

*Let og lækkert
med grønkål og hvidkål*

1

*Sønderjydsk
Kål*[®]



De bedste opskrifter fra vore kunder

Vi har tidligere opfordret vore kunder til at indsende deres bedste opskrifter med dybfrossen hvidkål og grønkål.

Blandt de præmierede forslag har vi valgt at udgive nogle af de mest spændende og utraditionelle opskrifter.

Vores opskriftshæfter indeholder derfor mange gode opskrifter med vore sunde dybfrost produkter.

Der indløber hele tiden opskrifter på nye retter, og vi glæder os over den store interesse, der er for at lave lækker og vitaminrig mad med dybfrossen hvidkål og grønkål.

Prøv de mange nye og anderledes opskrifter, og skriv til os, hvis du har nye forslag. Du er selvfølgelig altid velkommen til at kontakte os.



God fornøjelse!



Jørn Viereck Birgitte Viereck

Birgitte og Jørn Viereck

Lev sundt med frosne grøntsager!

Indhold

- 4** Tips om kål
- 4** Sprøde hvidkålsfrikadeller
- 5** Gammeldags hvidkål - en egnsret fra Sønderjylland
- 6** Hvidkålsbudding
- 6** Hvidkålskroetter
- 7** Sønderjydske grønlankål - en egnsret fra Sønderjylland
- 8** Hvidkål med bouillon
- 8** Hvidkåls-, fars- og tomatbudding
- 9** Grønskåls- og lakseroulade
- 10** Hvidkålsfad
- 10** Hvidkålsgratin
- 11** Grønkålskødboller
- 12** Hvidkål i new look
- 12** Grønkålspizza
- 13** Grønkålstærte
- 14** Zambiansk grønlankål
- 14** Grøn- og hvidkåls gryde
- 15** Grønkålstoast
- 16** Hvidkåls-ovnrret
- 16** Grønkåls-fiskefad
- 17** Grønkåls- og ostepie
- 18** Grønkålskovbund
- 19** 10 gode grunde... og Kvalitetsprodukter fra Sønderjydske Kål



Tips om Kål

Hvis der ikke er brug for 500 gram kål, som Sønderjydsk Kål's produkter forhandles i, kan man nemt knække pakken over bordkanten. Resten kan ligge i køleskabet til dagen efter, og der er mulighed for at tilberede endnu en af de lækre retter fra opskriftshæfterne.

3 måder at optø kålen på:

1. Tag kålen ud af posen, kom den i en skål og lad den tø langsomt op i køleskab.
2. Tag kålen ud af posen, kom den i en skål og tø den op i microovn
- husk altid at dække den til.
3. Læg posen med kål i et fad med koldt vand og lad den tø op.

Portionsfakta og energifordeling i procenter
- se www.soenderjydsk-kaal.dk

Sprøde hvidkålsfrikadeller

4 personer

500 g	kogt, hakket hvidkål fra Sønderjydsk Kål	3	æg
4	kogte, mosede kartofler	4 tsk	salt
3	revne gulerødder	2 tsk	peber
1	finthakket løg	1 tsk	karry
4	spsk revet selleri, evt.	7 spsk	mel
1	fed presset hvidløg	4 spsk	rasp

Kålen optøes og alle ingredienser æltes sammen. Formes som frikadeller og steges i oliemargarine på en varm pande 10-15 minutter.

Serveringsforslag

Frikadeller med kartofler i fad og grønne bønner.

Kartofler i fad:

Fadet fyldes med vand tilsat 1 bouillonterning. Skær kartoflerne i skiver og læg dem ned i vandet, så kartoffelskiverne er dækkede. Sættes i ovnen ca. 20 minutter ved 200°.

Lev sundt med frosne grøntsager!

Gammeldags hvidkål

- en egsnsret fra Sønderjylland



Der er kun én måde at tilberede gammeldags hvidkål på, men mængden af mælk eller evt. fløde og oliemargarine kan variere efter smag. I dag, hvor vi ved, at der skal spares på fedtet, anvender vi altid minimælk til hverdag. Når det skal være ekstra godt, kommer vi fløde i kålen.

3 personer

- 500 g kogt, hakket hvidkål fra SønderjydsK Kål
- 1½ dl minimælk
- 25 g oliemargarine
- Salt
- Hvid peber
- Evt. friskrevet muskatnød

Gammeldags hvidkål, som vi anbefaler den:

Varm oliemargarinen i en tykbundet gryde og kom hvidkålen i og tød den op ved svag varme (se også 3 måder at optø kålen på – side 4). Tilsæt minimælk og smag til med salt og hvid peber. Servér evt. med revet muskatnød. Tilberedningstid ca. 10 minutter.

Serveringsforslag

Gammeldags hvidkål er velegnet til alle kødretter, f.eks. svinekoteletter og grovbrød. Kan også serveres til frikadeller, oksesteg, karbonader m.m. Velegnet både som frokostret og hovedret.

Vegetarret:

Servér gammeldags hvidkål med ananasskiver, bønner og groft brød.



Hvidkålsbudding

4 personer

500 g	kogt, hakket hvidkål fra Sønderjyds Kål	2 spsk	kartoffelmel
		3 tsk	salt
350 g	hakket kalve- og flæskekød	½ tsk	peber
2	æggehvider		Rapsolie til pensling

Hvidkålen tões op. Tilsæt 2 tsk salt og evt. lidt kulør, så kålen bliver gyldenbrun. Kalve- og flæskekødet røres med æggehvider, kartoffelmel, rasp, salt og peber. Smør et ildfast fad med rapsolie. Heri kommes nederst et lag kål, et lag fars osv., øverst et lag kål, som smøres med rapsolie. Fadet sættes på nederste rille i ovnen ca. 60 minutter ved 225°.

Serveringsforslag

Hvidkålsbudding med kartofler, sennep og rødbederåkost.

Rødbederåkost: 2 revne rødbeder, 2 revne gulerødder, 1 appelsin i tern og 2 spsk honning.

Hvidkålskroetter

4 personer

500 g	kogt, hakket hvidkål fra Sønderjyds Kål	1	finthakket løg eller presset hvidløg
600 g	magert, hakket flæskekød	1 fed	salt
5 spsk	mel	1 tsk	Lidt peber Rasp til panering

Hvidkålen tões op og blandes med kødet, ingredienserne tilsættes, og farsen røres til den er fast, tilsæt evt. mere mel. Farsen formes til kroetter i passende størrelser og rulles i rasp, hvorefter de steges på panden.

Serveringsforslag

Hovedret: Hvidkålskroetter med flûtes, grøn salat og balsamico eddike.

Frokostret: Hvidkålskroetter med tomat og agurkeskiver samt flûtes og en tomatdressing

Ta' selv bordet: Hvidkålskroetter med ærter og majs samt en dressing med purløg/persille.

Madpakke: 1 hvidkålskroket, 1 skolerugbrød, stove af gulerod og agurk.

Lev sundt med frosne grøntsager!

Sønderjysk grønlankål

- en egnsret fra Sønderjylland



Grønlankål tilberedes på mange forskellige måder, alt afhængig af hvor i landet man stammer fra. Det er vigtigt, at hver familie tilbereder vores kål, som man er vant til, derfor tilbered kålen med den mængde af mælk, fløde, kartofler, hvidkål eller andre ingredienser, som din familie kan lide. Vi anvender minimælk til hverdag og fløde, når det skal være ekstra godt.

Eksempel på en indsendt opskrift: Grønlankål med hvidkål – 9 personer

1000 g kogt, hakket grønkål og 500 g kogt, hakket hvidkål fra Sønderjysk Kål, 75 g oliemargarine, 1½ dl mælk/fløde, salt og peber, evt. lidt sukker.

Varm oliemargarinen i en tykbundet gryde og tøgørnkålen og hvidkål langsomt op ved svag varme. Tilsæt mælk/fløde og smag til med salt og peber. Tilsæt evt. suppe fra kødet og sukker.

Sønderjysk grønlankål som vi anbefaler den - 3 personer:

500 g kogt, hakket grønkål fra Sønderjysk Kål
1½ dl minimælk

25 g oliemargarine
Salt og peber

Varm oliemargarinen i en tykbundet gryde og kom grønkålen i og tøgørnkålen op ved svag varme (se også 3 måder at optøgørnkålen på – side 4). Tilsæt minimælk og smag til med salt og peber. Tilsæt evt. også suppe fra hamburgerryggen. Tilberedningstid ca. 10 minutter.

Servertingsforslag til hoved- eller frokostret:

Grønlankål, hamburgerryg og flæsk samt hvide og sukkerbrunede kartofler.
Grønlankål, kogt røget nakkefilet eller medister samt nye kartofler eller fløtes.

Vegetarret:

Servér grønlankål i buttedejereder eller i tærter med majs, ærter og groft rugbrød.



Hvidkål med bouillon

6 personer

1500 g	kogt, hakket hvidkål fra Sønderjyds Kål	5 tsk	bouillonpulver eller 2 bouillontern
25 g	oliemargarine	2½ dl	minimælk Salt og peber

For at undgå påbrænding tões den frosne hvidkål langsomt op i oliemargarinen. Tilsæt bouillon og minimælk. Det er vigtigt, at konsistensen er lidt tør og løs, den skal ikke være flydende som almindelig stuvet hvidkål. Smag til med salt og peber.

Serveringsforslag

Hvidkål med bouillon, medister, sennep, rødbede og kartofler.

Hvidkåls-, fars- og tomatbudding

4 personer

500 g	kogt, hakket hvidkål fra Sønderjyds Kål	1 tsk	salt
400 g	hakket svinekød	½ tsk	peber
50 g	mel/majsstivelse	6	tomater
1	finthakket løg	2	hakkede hårdkogte æg
2 dl	minimælk	2 spsk	hakket persille
1	æggehvide	10 g	oliemargarine

Et ovnfast fad smøres med 10 g oliemargarine. Hvidkålen tões op og tomaterne skæres i skiver. Rør fars af mel/majsstivelse, løg, minimælk, æggehvide, salt og peber. Halvdelen af den optøede hvidkål lægges i det smurte fad, derover lægges halvdelen af tomatkiverne og ovenpå lægges halvdelen af farsen. Resten af hvidkålen fordeles, derefter resten af tomatkiverne og til sidst resten af farsen. Bages i ovnen ca. 1 time ved 210°. Pynt med rød og grøn peber, hakkede æg og drys med persille eller purløg.

Serveringsforslag

Hvidkåls-, fars- og tomatbudding med tomatsovs, kogte kartofler og gulerødder.

Tomatsovs: Tilbered sovs af 20 g oliemargarine, 25 g mel, 2 spsk tomatpuré, ca. 1½ dl minimælk samt salt og peber.

Lev sundt med frosne grøntsager!

Grønkåls- og lakseroulade



10 skiver

500 g	kogt, hakket grønkål fra Sønderjyds Kål
400 g	røget laks - skiveskåret
75 g	flødeost naturel, max 18%
75 g	1% kvar
	Salt og peber

Lakseskiverne lægges på et stykke husholdningsfilm i to rækker, der overlapper hinanden. Flødeost og kvar blandes og smøres i et tyndt lag ud over laksen. Grønkålen dampes under låg i en gryde med vand i bunden - ca. 10 minutter, tilsæt lidt salt. Efter afkøling fordeles grønkålen ud over laksen.

Krydr med salt og peber. Det hele rulles sammen til en roulade. Kom husholdningsfilmen rundt om rouladen, for at holde sammen på den. Pak rouladen yderligere ind og stil den i køleskabet til den skal serveres. Det er en fordel, at tilberede rouladen dagen inden den skal serveres.

Serveringsforslag

Grønkåls- og lakserouladen serveres skåret i skiver og pænt arrangeret med flûtes, revet peberrod og tomat som pynt. Grønkåls- og lakserouladen kan serveres enten som forret eller som frokostret med salat.

Til pynt kan desuden anvendes dild, skiver af æg samt salatblade.



Hvidkålsfad

5 personer

1000 g	kogt, hakket hvidkål fra Sønderjyds Kål	1	rødløg i tern
1	rød peberfrugt i tern	1 fed	presset hvidløg
40 g	hakkede jordnødder	500 g	magert, hakket oksekød
1 tsk	paprika	1 ds	hakkede tomater med basilikum og oregano
	Salt og peber	140 g	tomatpuré
1 spsk	rapsolie	100 g	gratineringsost

Tø kålen op og svits peberfrugt og jordnødder. Krydr med paprika, salt og peber og rør blandingen i hvidkålen. Svits dernæst rødløg, hvidløg og kød i rapsolie og rør rundt, så det smuldrer. Tilsæt tomater og puré og smag til med salt og peber. Lad det simre ca. 5 minutter. Læg halvdelen af hvidkålen i bunden af et smurt ovnfast fad. Fordel kødet ovenpå og dæk med resten af kålen. Drys ost på og sæt fadet i ovnen ved 200° ca. 30 minutter til osten er smeltet og overfladen gylden.

Serveringsforslag

Hvidkålsfad med kartofler og kvarkdressing smagt til med salt, peber, hvidløg og persille.

Hvidkålsgratin

2 personer

250 g	kogt, hakket hvidkål fra Sønderjyds Kål	3 dl	minimælk
		2	æg
25 g	oliemargarine	½ tsk	salt
50 g	mel		Rapsolie

Hvidkålen tões op. Rør mel og minimælk til en jævning i en gryde ved svag varme. Kom oliemargarinen i og under stadig omrøring koges sovsen godt igennem, til sovsen er blank og glat. Hæld den op i en skål, rør æggeblommerne i en af gangen. Tilsæt hvidkål og salt. Pisk æggeghviderne til skum og vend dem forsigtigt i. Smør et ovnfast fad med rapsolie og bag gratinen i ca. 1 time ved 200°.

Serveringsforslag

Hvidkålsgratin med f.eks. tun og kogte, grønne bønner. Evt. stegt havkat el. stegt bacon.

Vegetarret:

Hvidkålsgratin med en salat af tomater og agurker eller smeltet smør og kogte kartofler.

Lev sundt med frosne grøntsager!

Grønkålskødboller



4 personer

150 g	kogt, hakket grønkål fra Sønderjyds Kål
400 g	magert, hakket oksekød
4 spsk	mel
2 spsk	kartoffelmel
2	æggehvider
2 tsk	salt
½ tsk	peber

Bland en fars af optøet grønkål, oksekød, mel, kartoffelmel, æggehvider, salt og peber. Kog kødbollerne i letsaltet vand 5-6 stykker ad gangen. Når kødbollerne har ligget et par minutter ved overfladen, er de færdigkogte. Husk at se efter, om de er gennemkogte. Efterhånden som de er færdige, tages de op. Til sidst varmes alle kødbollerne i vandet inden servering.

Serveringsforslag

Grønkålskødboller, ketchup, kogt spaghetti eller kartoffelmos samt en grøn salat med yoghurt dressing lavet af tomatpuré, paprika, citronsaft, salt og peber.



Hvidkål i new look

4 personer

500 g	kogt, hakket hvidkål fra Sønderjyds Kål	Evt. lidt spidskommen Friskkværnet salt og peber
2	gulerødder i stave	Rapsolie
500 g	strimlet oksekød	

Kødet brunes i rapsolie. Dækkes med vand og tilsættes lidt salt og peber samt evt. spidskommen. Lad det stå og simre under låg til kødet er mørt, ca. 40 minutter. De sidste 5 minutter koger gulerødderne med. Kom hvidkålen i og varm det godt igennem. Smag til med salt og peber.

Serveringsforslag

Hvidkål i new look med sennep, rødbeder og en skive groft brød.

Grønkålpizza

4 personer

	Dej:		Fyld:
100 g	kogt, hakket grønkål fra Sønderjyds Kål	400 g	magert, hakket okse/svinekød
25 g	gær	100 g	champignon
1 dl	ymer	1 fed	presset hvidløg
1 spsk	rapsolie	1 spsk	rapsolie
70 g	rugmel		Salt
200 g	hvedemel		Peber
1 tsk	salt		

Dej: Opløs gæren i ymeren. Tilsæt rapsolie, grønkål, rugmel, hvedemel og salt. Lad dejen hæve, mens fyldet tilberedes. **Fyld:** Brun kødet og hakkede champignoner i rapsolien. Tilsæt det pressede hvidløg og smag til med salt og peber. Beklæd en bradepande på ca. 25 x 35 cm med bagepapir. Del dejen i to lige store dele og rul dem ud, så de passer med størrelsen af bradepanden. Læg den ene dejplade som bund, kom fyldet på og læg den anden dejplade ovenpå som låg og klem kanterne sammen. Pensel med vand. Bag pizzaen i ovn ved 200° ca. 25 minutter. Pizzaen kan også bages direkte på bagepapir med en diameter på ca. 30 cm.

Serveringsforslag

Grønkålpizza med salat iblandet tomat, ærter og majs.

Vegetarret: Se grønkålstærte side 13 og anvend fyldet derfra i denne pizza.

Lev sundt med frosne grøntsager!

Grønkålstærte



2 tærter

Dej:
110 g kold margarine
225 g mel
1 tsk salt
 $\frac{3}{4}$ dl vand

Fyld:
500 g kogt, hakket grønkål fra Sønderjyds Kål
200 g revne gulerødder
4 æg
3 dl yoghurt/fromage frais
2 tsk groft salt
Friskkværnet peber

Dej: Kold margarine smuldreres i mel og salt. Tilsæt vand og ælt dejen sammen og læg den køligt.

Fyld: Dræn yoghurten. Tø grønkålen op. Tilsæt drænet yoghurt/fromage frais og gulerødder. Smag til med salt og peber. Til sidst tilsættes de sammenpiskede æg.

Del dejen i to dele og rul hver ud til en rund plade. Beklæd to tærteforme og prik med en gaffel. Forbag dem 10 minutter ved 220°. Tag tærterne ud og fordel grønkålmassen. De bages færdige ved 220° ca. 15 minutter. Pas på at grønkålmassen ikke bliver mørk og tør.

Serveringsforslag

Grønkålstærte med kylling, kogte kartofler, rødbeder og grovbrød.

Førret:

Grønkålstærte, rå eller kogt skinke pyntet med tomat og revne gulerødder.

Vegetarret:

Grønkålstærte, råstegte kartofler med marinerede hvidløg.



Zambiansk grønlangkål

5 personer

500 g	kogt, hakket grøn kål fra Sønderjyds Kål	5	friske tomater
1	hakket stort løg	1 dl	saltede, groft hakkede jordnødder
1-2	finthakkede små stærke chili, evt. tørret chili		Rapsolie til stegning

Løget klares i rapsolie i en tykbundet jerngryde. Chili og grøn kålen tilsættes og varmes godt igennem. Tomaterne skæres i både og blandes i. Jordnødderne, som er med til at jævne retten, tilsættes i passende mængde. Hvis der anvendes usaltede jordnødder smages retten til med salt. Denne ret skal smages til efter behag, hvad både chili og jordnødder angår.

Serveringsforslag

Zambiansk grønlangkål med kartofler og ærter samt stegt kød f.eks. kylling, frikadeller eller koteletter.

Grøn- og hvidkålsgrøde

4 personer

500 g	kogt, hakket hvidkål og	4	gulerødder
250 g	kogt, hakket grøn kål fra Sønderjyds Kål	2 spsk	rapsolie
1 kg	kødfulde stegeben eller revelsben	1-2 dl	vand
		¼	terning grøntsagsbouillon
			Salt og peber

Stegebenene/revelsbenene brunes i rapsolie i en stor jerngryde ca. 45 minutter under låg. Vend dem ind i mellem. Gulerødderne rengøres, skæres over og snittes på langs. Tilsæt vand, bouillon og gulerødder og lad det simre ca. 30 minutter. Kom den optøede hvidkål og grøn kål i og varm det godt igennem.

Serveringsforslag

Grøn- og hvidkålsgrøde med kartofler, sennep, rødbeder og kogte, grønne bønner.

Vegetarret: Undlad stegebenene og kog gulerødderne i vandet tilsat bouillon, lad det koge 5 minutter. Følg derefter opskriften.

Lev sundt med frosne grøntsager!

Grønkålstoast



2 personer

200 g	kogt, hakket grøn kål fra Sønderjysk Kål
½ dl	minimælk
1 spsk	mel
2	skiver toast
2	skiver skinke
	Sennep
	Salt og peber

Grøn kål og minimælk koges godt igennem i en gryde. Tilsæt mel og kog det igennem i 5-6 minutter under omrøring. Smag til med salt og peber.

Serveringsforslag

Brødsiverne ristes og portionsanrettes. Smør et tyndt lag sennep evt. en sød sennep på brødet, ovenpå lægges en skive skinke og derpå fordeles grøn kålen. Pynt med skiver af æg og finthakket purløg eller rød peber.

Vegetarret:

Kom grøn kålen direkte på brødet og pynt med hårdkogte æg og fintklippet purløg og server med revet gulerod.



Hvidkåls-ovnret

4 personer

500 g	kogt, hakket hvidkål fra Sønderjyds Kål	3 tsk	salt
		1 tsk	peber
500 g	magert hakket oksekød	1 spsk	rapsolie
4 spsk	mel	50 g	bacon i skiver
4 spsk	rasp		

Bland en fars af den optøede hvidkål, oksekød, mel, rasp, salt og peber. Smør et ildfast fad med olie og fordel farsen. Ovenpå lægges bacon i skiver. Bages i ovn ca. 45 minutter ved 200°.

Serveringsforslag

Servér kogte kartofler, kogte grønne bønner og champignonsovs.

Champignonsovs: 300 g champignon, 1 spsk rapsolie, 1 bouillonterning, 4 dl vand, 3 spsk mel, 1 tsk citronsaft, salt og peber.

Champignonerne svitses i olien, hvorpå 3 dl vand og bouillonterning tilsættes. Lad det koge et par minutter. Rør en meljævning af 1 dl koldt vand og melet. Hæld den i den kogende sovs under omrøring. Lad det koge 10 – 15 minutter og smag til med salt, peber og citronsaft.

Grønkåls-fiskefad

4 personer

		1 ds	asparges
500 g	kogt, hakket grønkål fra Sønderjyds Kål	2 spsk	mel/majsstivelse
		1 dl	minimælk
500 g	fersk fisk uden ben (torsk, sej eller lignende)	1 tsk	sukker, evt Salt og peber
100 g	rejer		Rapsolie

Grønkålen fordeles i et ildfast fad, der er smurt med rapsolie. Salt, peber og evt. sukker drysses på. Fisken lægges ovenpå. Tilbered sovs af væden fra aspargesene. Varm væden og rør en meljævning af mel/majsstivelse og lidt koldt vand. Tilsæt minimælken og lad koge et par minutter. Sovsen skal være tyktflydende. Asparges og rejer lægges over fisken og sovsen hældes over. Bages i ovnen ca. ½ time ved 200°.

Serveringsforslag

Fiskefad med kartofler, salat og en olie/eddike dressing. Fiskefadet kan serveres som hovedret eller en ret til ta' selv bordet. Pynt med dild og citron.

Lev sundt med frosne grøntsager!

Grønkåls- og ostepie



8 personer

	Grønkåls- og ostepfyld:
500 g	kogt, hakket grønkål fra Sønderjyds Kål
2 dl	minimælk
3	æg
1 tsk	oregano
¼ tsk	revet muskat
100 g	revet mild ost (30+)
1 tsk	salt

	Piedej:
225 g	grahamsmel
110 g	smør
8 spsk	koldt vand

Piedej: Hak smørret og bland med mel og vand. Dejen lægges koldt ½ time. Fyldet blandes og når det er færdigt, rulles dejen ud og lægges i et ildfast fad ca. 25 x 35 cm beklædt med bagepapir. Prikkes med en gaffel og forbages 15 minutter ved 225°.

Fyld: Grønkålen tões op og de hele æg piskes med krydderierne og minimælk. Tilsæt grønkålen, den revne ost og salt. Fyldet fordeles i pie'en og bages nu 10-15 minutter ved 225°, derefter ved 200° ca. 30 minutter, i alt ca. 45 minutter.

Serveringsforslag

Grønkåls- og ostepie med sejfilet, råkost og grovbrød.
Al slags fisk vil passe fintertil.

Vegetarret:

Servér tærten med kogte ris pyntet med hakket persille.



Grønkålsskovbund



4 personer

- 150 g kogt, hakket grønkål fra Sønderjyds Kål
- 1 kg kartofler
- 3 dl minimælk
- 25 g oliemargarine

Kog kartoflerne møre i letsaltet vand, hæld væden fra og lad oliemargarinen smelte på kartoflerne. Tilsæt minimælken. Det hele piskes til en luftig kartoffelmos, tilsæt den optøede grønkål, varm mosen og rør rundt. Hæld grønkålsmosen i et fad.

Serveringsforslag

Grønkålsmosen serveres f.eks. med røget kogt skinke, sennep og råkostsalat. Prøv også med halve kogte/stegte pølser (sættes i mosen), frikadeller, medister, stegt flæsk eller bacon.

Vegetarret:

Grønkålsmos, kogte bønner, sorte oliven og grovbrød.

Lev sundt med frosne grøntsager!

10 gode grunde til at lægge produkter fra Sønderjysk Kål i fryseren

1. Sønderjysk Kål er lig med kvaliteten.
2. Sundt og nemt med dybfrosset kogt, hakket hvid- og grønkål.
3. Manuel sortering og kontrol af råvarer.
4. Råvarerne forarbejdes straks efter modtagelse.
5. Råvarerne behandles skånsomt ved dampkogning.
6. Nedfrosset straks efter forarbejdning.
7. Bakteriologisk kontrol af råvarer.
8. Egenkontrol løbende ved produktionslinien.
9. Ved forbrænding af emballagen frigives vand og kultveiltet.
10. Lufttæt emballage bevarer produktets kvalitet.

Kvalitetsprodukter fra Sønderjysk Kål

Det er værd at vide, at de dybfrosne produkter ikke indeholder andet end kål - der er intet tilsat.

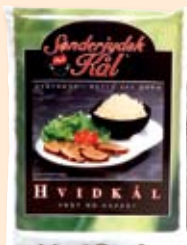
Detailhandlen kan til hver sæson bestille konventionelle eller økologiske blancherede spinat- og grønkålsprodukter - med minimum 1 års varsel.

Lønpakning: Udover egen fremstilling af kølevarer og dybfrosne produkter lønpakker Sønderjysk Kål også for andre firmaer.



Dybfrost

**Økologisk
kogt, hakket grønkål**
Detail - 500 g
Catering - 1000 g



Dybfrost

Kogt, hakket hvidkål
Detail - 500 g
Catering - 1000 g
5 kg (spand)
10 kg (karton)

Også økologisk
- kun 1000 g



Kølevarer

**Kogt, hakket hvidkål
(konserveret)**
Detail - 700 g
Catering - 5 kg
(spand)



Konserves

Surkål/Sauerkraut
Detail - Catering
810 ml





Sunde grøntsager siden 1974!

Sønderjydsk Kål er en dansk privatejet virksomhed, som i dag er overtaget af 2. generation, Birgitte og Jørn Viereck, der bl.a. har som målsætning udelukkende at benytte udsøgte råvarer i produktionen.

Sønderjydsk Kål er den eneste virksomhed af sin art i Danmark. Udover den almindelige produktion, benyttes virksomheden også som underleverandør af andre virksomheder - hovedsageligt indenfor pakning af større partier køl og frost.

Sønderjydsk
 *Kål*[®]

Hirsevej 19 · DK-6100 Haderslev · Tlf. 7452 7092 · Fax 7453 1834

www.soenderjydsk-kaal.dk · post@soenderjydsk-kaal.dk