



Julie er aktuell med kogebogen: "Hey - hvad skal vi spise?" fra Politikens forlag.



Julie Hey, 35 år, er madskribent og madstylist og har firmaet MAD & MERE, hvor hun blandt andet underviser og arrangerer gastronomisk teambuilding. Se mere på madogmere.dk.

"BRUG TIDEN I KØKKENET OG GERNE SAMMEN MED ANDRE"

Julie Hey slår et slag for, at vi spiser godt – hver dag.

Hvad og hvor spiste du i aftes?

– Pølser og kartoffelsalat i Spisehuset på Dragsholm. Det er vores nærmeste spisested her på landet, og det er kokken Claus Henriksen, som står bag. Mums – enkelt og godt!

Hvorfor er hverdagsmaden så stort et problem for mange?

– Jeg tror egentlig ikke, at det er selve tilberedningen af maden, der er problemet. Det er nok nærmere det, at komme på idéen til, hvad vi skal spise. Jeg tror, at det gælder om at gøre det nemt og enkelt for sig selv.

Hvad kan man gøre ved det?

– Det handler om at bruge opskrifter med få og enkelte ingredienser, hvor alt kan købes i supermarkedet, så du undgår at rende rundt og bruge tid i diverse specialforretninger. Brug tiden i køkkenet og gerne sammen med andre – det er et budskab, jeg gerne vil igennem med.

Hvad har du altid i dit køleskab?

Jeg har altid god mayonnaise, rigtigt smør, friske æg og masser af grøntsager. Så kan

man altid åbne en dåse et-eller-andet, eller stege lidt kød og bakte en god salat sammen.

Hvilken kogebog bruger du oftest?

– På grund af mit arbejde, har jeg travlt i køkkenet med mange af mine egne opskrifter, som jeg tester og prøver af. Det er også dem, der har inspireret mig til at samle de bedste af opskrifterne i min nye kogebog "Hey - hvad skal vi spise?".

Hvad skulle dit sidste måltid bestå af?

– Jeg ville banke på himlens dør med en kæmpe skål frisk stenbiderrogn under armen, cremefraiche 38 %, hakket rødløg og en ordentlig røvfuld hjemmelavede blinis!

Hvad er din livret?

– Jeg får en ny livret hver dag, men den opskrift, der er blevet brugt flest gange i min familie, er Hey'ens tunmousse, som er stærkt vanedannede.

WEB - Få opskriften på Hey'ens tunmousse på ALTfordamerne.dk.



MADREDAKTØRENS
FAVORITTER
AF METTE MØLBAK.

INDENDØRSHYGGE Ta' hul på efteråret.



"HELT I KAGE"
af Camilla Plum,
People's Press,
270 kr.

Vanilje-twister. Vaniliestang og korn bliver kværnet, så det hele bliver udnyttet. Perfekt til dessert og yoghurt. Dr. Oetker. Coop fra uge 39, 45 kr.



MINISKÅLE
i bambus-
melamin
fra Rigtig
by Stelton.
149 kr.



STØBEJERNSGRYDE fra Le Creuset i
farven "nutmeg". 24 cm, 1.299 kr.
Lecreuset.dk



LØV IS BEAUTIFUL er en symfoni af
sunde tevarianter: hvid og grøn te samt
grøn rooibos. Chokolade-Compagniet.
Fra 89 kr.