

Pressemelding

Oslo, 25.03.10

Inviter til smakfulle retter i påsken

Endelig påskeferie. Da kan vi nyte noen velfortjente fridager og kose oss med god mat sammen med familie og venner. – Enten du tilbringer påsken på hytta eller nyter dagene hjemme er det ekstra hyggelig med noe godt på menyen i påsken, forteller matfaglig konsulent i Opplysningskontoret for Meieriprodukter (Melk.no), Marianne Hayes Antonsen. Her gir hun deg tipsene du trenger til hele påskemenyen.

Påske og mat hører godt sammen. Lam er tradisjonelt en rett som serveres under denne høytiden, men det finnes også andre retter som egner seg til påskebordet.

-Her får du forslag til ulike matopplevelser som garantert vil imponere dine gjester. Rettene vi her har satt sammen kan man servere både til lunsj eller middag. Hva med å sette det sammen et treretters gourmetmåltid med for eksempel spinatsuppe som forrett, svinefilet eller kyllinglår til hovedrett og en enkel mandelkake til dessert, tipser Marianne Hayes Antonsen.

Svinefilet med en rund ostesaus er kjapt å lage og smaker fortreffelig. Det er alltid tidsbesparende å tilberede alt i en form og det blir mindre oppvask å tenke på etter middagen. Den saftige appelsinkaken holder seg i hele påsken og kan serveres både som turmat eller til kaffen i solveggen.

Inviterer man til deilig påskelunsj er en vakker pai ikke å fornekte. Noe godt for ganen og et vakkert syn for øyet er viktig. Påsken er eggets høytid så hvorfor ikke diske opp med en herlig pai med egg?

-For deg som er opptatt av den slanke linje kan kremfløten i mandelbunnen erstattes med lett dessertfløte. I de varme rettene kan kremfløte fint erstattes med matfløte og den originale crème fraîche kan erstattes med lett crème fraîche som også tåler koking, avslutter Marianne i Melk.no.

Her finner du oppskriftene:

[Svinefilet på en symfoni av grønnsaker](#)

[Middelhavspai](#)

[Spinatsuppe med scampi og røkelaks](#)

[Mandelbunn med jordbærkrem](#)

[Saftige kyllinglår i kremsaus](#)

[Sprøstekte kyllingbryst med tortillachips](#)

[Yoghurtbrød](#)

[Saftig appelsinkake med sjokolade](#)

Klikk på linken for høyt oppløselige bilder til trykk: [Bilder](#)

Klikk på linken for å se flere TV-kjøkken oppskrifter: [Melk.tv](#)

Ønsker du å legge inn en miniplayer av våre web-tv oppskrifter på din nettside, ta kontakt med:
marianne.a@melk.no

For mer informasjon, mattips eller bilder, vennligst ta kontakt med:

Marianne Hayes Antonsen, Matfaglig konsulent Opplysningskontoret for Meieriprodukter (Melk.no),

e-post: marianne.a@melk.no tlf: tlf: 23 30 20 17 / 90 04 5407

Kine Camilla Tøften, Kommunikasjonssjef Opplysningskontoret for Meieriprodukter (Melk.no),

e-post: kine@melk.no tlf: 23 30 20 15 / 41 61 93 46

Opplysningskontoret for Meieriprodukter (Melk.no) er et merkenøytralt opplysningskontor med fokus på melk og meieriprodukter. Vi ønsker å bidra til økt bevissthet og kunnskap om kosthold og ernæring, samtidig som vi skal være en inspirasjonskilde til matglede i hverdagen.

For mer informasjon, se www.melk.no