

FISH'N'TWIST INSPIRATION TIL NYE VARIANTER AF EN SUCCES



POLAR SEAFOOD



DEN ORIGINALE

Da spanske jøder slog sig ned i England i 1500-tallet, tog de fiskeretten Pescado Frito med sig fra Andalusien – panerede, friterede fisk. I Belgien friterede man 100 år senere kartofler, når fiskene om vinteren slap op. Da amerikanske soldater fik smag for disse 'pommes frites' under 1. verdenskrig, var vejen for alvor banet for Fish'n'Chips som briternes nationalret – og som et hit over hele verden. Fordi Fish'n'Chips er velsmag til enhver lejlighed og fordi, det er en tradition, der nemt lader sig variere.

På de følgende sider kan du lade dig inspirere af idéer og billeder med variation og alternative råvarer, som du kan eksperimentere med og docere i de mængder, der passer til din smag.

FISH'N'CHIPS CLASSIC

Naturelle Polar Kullerloins er som traditionerne byder paneret i en dej rørt af mel, gær og øl – tyk eller tynd panering og efter smag tilsat æg. Friteres sprød og gylden. POLAR varenr. 1193

Servering i et kræmmerhus rullet af en gammel avis er en tradition, der er stærkt forbundet med Fish'n'Chips. Nu holdes traditionen i hævd i en fødevarerodkendt version. POLAR varenr. 9902

Serveres med øl-fritter – skrællede og skårne kartofler, der trækker i en lage af øl og salt i et par timer, før de får en tur i frituren.

Det er panerede stykker af kuller stænket med malteddike, der traditionelt forbindes med Fish'n'Chips. Også øl er en værdsat ingrediens – øl i dejen til panering og øl til marinering af de uundværlige fritter. Grønne ærter fuldender traditionerne.

Den let syrlige sauce tartare fuldender serveringen. Mayonnaise og yoghurt blandes efter smag og fantasi med fx finthakkede cornichoner, persille, dild, purløg, sennep og citron.

Traditionerne foreskriver et stænk af malteddike rørt af eddikepulver, som giver de friterede fiskestykker det sidste, delikate pift.

Grønne, let kogte ærter er det traditionelle tilbehør, der nogle steder serveres som pure.



FRIT VALG

TORSK. De fleste af vores torsk fanges i det nordøstlige Atlanterhav. Her vokser torsken langsomt på grund af det kolde vand, og det giver den en god, fastere konsistens.



ALASKA SEJ. Alaska Sej er en torskfisk, der lever på det rene, dybe vand i det nordlige Stillehav. Smagen er mild og den hører til de magre fiskearter.



KULLER. Kuller hører til torskfamilien med hvidt, magert og fast kød i mindre flager end torsken. Den fiskes i det nordøstlige Atlanterhav.



Det er kuller, der fra tidernes morgen har haft hovedrollen i Fish'n'Chips, men andre fiskearter med hvidt, fast kød er velsmagende alternativer til Fish med et Twist. Lad dig inspirere på de følgende sider og se mulighederne i det store Polar Seafood-sortiment, som du finder bagerst i hæftet. Det er dybfrost og høj kvalitet, trimmet og skåret i ensartede størrelser, så du får et minimum af spild.



ISING. Ising er en fladfisk, der lever på dybder ned til 100 meter i det nordøstlige Stillehav. En mager fisk, der er en kilde til jod og selen.



KULMULE. Vi fisker Atlanterhavskulmule i den sydøstlige del. Kulmulens magre, lidt løse hvide kød bliver fast ved tilberedning.

FISH´N´LOBSTER

Polar Alaska Sejfilet i tempuradej er perfekt til Fish'n'Chips-varianterne. Et helt stykke snehvidt, MSC-certificeret filet – forstegt og med sprødhed i hver en bid. POLAR varenr. 3535

Vi har vendt vores Polar Alaska Sejfilet i en tempuradej, der giver en lækker sprødhed. Serveres her med pommes frites, hummermayo og stykker af jomfruhummer vendt i urteolie og pyntet med dild og koriander på toppen.

Hummerhaler – krebshaler kan også bruges – vendes i en urteolie med dild og persille og steges ved høj varme i kort tid.

Pommes frites og drys af frisk dild og koriander gør sejfileterne selskab.

Mayonnaise tilsmages med en kraftig hummerfond eller hummerbisque. Kan eventuelt justeres med lidt hvidvin eller anden syre.

FISH´N´BURGER

En burger deluxe. Du tager et brioche pølsebrød, smører det med klassisk sauce tatar og dækker bunden med sprød hjertesalat. Stykker af friterede Polar Alaska Sejfilet i tempuradej pyntes med sauce tatar, ørredrogn, purløg og dild og drysses med sprøde kartoffelpinde.

Sprøde kartoffelpinde er et perfekt match til sejfiletens panering og det bløde briochebrød.

Polar Alaska Sejfilet er MSC-certificeret og har en mild smag, der understøttes af vores sprøde tempurapanering. Størrelsen passer til aflange brioche pølsebrød, der i dagens anledning er omdøbt til burgerbolle. POLAR varenr. 3535



Ørredrogn kan erstattes med andre typer rogn, som kan give retten en ny dimension.

En klassisk, let syrlig sauce tatar passer godt til retten – smurt på brødet og som topping. Pynt med ørredrogn, dild og purløg.

FISH´N´RED

Det er flotte stykker af Polar Indbagt Sejfilet, der her serveres med en rød variant af sauce tartare tilført syltede rødbeder. Dertil rødbedechips, pommes frites og en grøn salat med linsyltede rødløg.

Pommes frites har selskab af friture- eller ovnstegte rødbedechips, spirer, frisk dild og timian.



Polar Indbagt Sejfilet er flotte stykker af MSC-certificeret sejfilet, som vi har vendt i en klassisk engelsk dej og forstegt, så de er serveringsklare efter 3-4 minutter i friture. POLAR varenr. 3533

Den klassiske sauce tartare får en ny dimension i smag og farve, når mayonnaise og yoghurt blandes med finthakkede, syltede rødbeder, persille, dild, purløg, sennep og citron.

Frisée- og radicchiosalat blandes med tynde ringe af linsyltede rødløg.

FISH´N´NIPS

De friterede majroer og broccoli er vendt i en sprød, helt hvid tempuradej, der ved serveringen er i selskab med fintsnittede forårsløg, saltede og ristede peanuts og friske koriander.



Turnips, måske bedre kendt som majroer, skæres i både og friteres sammen med broccoli i en tynd tempuradej. Vendes med koriander og peanuts og serveres med sød chilisaucе til Polar Indbagt Sejfilet.

Det er en klassisk panering, der i et tyndt lag dækker den fine MSC-certificerede, indbagte og forstegte Polar Sejfilet. POLAR varenr. 3533



Den traditionelle, søde chilisaucе er suppleret af lidt frisk, revet ingefær, revet hvidløg og sesamfrø.



FRA DRØM TIL EVENTYR



Polar Seafood er historien om den grønlandske drøm, der uden særlig opmærksomhed udvikler sig til et eventyr. Det startede i 1984 med de rejer, der regnes for verdens bedste og fineste – rejerne fra det iskolde vand i Diskobugten. Fisket af små rejekuttere, som gennem årene har udviklet sig til en hel flåde af vores egne skibe, så vi også kan forsyne forbrugere og foodservice over hele verden med ishavets andre delikatesser. Omvendt supplerer vi vores danske sortiment til køkkenprofessionelle med specialiteter fra andre lande – udviklet specielt til foodservice og til serveringer med et twist.

SEAFOOD'N' CHIPS BITES

En spændende fiske- og skaldyrservering med Polar Alaska Sej Bites anrettet med indbagte blæksprutteringe og indbagte kæmperejer fra Polar-sortimentet og Polar Reje Twisters på toppen. Serveres med friturestegte tortillachips, avocadocreme, både af limefrugt og stænk af tabasco.



Alle de panerede produkter i serveringen kan tilberedes på ca. 4 minutter i friture.

Polar Reje Twisters er fine kræmmerhuse af filodej med et fyld af varmvandsrejer, hvidløg, forårsløg og koriander. De har en blød kerne med en mild, meget tilgængelig smag af østen i en sprød indpakning. POLAR varenr. 6297

Indbagte Polar Blæksprutteringe er et perfekt match til serveringen. POLAR varenr. 6005

Polar Alaska Sej Bites er delikate, hele stykker af sej paneret i tempuradej og forstegt. POLAR varenr. 3537

Prøv hjemmelavede, friturestegte tortilla chips som tilbehør.

Indbagte Polar Kæmperejer er varmtvandsrejer, der også efter opvarmning bevarer sit bid. POLAR varenr. 5300

Rør en guacamole som dip af avocado tilsmaet med limesaft, finthakkede jalapeños, cherrytomater og koriander.

FISH´N´JAPAN

Yuzu-tartarsauce rørt på Kewpie-mayonnaise serveres til Polar Alaska Sej Bites. Det er hele stykker af sej paneret i en sprød tempuradej, som serveres med tangsalat, en lille salat med rød spidskål og shisoblade og dekorativt anrettet med friteret lotusrod og friteret rispapir.

Lynsteg rispapir i friture – så får du både et dekorativt og velsmagende element til din anretning.

Friturestegte, tynde skiver af asiatisk lotusrod.

Tangsalat drysset med sesam supplerer fintsnittet, rød spidskål.

Shiso – også kaldet **bladmynte** – er en japansk krydderurt, der med sine mørkerøde eller grønne blade tilfører serveringen både farve og smag.



Polar Alaska Sej Bites er hele, mundrette stykker af sej i en dej af tempura. Forstegte og klar efter 4 minutter i friture. POLAR varenr. 3537

Kewpie er en cremet, japansk mayonnaisevariant, som her er tilført revet skal og saft af yuzu-citrusfrugten, dijonsennep, hårdkogte hakkede æg og cornichoner.

ALASKA MINI FISH'N'CHIPS

Polar Alaska Sej Bites er hele, delikate stykker af sej paneret i en tynd tempuradej, der her får følgeskab af friterede, tynde strimler af rodfrugter og kartofler, friterede salvieblade og en grøn urtemayo.

Sprøde og dekorative strimler af friteret gulerod, kartoffel og rødbede.



Dip af urtemayo laves af blendede, grønne urter som for eksempel finthakkede purløg, kørvel og persille tilsmagt med hvidløg og citron.

Alaska Sej Bites er en forstegt godbid af sej paneret i tempuradej. Hurtig at tilberede. POLAR varenr. 3537

Forstegte Kulmule Nuggets er et hurtigt tilberedt og velsmagende alternativ til denne servering. POLAR varenr. 3539

FISH´N´GOUJONS

Færdigpanerede Polar Ising Goujons serveret med friterede jordskokker drysset med parmesan og timian. Sauce er en bagt hvidløgs mayo og grove pommes frites toppet med rodfrugtchips, citrusmayo og et mix af blandede spirer og urter.



ALL'N'ONE

Polar Torske Goujons er skåret af MSC-certificeret torsk, som vi har indbagt og forstegt i en dej – klar til tilberedning med den perfekte sprødhed i friture eller ovn.
POLAR varenr. 2815

Persille og salt blendes med olie.

Urterne sies fra, hvorefter den rene, grønne olie blendes med æggeblommer, dijonsennep, citron og mixes med en stavblender til en grøn urtemayo.

Brug en sprøjtepose til at placere urtemayo på goujonerne. Pynt med kørvel, dild og strimlet citronskal.

En håndholdt servering med én af de gode Polar Torske Goujons med urtemayo på toppen og en enkelt, kæmpestor pommes frites som bund. Lad en spændende salat fuldende oplevelsen. For en lidt hurtigere anretning kan snoren erstattes af et lille træspyd.

Kæmpe-pommes frites udskæres af bagekartofler og frituresteiges.

Serveres med en lille salat af kolde, kogte bønner, pistacienødder, brøndkarse og en let olie-/eddikedressing.

SMAGEN AF GOD SAM VITTTIG HED

Rigtig mange Polar Seafood-produkter er MSC-mærkede. Det er produkter, der opfylder en række betingelser for bæredygtigt fiskeri – det vil sige fiskeri, der værner om bestanden af vilde fisk og skaldyr, respekterer deres levesteder og beskytter havmiljøet. MSC-mærkede produkter kan spores hele vejen fra hav til bord.



Fisk og skaldyr med dette mærke kommer fra et MSC-certificeret bæredygtigt fiskeri. www.msc.org

FISH'N'TEMPURA

Polar Kullerloins er fisken, der hører Fish'n'Chips-traditionerne til. Her er de lækre, kridhvide rygstykker naturel, paneret i en orlydej med øl for fritering. POLAR varenr. 1193



Et tilbehør af asparges, små gulerødder og squash er også vendt i tempuradej, tilberedt i friture og serveret med friske spirer og urter.

Her er Polar Kullerloins naturel paneret i orlydej, der er den franske udgave af øldej. Asparges, små gulerødder og squash er paneret i en tynd tempuradej med lidt majsstivelse, så den bliver ekstra sprød. Dyp i en chorizomayo eller ndujamayo og pynt med spirer og urter.



En dip af chorizo- eller ndujamayo giver retten et spicy twist. De sydeuropæiske pølsevarianter steges i rapsolie, der koges op så olien får en helt rød farve. Pølserne sies fra og olien blandes med en traditionel mayonnaise.



FISH´N´TWIST

Polar Torskeloins med persillepesto ovenbages og serveres med tynde pommes frites, der også er vendt i pesto, flager af frisk parmesan og skiver af bagt serranoskinke. Drysses med et frisk mix af hakkede krydderurter og revet citronskal med en Polar Reje Twister på toppen.

Polar Twister fuldender retten. Elegante kræmmerhuse af filodej gemmer på et delikat fyld af varmtvandsrejer, hvidløg, forårsløg og koriander. Klar efter få minutter i friture. POLAR varenr. 6297

Polar Torskeloins naturel er det bedste stykke fra vores fangst af MSC-certificerede torsk, der vokser langsom i koldt vand på store dybder. Det giver kødet en særlig fast konsistens, der er velegnet til tilberedning i ovn. POLAR varenr. 1066, 1092, 1094



Tynde pommes frites vendes i persillepesto, før de frituresteges.

Skær tynde skiver af serranoskinke og bag dem i ovnen til de er helt sprøde

Smør den naturlige fisk med persillepesto og bag den i ovnen ved lav varme.

Drys retten med hakket persille, basilikum, revet citronskal og flager af frisk parmesan.

FISH´N´BOWL

En ny variant af den asiatiske bowl, hvor stykker af Polar Torskeloins er paneret og vendt i sprøde kartoffelpinde, ovnbagt og serveret i en bowl med nudler, sprøde grøntsager og smagen af orienten.

Sprøde kartoffelpinde og chilimayo topper den stegte torskeloins.



Polar Torskeloins er naturlige stykker af torskeryggen uden skind – det bedste fra MSC-certificerede og nøglehulsmærkede torsk. De optøede loins vendes i en dejpanade og steges på pande, i ovn eller friture. POLAR varenr. 1066, 1092, 1094



Et overflødighedshorn af farver og velsmag: Risnudler, blancherede asparges, broccoli og edamamebønner. Let kogte gulerødder i forskellige farver. Strimler af rød spidskål og skiver af agurk, radiser og kinaradiser og et strejf af koriander... - kun fantasi og sæson sætter grænser.

Den tynde dej, som vi foreslår til panering af halestykker af torsk, er en klassisk Beerbatter – en øldej, som farves med blæksprutteblæk og friteres.

Den serveres med friturestegte kartoffelbåde vendt i friske urter og med klassisk sauce tartare og citronbåde.

FISH´N´BLACK

Polar Torskehaleportioner naturel i forklædning. Den MSC-certificerede og nøglehulsmærkede torsk er her vendt i en tynd dej tilsat en anelse blæksprutteblæk og friturestegt. Den sorte farve fremhæver den kridhvide torskefilet. POLAR varenr. 1105



Friturestegte kartoffelbåde drysses med purløg og dild.

Kapers tilfører den klassiske sauce tartare en syrlighed, der passer godt til den blækspruttepanerede torsk.

FISH´N´TACO

Vend de naturlige, MSC-certificerede og nøglehuls-mærkede Polar Torskeportioner i knuste cornflakes. Smagen og den knasende sprødhed passer godt til den hvide fiskeservering a la Mexico. POLAR varenr. 1103, 1104

Stykker af Polar Torskeportioner naturligt paneres i knuste cornflakes og friteres. Ledsages af en mangosalsa. Det hele serveres på en bund af majstortilla sammen med Pimientos de Padrón.



Anret på små majstortillas.

Torskeportionerne toppes med mangosalsa og med jalapeños, koriander, rødløg og friske, limesdyppede forårsløg.



Pimientos de Padrón er en lille, mild peberfrugt, der får en sød, brændt smag, når den steges eller grilles hårdt. Kernerne kan spises.

PANEREDE OG INDBAGTE SPECIALITETER

Vi har lavet forarbejdet, så du kan bruge tiden på noget andet. Og du går ikke på kompromis med din faglige stolthed, for vores store sortiment af convenience-produkter bygger på fisk, der indfryses umiddelbart efter fangsten. Friskhed og konsistens bevares. Herefter har vi vendt produkterne i dej eller en nænsom panering, hvorefter nogle forsteges, før de indfryses. Hvis du skal servere for mange, får du et lækkert, saftigt resultat, når du tilbereder i ovn. Friturestegning er velegnet til fast food og to go-menuer.



Sej Filet
Indbagte
Forstegte
55 g – 4 kg
Varenr. 3533



Blæksprutteringe
Indbagte
4 x 2 kg
Varenr. 6005



Torske Goujons
I tempura
Forstegte
Ca. 25 g – 2,5 kg
Varenr. 2815



Kæmperejer
30/50 – Indbagte
10 x 1 kg
Varenr. 5300



Alaska Sej Filet
I tempura
Forstegte
100-130 g – 2,5 kg
Varenr. 3535



Rejer
90/120 – Indbagte
10 x 1 kg
Varenr. 5310



Kulmule Nuggets
Forstegte
25-45 g – 2,5 kg
Varenr. 3539



Kæmperejer med hvidløg
30/50 – Indbagte
10 x 1 kg
Varenr. 5315



Ising Goujons
Forstegte
15-35 g – 2,5 kg
Varenr. 2811



Reje Twister
Ca. 25 g
6 x 800 g
Varenr. 6297



Alaska Sej Bites
Indbagte
Forstegte
10-20 g – 5 x 1 kg
Varenr. 3537



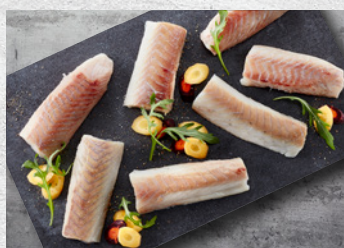
Kræmmerhuse
Til Fish'N'Chips
500 stk.
Varenr. 9902

FISK NATUREL

Til dig, der selv vil sætte smag på dine paneringer. Straks efter fangsten indfryses fiskene, så vi sikrer, at de bevarer deres friskhed, vitaminer, konsistens og kødets struktur efter optøning. Fiskene opskæres i ensartede størrelser uden skind og ben – der er minimalt spild. De fleste af vores torsk fanges i Atlanterhavet, hvor fiskene vokser langsomt i det kolde vand, hvilket giver fiskene en fastere konsistens.



Torskeloins
100-120 g – 5 kg
Varenr. 1066
120-140 g – 5 kg
Varenr. 1092
140-160 g – 5 kg
Varenr. 1094



Sejloins
100-120 g – 5 kg
Varenr. 2018
120-140 g – 5 kg
Varenr. 2019



Torskeportioner
60-80 g – 5 kg
Varenr. 1103
70-90 g – 5 kg
Varenr. 1104



Kullerloins
80-100 g – 5 kg
Varenr. 1193



**Torskehale-
portioner**
140-160 g – 5 kg
Varenr. 1105



Alaska Ising Filet
60-80 g – 5 kg
Varenr. 6435



- Se hele vore store sortiment til foodservice
 - Find inspiration i hundredvis af opskrifter
- www.polarfoodservice.dk

Foto
Torben Hjulmand, Moment Studio
Foodstyling
Clara Gillow Thorsen, Moment Studio
Morten Thyrsted Pedersen
Tekst og layout
**Jørn Moesgård Grafisk Design
& Kommunikation**
Tryk
Format

Din kontakt hos Polar Seafood
Jylland, Fyn
Lars Dam
28 35 86 05
Jylland, Fyn
Morten Thyrsted Pedersen
26 29 60 08
Sjælland og øerne
Rene Mikkelsen
30 51 66 85

Polar Seafood Foodservice A/S
H.E. Bluhmes Vej 30
6700 Esbjerg
Tlf. 8723 5070
info@polarfoodservice.dk



POLAR SEAFOOD