DIV. TOPPING**
REMA 1000

11⁹⁰

**HAKKEDE TOMATER ØKOLOGISK**
REMA 1000
390 g, kr 30,51 pr. kg

5⁰⁰

5⁹⁰

6³⁰

**HAKKEDE TOMATER CHILI / BASILIKUM / HVITLØK**
REMA 1000
390 g, kr 12,82 / 15,13 / 16,15 pr. kg

15⁰⁰

**PIZZASAUS**
REMA 1000
500 g, kr 30,00 pr. kg

4⁷⁰

**HAKKEDE TOMATER**
REMA 1000
400 g, kr 11,75 pr. kg

4⁸⁰

**TOMATPURÉ**
REMA 1000
140 g, kr 34,29 pr. kg

KUN HOS REMA 1000

39⁰⁰

**SALAMI FRA FELINO**
Lille Skinkefabrikk
60 g, kr 650,00 pr. kg

59⁰⁰

**PROSCIUTTO CRUDO FRA PARMA**
Lille Skinkefabrikk
80 g, kr 737,50 pr. kg

Ekte italiensk frystpizza

KUN HOS REMA 1000

28⁰⁰

**EKTE ITALIENSK PIZZA PEPPERONI**
REMA 1000, 405 g, kr 00,00 pr. kg

35¹⁰

**EKTE ITALIENSK PIZZA PROSCIUTTO**
REMA 1000
435 g, 00,00 pr. kg

Gluten- og laktosefri

39⁰⁰

**UTEN PIZZA MARGHERITA**
REMA 1000
290 g, kr 134,48 pr. kg

# Enkle tomatfristelser

*Italienere elsker tomater! Tomatsaus brukes på pizza, i pastaretter og som tilbehør til kjøtt og fisk. Nettopp fordi tomat er en av de viktigste råvarene i det italienske kjøkkenet, er italienerne svært kresne når det gjelder tomatkvalitet. Her har vi noe å lære!*

## MARINERTE TOMATER / BRUSCHETTA

Del modne tomater i 4 og fjern tomatinnmaten.
Hakk tomatkjøttet i terninger (1 cm) og bland med litt olivenolje, salt, pepper, hakket hvitløk og hakket basilikum.
Er tomatene lite søte, tilsett litt sukker.
Legg tomatsalaten på en ristet loffskive og du har en deilig italiensk rett: Bruschetta.

## KLAR TOMATBULJONG

Kjør modne tomater i blender med hvitløk, basilikum, salt og litt chili.
Legg et klede i en sil og hell i tomatmassen.
Saften som siles ifra er helt klar som vann med en deilig tomatsmak. Serveres kald som en appetittvekker.

## GRATINERTE TOMATER

Del tomater i to og legg på en god klatt med pesto.
Topp med revet parmesan og bak tomatene i ovnen ved 225 °C varmluft i 10 minutter til osten er gyllen.

## BAKTE TOMATER MED HVITLØK OG CHILI

Cherrytomater legges i ildfast form med skivet hvitløk, noen timianstilker, salt, pepper og olivenolje og settes i ovnen for baking ved 200 °C varmluft i 10 minutter.
Kjempegodt tilbehør til det meste.




Søte og gode tomater

**DULCITA**
Bama, 200 g

**MINIPLOMME-TOMATER**
Bama, 175 g

Se etter utvalg i din REMA 1000 - butikk


## TOMATSAUS

2 LØK
2 FEDD HVITLØK
½ DL GOD OLIVENOLJE
1 TS TIMIAN
2 LAURBÆRBLAD
1 BOKS HAKKEDE TOMATER
1 SS SITRONSAFT
3 SS HAKKET BASILIKUM, EVT. 3 TS TØRKET BASILIKUM
SALT OG PEPPER
1 TS SUKKER

Finhakk løk og hvitløk og stek den myk og blank i olivenolje, ca. 3 minutter. Tilsett timian, laurbærblad, hermetiske tomater og sitronsaft og kok i 5 minutter. Ha i hakket basilikum og smak til med salt, nykvernet pepper og litt sukker for å runde av sausen.

Middag til familien

# UNDER 100 LAPPEN

## GODE MIDDAGER I TIDSKLEMMA

MIDDAG TIL FAMILIEN FOR UNDER HUNDRE-LAPPEN gir deg varierte middagsforslag, hver eneste dag, året rundt! Noen dager har du tid til å bruke en halvtime på å lage middag, og da kan du velge en av de enkle oppskriftene til mesterkokk Bent Stiansen. Andre dager, når du har det travelt, er det fint å kunne lage en PLUKK & MIKS-rett på 15 minutter, eller enda enklere – en helt ferdig middag som bare skal varmes i ovnen. Uansett behov finner du hverdagsmiddagene som passer for deg på REMA 1000!

## PLANLEGG HELE UKA!

Planlegg flere middager på en gang og spar tid og penger. Innkjøpene blir mer rasjonelle, totalprisen blir lavere og du kaster mindre. På rema.no finner du ny ukemeny hver uke.

## ENKELT

## ENKLERE

## ENKLEST

### FRA BUNNEN AV

### PLUKK & MIKS

### FERDIGE RETTER

Middag til familien
**UNDER 100 LAPPEN**

**97,00**

For 2 voksne og 2 barn

*I moderne italiensk brukes ordet minestrone på to måter: som navn på en blandet grønnsakssuppe, og i overført betydning om et sammensurium av ulike ting.*

**PRIS OG BEREGNINGER**

* Mengden i middagsrettene er basert på en familie på fire, to voksne og to barn (under 10 år). Totalprisen for hver rett er rundet opp til nærmeste hele krone. Ved bruk av varer i løsvekt, og som i oppskriften er oppgitt med et antall – f.eks. 2 løk, er prisen oppgitt ut fra en gjennomsnittsvekt per stykk ganget med antallet.
** Der hvor hele pakninger ikke er brukt i oppskriften er pris for anbefalt forbruksmengde av disse produktene inkludert i den totale middagsprisen. Oppgitte priser er makspris gjennom perioden. Pris kan periodevis være lavere i butikk.

Vi tar forbehold om trykkfeil og at enkelte varer kan være utsolgt i din lokale REMA 1000-butikk.





# Minestronesuppe med strimlet svinebiff

*Bruk anledningen til å rydde opp i kjøleskapet, og lag DIN minestronesuppe med det du har tilgjengelig.*

**INGREDIENSER**

2 GULRØTTER
1 STILK STANGSELLERI
2 LØK
400 G STRIMLET SVINEBIFF
1 DL OLIVENOLJE
3 FEDD HVITLØK
1 TS OREGANO, TØRKET
1 TS TIMIAN, TØRKET
1 TS ROSMARIN, TØRKET
1 TS KAJENNEPEPPER
1 BOKS HAKKEDE TOMATER
1 L VANN
3 GRØNNSAKSBULJONGTERNINGER
100 G SPAGHETTI ELLER ANNEN PASTA
SALT OG PEPPER
100 G REVET OST

**SLIK GJØR DU**

- Skrell grønnsakene og kutt dem i små terninger.
- Kutt strimlet svinekjøtt i mindre biter og fres i olivenolje i ca. 3 minutter.
- Ha i grønnsaksterningene og hakket hvitløk og fres i nye 3 minutter.
- Tilsett krydder, hermetiske tomater, vann og grønnsaksbuljongterninger.
- Kok opp og tilsett knust spaghetti. La suppen småkoke i 10 minutter til spaghettien er mør. Smak til med salt og nykvernet pepper og server med revet ost.

**STRIMLET SVINEBIFF**
REMA 1000, 400 g, kr 122,50 pr. kg

**49,00**

## Unngå matsvinn

Minestronesuppe er en "rydd opp i kjøleskapet suppe" der du kan variere med mange sorter grønnsaker.

**Fra kjøkkenskapet:** Olivenolje, salt og pepper

*Prøv en av disse suppene!*

*Anbefalt av Bent Stiansen*

## HANDLELAPP

2 LØK
BAMA
KR 20,50 PR. PK, 4-PK
**KR 10,25****

3 FEDD HVITLØK (15 G)
BAMA
KR 14,70 PR. PK, 120 G
**KR 1,84****

2 GULRØTTER (200 G)
PRIMA
KR 14,90 PR. POSE, 1 KG
**KR 2,98****

1 STILK STANGSELLERI (40 G)
BAMA
KR 28,50 PR. PK, 400 G
**KR 2,85****

1 BOKS HAKKEDE TOMATER
REMA 1000
KR 5,00 PR. BOKS, 400 G
**KR 5,00**

1 TS TØRKET TIMIAN (1,4 G)
TORO
KR 11,20 PR. POSE, 6 G
**KR 2,61****

1 TS TØRKET ROSMARIN (1,2 G)
TORO
KR 39,80 PR. GL, 42 G
**KR 1,14****

1 TS TØRKET OREGANO (1,8 G)
TORO
KR 15,90 PR. PK, 10 G
**KR 2,86****

1 TS MALT KAJENNEPEPPER (3 G)
TORO
KR 31,80 PR. GLASS, 62 G
**KR 1,54****

3 TERNINGER KLAR GRØNNSAKSBULJONG
MAGGI
KR 16,30 PR. PK,
10 TERNINGER
**KR 4,89****

100 G REVET OST
PRIMA
KR 51,30 PR. PK, 500 G
**KR 10,26****

100 G SPAGHETTI
REMA 1000
KR 9,90 PR. PK, 1 KG
**KR 0,99****

Middag til familien
**UNDER 100 LAPPEN**

**99,00**

For 2 voksne og 2 barn

# Kjøttboller i tomatsaus

*La det ikke være noen tvil: Selv om du kan kjøpe gode, ferdige kjøttboller, blir de best når du lager dem selv – fra bunnen av.*

**INGREDIENSER**

**TOMATSAUS**
2 FEDD HVITLØK
2 LØK
½ DL GOD OLIVENOLJE
4 LAURBÆRBLAD
1 BOKS HAKKEDE TOMATER
1 SS SITRONSAFT
2 TS TØRKET BASILIKUM
SALT OG PEPPER
1 TS SUKKER

**KJØTTBOLLER**
400 G KJØTTDEIG
½ SS SALT
1 ½ SS HVETEMEL
1 EGG
1 DL VANN
1 RØD CHILI
2 FEDD HVITLØK
1 LØK
1 TS OREGANO, TØRKET
1 TS TIMIAN, TØRKET
1 TS ROSMARIN, TØRKET
½ TS NYKVERNET PEPPER
1 DL SOLSIKKEOLJE

**POTETER**
400 G POTETER MED SKALL
½ DL OLIVENOLJE
2 FEDD HVITLØK
SALT OG PEPPER

**SLIK GJØR DU**

TOMATSAUS
- Finhakk løk og hvitløk og fres i 3 minutter i olivenolje.
- Tilsett laurbærblad, hermetiske tomater og sitronsaft og kok i 5 minutter. Ha i tørket basilikum og smak til med salt, nykvernet pepper og litt sukker for å runde av sausen.

KJØTTBOLLER
- Bland kjøttdeig med salt og hvetemel, spe med sammenpisket egg og vann til en smidig farse.
- Ha i finhakket chili og hvitløk, hakket løk, tørkede urter og nykvernet pepper. Arbeid godt sammen.
- Form små boller med en dessertskje og legg dem på et brett.
- Når du har formet alle bollene ferdig, brunes de raskt i varm solsikkeolje i en stekepanne.
- Legg kjøttbollene i tomatsausen og la dem trekke ferdig der i 15 minutter.

KNUSTE POTETER MED OLIVENOLJE OG HVITLØK
- Vask og kok poteter med skall møre i lettsaltet vann i ca. 20 minutter.
- Knus potetene grovt sammen med olivenolje og hakket hvitløk.
- Dryss over litt salt og nykvernet pepper.

**Fra kjøkkenskapet:** Olivenolje, solsikkeolje, hvetemel, sukker, salt og pepper

**44,90**

**KJØTTDEIG**
Nordfjord, 400 g, kr 112,25 pr. kg

## Tips!

Du kan gjerne bruke grov svinekjøttdeig eller kylling-kjøttdeig til denne retten. Server gjerne med friske urter.

## Unngå matsvinn

Varm potetsalat kan tilsettes soltørkede tomater, fetaost og frisk grovhakket persille og serveres som en egen vegetarrett.

## HANDLELAPP

3 LØK
BAMA
KR 20,50 PR. 4-PK,
**KR 15,38****

6 FEDD HVITLØK (30 G)
KR 14,70 PR. PK, 120 G
**KR 3,68****

1 RØD CHILI (CA. 15 G)
KR 20,20 PR. PK, CA. 75 G
**KR 4,04****

400 G POTETER
PRIMA
KR 33,00 PR. POSE, 2 KG
**KR 6,60****

4 LAURBÆRBLAD
TORO
KR 4,30 PR. PK, 3 G
**KR 4,30**

1 TS TØRKET TIMIAN (1,4 G)
TORO
KR 11,20 PR. POSE, 6 G
**KR 2,61****

1 TS TØRKET ROSMARIN (1,2 G)
TORO
KR 39,80 PR. GL, 42 G
**KR 1,14****

1 TS TØRKET OREGANO (1,8 G)
TORO
KR 15,90 PR. PK, 10 G
**KR 2,86****

2 TS TØRKET BASILIKUM (2,8 G)
TORO
KR 41,60 PR. GL, 23 G
**KR 5,06****

1 SS SITRONSAFT (11 ML)
REMA 1000
KR 7,00 PR. STK, 200 ML
**KR 0,39****

1 BOKS HAKKEDE TOMATER
REMA 1000
KR 5,00 PR. BOKS, 400 G
**KR 5,00**

1 EGG
PRIMA
KR 25,60 PR. PK, 12-PK
**KR 2,13****

Middag til familien
**UNDER 100 LAPPEN**

**76,00**

For 2 voksne og 2 barn

*Napoli regnes som pizzaens opprinnelsessted. Og selv om Margherita er byens mest kjente pizza, er også pizza con crema di formaggio e patate populær.*

# Pizza med kremost og poteter

*Den hvite pizzasausen og potettoppingen har en mild og delikat smak, og har derfor godt av en peppersterk rødkålsalat som tilbehør.*

**INGREDIENSER**

**PIZZADEIG**
20 G GJÆR
3 DL LUNKENT VANN (37 GRADER)
1 TS SALT
2 SS OLIVENOLJE
500 G TIPO 0 MEL

**FYLL**
300 G KOKTE POTETER
300 G KREMOST
½ TS SALT
2 FEDD HVITLØK
1 TS TIMIAN, TØRKET
1 TS ROSMARIN, TØRKET
2 SS OLIVENOLJE

**RØDKÅLSALAT**
300 G RØDKÅL ELLER HODEKÅL
2 SS HVITVINSEDDIK
½ TS SALT
½ SS SUKKER
½ SS NYKVERNET PEPPER
2 SS OLIVENOLJE, EXTRA VIRGIN

**SLIK GJØR DU**

PIZZADEIG
- Rør gjæren ut i lunkent vann og tilsett salt, olje og mel.
- Arbeid deigen raskt sammen til en lett deig som du lar heve i 1 ½ time under et klede eller plastfilm.

FYLL
- Forvarm ovnen til 280 °C med ekstra undervarme/pizzafunksjon hvis du har.
- Kok poteter.
- Del pizzadeigen i 4, kjevle ut og legg dem på hvert sitt bakepapir.
- Bland kremost med salt, finhakket hvitløk og tørkede urter og fordel utover pizzabunnene i et tynt lag. Legg på skiver av kokte poteter og drypp noen dråper olivenolje over.
- Stek én og én pizza på bakepapiret i bunnen av stekeovnen i ca. 8-10 minutter.
- Server umiddelbart.

RØDKÅLSALAT
- Finsnitt kålen og ha den i en blandebolle. Tilsett alle de andre ingrediensene og bland godt sammen.

**PHILADELPHIA ORIGINAL**
REMA 1000, 300 g, kr 149,33 pr. kg

**Fra kjøkkenskapet:** Olivenolje, hvitvinseddik, sukker, salt og pepper

## Tips!

Pizzadeigen blir best ved at den lages kvelden i forveien og settes til heving i kjøleskapet.

## Unngå matsvinn

Ta vare på pizzarestene. Hvis du får lyst på noe godt på kvelden er et stykke kald pizza lykken. De varmes best opp igjen i en tørr panne med lokk.

**DIV. TOPPING**
REMA 1000, 80 g, kr 250,00 pr. kg

## HANDLELAPP

2 FEDD HVITLØK (10 G)
BAMA
KR 14,70 PR. PK, 120 G
**KR 1,23****

300 G POTETER
PRIMA
KR 33,00 PR. POSE,
**KR 4,95****

300 G RØDKÅL
BAMA
KR 17,90 PR.KG
**KR 5,37****

1 TS TØRKET TIMIAN (1,4 G)
TORO
KR 11,20 PR. POSE, 6 G
**KR 2,61****

1 TS TØRKET ROSMARIN (1,2 G)
TORO
KR 39,80 PR. GL, 42 G
**KR 1,14****

20 G FERSK GJÆR
KR 2,80 PR. PK, 50 G
**KR 2,80**

500 G TIPO 0 PIZZAMEL
MØLLERENS
KR 24,50 PR. KG
**KR 12,25****

Middag til familien
**UNDER 100 LAPPEN**

**92,00**
For 2 voksne og 2 barn

*I Italia kalles gnocchi med tomatsaus for strangolapreti, som betyr prestekvelere. Bakgrunnen for navnet er en vandrehistorie om en grådig prest som spiste gnocchi så fort at han ble kvalt.*





# Gnocchi med sprøstekt bacon

*Lubne potetputer som virkelig framhever smaken på tilbehøret.*
*Enklere å lage enn mange tror.*

**INGREDIENSER**

600 G MANDELPOTETER
150 G HVETEMEL
150 G POTETMEL
2 EGG
2 TS SALT

160 G BACONBITER
2 SS SOLSIKKEOLJE
1 LØK
1 SS PERSILLE, TØRKET
20 G PARMESAN

1 POSE BLANDET SALAT

**SLIK GJØR DU**

- Kok mandelpotetene med skallet på.
- Fjern skallet mens de er varme og press dem gjennom en sikt.
- Bland potetpureen med hvetemel, potetmel, sammenpisket egg og salt til en fast deig.
- Trill ut lange potetpølser og kutt opp i 2 cm biter. Du kan gjerne bruke litt hvetemel til å bake ut med hvis potetmassen er litt klissete.
- Kok opp 2 liter vann med 2 ss salt og kok gnocchien i 3 minutter.
- Hell av vannet og ha dem i et serveringsfat.
- Stek baconbiter gyllenbrune i solsikkeolje sammen med hakket løk.
- Tilsett persille og hell alt over gnocchien. Topp med revet parmesan og server med salat.

## Tips!

Kalde gnocchi blir kjempegode hvis du steker dem litt i smør med finrevet parmesan og litt nykvernet pepper. Server gjerne med frisk persille.

## Unngå matsvinn

Har du rester av kjøtt i kjøleskapet, kan det kuttes i små terninger og erstatte baconet i retten helt eller delvis.

**BACONBITER**
REMA 1000, 80 g,kr 20 pr. pk, kr 250,00 pr. kg

**Fra kjøkkenskapet:** Olje, hvetemel og salt

## HANDLELAPP

1 LØK
BAMA
KR 20,50 PR. 4-PK
**KR 5,13****

600 G MANDELPOTETER
BAMA
KR 62,00 PR. PK, 2,5 KG
**KR 14,88****

1 POSE BABY LEAF MIX
BAMA
KR 12,00 PR. POSE, 65 G
**KR 12,00**

1 SS TØRKET PERSILLE (0,4 G)
TORO
KR 39,80 PR. GL, 15 G
**KR 1,06****

20 G PARMIGIANO REGGIANO
REMA 1000
KR 48,00 PR. PK, 150 G
**KR 6,40****

2 EGG
PRIMA
KR 25,60 PR. PK, 12-PK
**KR 4,27****

150 G POTETMEL
KR 25,40 PR. PK, 500 G
**KR 7,62****

Middag til familien
**UNDER 100 LAPPEN**

**97,00**

For 2 voksne og 2 barn

*Spaghetti bolognese er verdens mest populære pastarett. Og ja, som all annen spaghetti skal den ifølge italienere kun spises med gaffel. Å spise spaghetti med skje og gaffel er noe amerikanere har funnet på.*





# Bents spaghetti bolognese

*Bolognesen er en av de virkelig klassiske pastasausene. Opprinnelig helt uten tomat, men nå lages den med pomodoro – selv i Bologna.*

**INGREDIENSER**

400 G KJØTTDEIG
2 SS SOLSIKKEOLJE
100 G SELLERIROT
1 GULROT
1 LØK
2 FEDD HVITLØK
1 TS ROSMARIN, TØRKET
1 TS TIMIAN, TØRKET
2 BOKSER HAKKEDE TOMATER
SALT OG PEPPER
1 DL CRÈME FRAÎCHE
20 G PARMESAN

300 G FERSK SPAGHETTI
1 SS SALT PR. LITER VANN
TIL KOKING AV PASTA
1 SS OLIVENOLJE

**SLIK GJØR DU**

- Brun kjøttdeig i en panne med litt solsikkeolje. Tilsett grovrevet sellerirot og gulrot, hakket løk og hvitløk og tørket rosmarin og timian. Stek videre i et par minutter.
- Tilsett hermetiske tomater og smak til med salt og nykvernet pepper. Tilsett crème fraîche tilslutt.
- Kok spaghetti i rikelig lettsaltet vann i 8-10 minutter.
- Hell av vannet og bland pastaen med litt olivenolje og 2 spiseskjeer av kokevannet
- Serveres med den kremede kjøttsausen og toppes med parmesan.

## Tips!

Det er lurt å ha noen potter med frisk timian, rosmarin og basilikum til enhver tid hjemme. Det er de urtene jeg bruker mest og ikke kan klare meg uten.

## Unngå matsvinn

Har du litt kjøttsaus igjen etter middagen er den veldig god på en ristet brødskive. Dekk med revet ost og gratiner smørbrø-det i ovnen. Server med en salat og du har en flott lunsjrett.

**44,90**

**KJØTTDEIG**
Nordfjord, 400 g, kr 112,25 pr. kg

**Fra kjøkkenskapet:** Olje, hvetemel, salt og pepper

## HANDLELAPP

1 LØK
KR 20,50 PR. 4-PK,
**KR 5,13****

2 FEDD HVITLØK (10 G)
KR 14,70 PR. PK, 120 G
**KR 1,23****

1 GULROT (100 G)
PRIMA
KR 14,90 PR. POSE, 1 KG
**KR 1,49****

100 G SELLERIROT
KR 53,60 PR. KG, 1 KG
**KR 5,36****

2 BOKSER HAKKEDE TOMATER
REMA 1000
KR 5,00 PR. BOKS, 400 G
**KR 10,00**

20 G PARMIGIANO REGGIANO
REMA 1000
KR 48,00 PR. PK, 150 G
**KR 6,40****

1 TS TØRKET TIMIAN (1,4 G)
TORO
KR 11,20 PR. POSE, 6 G
**KR 2,61****

1 TS TØRKET ROSMARIN (1,2 G)
TORO
KR 39,80 PR. GL, 42 G
**KR 1,14****

1 DL CREME FRAICHE
TINE
KR 17,40 PR. PK, 3 DL
**KR 5,80****

1 PK FERSK SPAGHETTI
REMA 1000
KR 12,00 PR. PK, 300 G
**KR 12,00**

Middag til familien
**UNDER 100 LAPPEN**

**95,00**

For 2 voksne og 2 barn

# Risotto med torsk og erter

*En grønn og frisk risotto med smak av epler, torsk og erter.*

## INGREDIENSER

8 DL VANN
2 GRØNNSAKSBULJONGTERNINGER
400 G TORSKEFILET
2 SS SMØR
1 SJALOTTLØK
4 DL GRØTRIS ELLER RISOTTORIS
1 DL EPLEJUICE
2 DL FROSNE GRØNNE ERTER
1 SYRLIG EPLE
2 SS SMØR
20 G REVET PARMESAN
SALT OG PEPPER

## SLIK GJØR DU

- Kok opp vann og buljongterninger. Kutt torsken i terninger.
- Smelt smøret i en kasserolle. Tilsett finhakket sjalottløk og risottoris og fres under omrøring i 2 minutter.
- Ha i eplejuice og kok opp. Rør inn ca. 1/3 av den kokende kraften og kok sakte til risen har absorbert det meste av væsken. Fortsett med å tilsette buljongen i 2-3 omganger mens det koker sakte. Rør om av og til.
- Risen er ferdig etter 15-18 minutter. Da skal den være al dente – riskornene skal ha en liten fast kjerne – og tyktflytende.
- Vend forsiktig inn torsk i terninger, tinte grønne erter, små epleterninger, smør og revet parmesan. La alt bli gjennomvarmt og smak til med salt og nykvernet pepper.
- God og riktig risotto skal være ganske løs i konsistensen. Den skal renne litt ut på tallerkenen.

**TORSKEFILET NATURELL**
REMA 1000, 400 g, kr 147,50 pr. kg

**Fra kjøkkenskapet:** Smør, salt og pepper

*Prøv også terninger av torsk og sei. Du finner den i frysedisken.*

**TERNET FISK**
REMA 1000, 300 g, kr 96,67 pr. kg

## Tips!

Ha gjerne litt fløte i risottoen og topp med hakket frisk persille eller gressløk ved servering.

## Unngå matsvinn

Rull rester av risotto til kuler på 2-3 cm, vend dem i hvetemel, sammenpisket egg og griljermel og friter dem. Server som en liten anti pasti med litt remulade.

## HANDLELAPP

1 SJALOTTLØK
BAMA
KR 14,00 PR. PK
10 STK PR. NETT
**KR 1,40****

1 EPLE (150 G) GALA MUST
BAMA
KR 30,00 PR. KG
**KR 4,50****

2 DL FROSNE ERTER (200 G)
REMA 1000
KR 10,00 PR. PK
350 G
**KR 10,00**

1 TERNINGER KLAR GRØNNSAKSBULJONG
MAGGI
KR 16,30 PR. PK,
10 TERNINGER
**KR 1,63****

1 DL EPLEMOST
REMA 1000
KR 35,70 PR. PK, 1,5 L
**KR 2,38****

20 G DL PARMIGIANO REGGIANO
REMA 1000
KR 48,00 PR. PK, 150 G
**KR 6,40****

4 DL GRØTRIS (360 G)
STABBURET
KR 20,80 PR. PK, 800 G
**KR 9,36****

**84,00**

For to voksne og to barn

# Bents pasta carbonara

*Carbonaraen ble først laget i Roma, da allierte tropper okkuperte byen under andre verdenskrig – italienernes pasta mikset med amerikanernes egg og bacon.*

## INGREDIENSER

160 G BACON
2 SS OLIVENOLJE
1 TS TIMIAN, TØRKET
1 LØK
3 FEDD HVITLØK
1½ DL FLØTE
1 SS SITRONSAFT
SALT OG PEPPER

200 G TØRR TAGLIATELLE
ELLER 400 G FERSK
2 EGGEPLOMMER
½ DL FLØTE
30 G PARMESAN

## SLIK GJØR DU

- Stek baconbitene i olje til de er gylne.
- Tilsett timian og finhakket løk og hvitløk og stek et par minutter til løken er myk og blank.
- Ha i fløte og kok opp. Smak til med sitronsaft, salt og masse nykvernet pepper.
- Kok pastaen i lettsaltet vann (1 ss salt pr. liter vann) i 3 minutter for fersk tagliatelle og 8-10 minutter for tørr.
- Hell av kokevannet og bland pastaen med ½ dl av kokevannet.
- Ha baconsausen over pastaen og bland godt.
- Visp sammen eggeplommer og fløte, hell det i pastagryten og rør godt om. Sausen vil stivne litt på grunn av eggeplommene.
- Server umiddelbart med revet parmesan.

**TAGLIATELLE**
REMA 1000
500 g, kr 18,90 pr. pk,
**200 g, kr 7,56****

**Fra kjøkkenskapet:** Olivelolje, salt og pepper

## Tips!

Italienernes beste tips til en god pastarett er å blande litt av kokevannet med den kokte pastaen før den blandes med sausen. Det gir en smidigere pastarett. Server gjerne med frisk timian.

## Unngå matsvinn

Du kan gjerne erstatte baconet i denne retten helt eller delvis med skinke- eller påleggsrester.

## HANDLELAPP

1 LØK
KR 20,50 PR. 4-PK,
**KR 5,13****

3 FEDD HVITLØK (15 G)
KR 14,70 PR. PK, 120 G
**KR 1,84****

1 TS TØRKET TIMIAN (1,4 G)
TORO
KR 11,20 PR. POSE, 6 G
**KR 2,61****

1 SS SITRONSAFT (11 ML)
REMA 1000
KR 7,00 PR. STK, 200 ML
**KR 0,39****

2 EGG
PRIMA
KR 25,60 PR. PK,
12-PK
**KR 4,27****

30 G PARMIGIANO REGGIANO
REMA 1000
KR 48,00 PR. PK, 150 G
**KR 9,60****

2 DL MATFLØTE
TINE
KR 18,90 PR. PK, 3 DL
**KR 12,60****

2 PK BACONBITER
REMA 1000
KR 20,00 PR. PK, 80 G
**KR 40,00**

Middag til familien
**UNDER 100 LAPPEN**

## Pizza pepperoni

**79,00**
For 2 voksne og 2 barn

**SLIK GJØR DU:**
- Fordel saus og ost utover pizzabunnen og topp med pepperoni og evt. tørket oregano.
- Ha minst mulig ost og saus i midten av pizzaen – slik unngår du at pizzaen blir våt og at tuppen på pizzastykkene henger ned når du skal spise dem.
- Pizzaen stekes på 250 °C (eller ovnens makstemperatur) til den er gyllenbrun.

**20,00**

**STOR & FERSK PIZZABUNN**
REMA 1000
550 g, kr 36,36 pr. kg

**10,00**

**ORIGINALE PIZZASAUS**
REMA 1000
200 g, kr 50,00 pr. kg

**20,00**

**PEPPERONI**
REMA 1000
80 g, kr 250,00 pr. kg

**29,90**

**REVET OSTEMIX**
REMA 1000
200 g pr. pk, kr 149,50 pr. kg

## Søtpotetsuppe med tynnskåret svin

**98,00**
For 2 voksne og 2 barn

**SLIK GJØR DU:**
- Kok opp suppen i en gryte. Legg til side litt strimlet svinekjøtt og ha resten i suppen.
- La suppen trekke mens du steker resten av svinekjøttet i en stekepanne med olivenolje.
- Fordel supper i skåler og topp med det stekte svinekjøttet.

**Tips!**

Server gjerne med crème fraîche.

**49,00**

**SPICY SØTPOTETSUPPE**
REMA 1000, 1 L, kr 49 pr. l

**49,00**

**TYNNE SKIVER AV SVINEKJØTT**
REMA 1000, 300 g, kr 163,33 pr. kg

## Torskefilet med tomatsaus og fusilli

**97,00**
For 2 voksne og 2 barn

**SLIK GJØR DU:**
- Kok 300 g fusilli som anvist på pakken
- Stek torsken i olje i 5-6 minutter til fisken er nesten gjennomstekt.
- Snu fiskestykkene forsiktig og stek dem videre i ca. ett minutt til. Ta ut fisken når den er ferdigstekt – når den så vidt begynner å flake seg.
- Ha grønnsaksblandingen i stekepanne med varm olje og stek på høy varme i 3-6 minutter. Tilsett pastasausen og la det trekke i et par minutter. Server sammen med torsken.

**59,00**

**TORSKEFILET**
REMA 1000
400 g, kr 147,50 pr. kg

**24,00**

**FERSK GRØNNSAKSMIKS**
BAMA, 300 g, kr 80 pr. kg

**10,00**

**PASTASAUS**
REMA 1000
220 ml, kr 45,45 pr. liter

**6,20**

**FUSILLI**
REMA 1000
500 g, kr 6,20 pr. pk
**300 g KR 3,72****

## Penne med svinekjøttdeig

**75,00**
For 2 voksne og 2 barn

**SLIK GJØR DU:**
- Kok 300 g penne som anvist på pakken.
- Stek svinekjøttdeig i olje til den er gyllenbrun.
- Ha i grønnsaksblandingen og stek på høy varme i 3-6 minutter.
- Tilsett pastasausen og la det trekke i et par minutter. Servér sammen med penne.

**29,00**

**KJØTTDEIG AV SVIN**
Nordfjord
400 g, kr 72,50 pr. kg

**24,00**

**FERSK GRØNNSAKSMIKS**
BAMA, 300 g, kr 80 pr. kg

**10,00**

**PASTASAUS**
REMA 1000
220 ml, kr 45,45 pr. liter

**19,90**

**PENNE**
REMA 1000
500 g, kr 19,90 pr. pk
**300 g KR 11,94****

SMAKEN AV ITALIA

# Dolce

*Et italiensk etegilde avsluttes med dolce – her er fire legendariske italienske desserter.*

*Tiramisu – Italias nasjonaldessert.*

## Tiramisu

**SUKKERBRØD:**
3 EGG
LIKE MYE SUKKER SOM DL MED EGG
LIKE MYE HVETEMEL SOM DL MED EGG
1 TS BAKEPULVER

**FERSKOSTKREM:**
4 EGGEPLOMMER
1 ½ DL SUKKER
2 ½ PLATER GELATIN
½ DL MARSALA, PORTVIN ELLER STERK KAFFE
500 G KREMOST
(PHILADELPHIA ELLER MASCARPONE)
2 SS SITRONSAFT
4 EGGEHVITER

5 DL LUNKEN KAFFE
(EVT. 4 DL KAFFE, 2 SS COGNAC OG 1 DL MARSALA/PORTVIN)
½ DL KAKAO

Forvarm stekeovnen til 170 °C.
Mål opp 3 egg i desilitermålet. Mål opp like mye sukker og hvetemel som eggene i dl. Pisk egg og sukker til eggedosis. Sikt inn hvetemelet i eggedosisen sammen med bakepulveret. Bland forsiktig sammen med en slikkepott og ha røren i en smurt og melstrødd springform med diameter på 24 cm. Stek sukkerbrødet ca. 30 minutter til det er gyllent og gjennomstekt. La sukkerbrødet stå et par minutter i formen før det hvelves over på rist. Avkjøl under et kjøkkenhåndkle mens du lager ferskostkremen.

**FERSKOSTKREM:**
Pisk eggeplommer med sukker til eggedosis.
Legg gelatin i kaldt vann i 5 minutter.
Press ut vannet og rør ut i varm marsala, portvin eller kaffe.

Bland det godt inn i eggedosisen. Visp inn romtemperert kremost til en klumpfri røre og smak til med sitronsaft. Vend til slutt inn stivpiskede eggehviter med en slikkepott.

Del sukkerbrødet i tre lag og legg bunnen tilbake i formen. Dynk med 1/3 av kaffen (evt. kaffe blandet med cognac og marsala eller portvin). Ha rikelig på – Tiramisu kan nesten ikke bli bløt eller saftig nok! Legg på et lag med ferskostkrem og sikt over et lag med kakao.
Gjenta to ganger til med sukkerbrød, kaffe, krem og kakao. Sett kaken kaldt, gjerne natten over, til den stivner litt.
Fjern springformen og dryss med kakao.

*Zabaglione – eggedosis med melon og ristede hasselnøtter.*

## Zabaglione

2 HELE EGG
4 EGGEPLOMMER
150 G SUKKER
1 DL HVITVIN ELLER EPLEJUICE
2 SS APPELSINSAFT
2 SS FINREVET APPELSINSKALL
50 G HASSELNØTTER

½ MELON
(HONNINGMELON, CANTALOUPE EL.L)

Ha egg og eggeplommer i en kjøkkenmaskin og pisk i 5 minutter til en luftig eggedosis. Kok opp sukker med hvitvin eller eplejuice og kok til det så vidt begynner å tykne. Hell den varme sirupen i en tynn stråle over eggedosisen under kraftig pisking og pisk i 5 minutter til.
Smak til med appelsinsaft og revet appelsinskall.

Legg hasselnøttene på et stekebrett og rist dem i ovnen ved 170 °C i 10 minutter. Hakk dem grovt opp.

Rens melon, kutt i terninger og legg i bunnen av noen fine glass.
Hell på eggedosis og topp med hakkede, ristede hasselnøtter.

*Semifreddo betyr "halvfryst" og er noe midt imellom mousse og iskrem.*

## Panna cotta med rørte skogsbær

2 ½ PLATE GELATIN
2 ½ DL FLØTE
100 G SUKKER
1 VANILJESTANG
2 ½ DL MELK

**RØRTE SKOGSBÆR:**
200 G SKOGSBÆRBLANDING
2 SS SUKKER

Legg gelatinplatene i bløt i kaldt vann i 5 minutter. Kok opp halvparten av fløten med sukker og en splittet og utskrapet vaniljestang. Kok i ett minutt. Press ut vannet av gelatinplatene. Ta kjelen av platen, tilsett utbløtet gelatin og rør til den er oppløst. Tilsett resten av fløten og melken.
Ta ut vaniljestangen og hell blandingen over i fire porsjonsformer som kan være en tynn kopp eller aller helst en aluform. Sett panna cottaen i kjøleskapet til den stivner, gjerne natten over.

Rør sammen skogsbærblanding og sukker til sukkeret har løst seg opp.

Dypp formene raskt i varmt vann så den så vidt løsner fra kanten og hvelv panna cottaen over på en tallerken.
Server med rørte skogsbær.

*Panna cotta betyr kokt fløte. Verdens enkleste dessert?*

## Semifreddo med bringebær

400 G BRINGEBÆR
2 DL SUKKER
1 DL VANN
5 EGGEPLOMMER
4 DL KREMFLØTE
125 G FRISKE BRINGEBÆR

Kjør bringebær, gjerne frosne, med sukker og vann i en food processor.
Sil bort steinene gjennom en sikt.
Pisk eggeplommer til eggedosis i ca. 5 minutter.
Mens eggeplommene piskes, kok bringebærsausen ned til det halve.
Hold av 1 dl av sausen til servering. Hell resten over eggedosisen under kraftig pisking. Fortsett å piske bringebæreggedosisen i nye 5 minutter.
Lettpisk kremfløten og vend den inn i eggedosisen.

Ha isblandingen i en brødform og frys den natten over.
Ta den ut av fryseren og la den tine litt før den skjæres i skiver.
Server med bringebærcoulis (bringebærsaus) og friske bringebær.

# MER SMAK – MINDRE SALT

Nordmenn spiser dobbelt så mye salt som anbefalt. Derfor har vi i løpet av kort tid fjernet salt fra alle varer merket REMA 1000. **30%**

Vi jobber stadig for å gjøre det lettere for norske forbrukere å ta sunne og gode valg. Når vi utvikler nye produkter begrenser vi innholdet av salt, sukker og mettet fett så mye som mulig uten at det skal gå ut over smaken. Siden 2014 har vi redusert saltinnholdet i egne matvarer med 30%. Gjennom Saltpartnerskapet, et initiativ fra Helsedirektoratet, har vi forpliktet oss til å fortsette dette arbeidet, samt å bidra til å øke bevisstheten om saltinntak og helse i befolkningen.

Det har betydelige helsemessige fordeler å kutte ned på saltet. Og det er ikke kun bordsaltet som bør begrenses. Vi spiser mye brød her i landet, og bakervarer er også en betydelig saltkilde. Siden 2014 har vi fjernet **44 tonn** salt fra våre brød fra Mesterbakeren!

Taco er en annen folkefavoritt, og både tortillalefser, kryddermikser og kjøttdeig inneholder mye salt. I 2015 fjernet vi tilsatt sukker og reduserte saltet med opptil **50%** i tortillalefser, krydderblandinger og tacosauser.

I tillegg har vi fjernet **2,5 tonn** salt fra kyllingkjøttdeigen fra Solvinge.

FAKTISK DAGSINNTAK:
**10 g salt**

ANBEFALT DAGSBEHOV:
**5 g salt**

## REDUSERT SALT-INNTAK PÅ 1-2-3

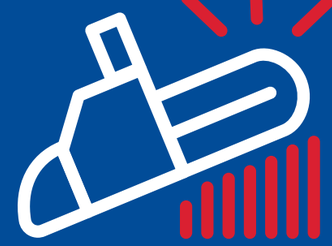
1. Sjekk deklarasjonen og velg varer med lavt saltinnhold.
2. Tilfør maten smak ved å bruke friske urter og syrlige ingredienser som eddik, sitron og lime.
3. Smak på maten før du salter!

REMA 1000




# Forsikring på REMA-vis

**Det enkle er ofte det beste!**
Derfor har vi ingen skjulte betingelser, spesialavtaler eller lokkepriser. Vi vil heller ha mange fornøyde kunder, enn å tjene mye på hver enkelt. Så bytt til oss og få lave priser – år etter år.



Sjekk hva du kan spare her

REMAforsikring.no

REMA
Forsikring

# UKEMENY

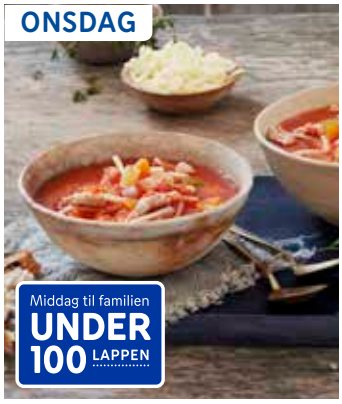
**MANDAG**

**Pizza med kremost og poteter**
(se oppskrift s. 26)

**TIRSDAG**

**Biff med paprikasaus**
(se rema.no)

**ONSDAG**




**Minestronesuppe med strimlet svinebiff**
(se oppskrift s. 22)

**TORSDAG**

**Torskefilet med tomatsaus og fusilli**
(se oppskrift s. 35)

**FREDAG**

**Classic Texas Fajitas**
(se rema.no)

**LØRDAG**

**Pollo alla Cacciatora**
(se oppskrift s. 10)

**SØNDAG**

**Lasagne med laks, reker, spinat og tomat**
(se oppskrift s. 12)

**UKENS DESSERT**

**Tiramisu**
(se oppskrift s. 36)

## Ny ukemeny hver uke på rema.no

REMA 1000