

# Kvalitets produkter med højt til himlen...



# Optimale betingelser for høj kvalitet



VADEHAV, MARSK OG MAD BYGGER PÅ EN TRADITION, DER STRÆKKER SIG 1000 ÅR TILBAGE I TIDEN. DEN BARSKE NATUR OG DE GAMLE TRADITIONER GIVER PRODUKTERNE EN UDSØGT KVALITET OG EN KARAKTERISTISK SMAG.

Vores værdier

Opdrætterne i Vadehav, Marsk og Mad benytter arealer, der er omfattet af et regulativ kaldet Natur 2000.

Samtidig stiller vi høje krav til dyreetik, og disse forskrifter har samtlige producenter forpligtet sig til at overholde.

Vore produkter når hurtigt ud til køberen, hvilket sikrer den absolut højeste kvalitet.

Allerede for 1000 år siden var jernalderbefolkningen vidende om de fordele, som var forbundet ved at lade dyrene græsse i marsken.

De sejllivede græsarter, som trives i marsken, er rige på næring og samtidig modstandsdygtige over for elementernes hærgen. Faktisk er det den barske, salte påvirkning fra Vadehavet, som gør området helt unikt til græsningsformål. Når arealerne oversvømmes ved højvande, aflejres salt og næringsholdige mineraler i jorden. Når dyrene græsser i marsken, optager de alle de gode egenskaber, som strandengsgræsset besidder,

dette er med til at give kødet en karakterfuld, krydret smag.

De erfaringer, som jernalderbefolkningen og de efterfølgende generationer har opbygget, videreføres med omhu og respekt, i samarbejdet omkring Vadehav, Marsk og Mad. Dyrevelfærd, respekt for naturen og fokus på kvalitet er nøgleværdier, som den dag i dag holdes i hævd.

Når ny viden om opdræt parres med de bedste traditioner, kan resultatet ikke blive andet end godt. Det kan ganske enkelt smages!



## GOD SMAG TIL FLERE MENNESKER

Vadehav, Marsk og Mad er et nyt samarbejde mellem selvstændige landmænd, der ønsker at udbrede kendskabet til kvalitetsprodukter fra marsken til flere danske købere.

I dag er kød fra marsken værdsat af mange danskere. Men ved at gå sammen under et fælles logo stræber deltagerne efter at gøre det lettere for slagtere, forretninger, restauranter og andre at genkende produkterne fra marsken.

Vadehav, Marsk og Mad bygger på lange traditioner for opdræt af okser i marsken, hvor natur og landbrug går hånd i hånd. Dermed sikres en høj og ensartet kvalitet,

## Marskmad i tusind år

Marsken, der strækker sig langs hele den sydvestjyske kyst, har ikke kun gavnet befolkningen i området. Allerede omkring år 1100 begyndte bønderne at drive okser til Tyskland og Holland, hvor efterspørgslen efter kød var stærkt stigende. Senere blev okser og stude sendt til markederne, i blandt andet Holland, med skib.

Oksernes historie er ikke kun lang og imponerende. Den er ganske enkelt en stor del af marskens historie.



VORE PRODUKTER KOMMER FRA DEN VESTJYDSKE MARSK. HER FINDES DE OPTIMALE BETINGELSER FOR DYRENES TRIVSEL - OG DET KAN SMAGES.



## Hvorfor produkter fra marsken?

### Det salte græs

„Man bliver hvad man spiser!“  
Dette ordsprog er i høj grad gældende for de får og okser, som bliver opdrættet på kanten af Vadehavet.

Især annelgræs, som kun trives i strandenge, er medvirkende til den gode smag. Denne græsplante tåler salt og optager derfor de vigtige og næringsholdige mineraler, der i sidste ende er med til at give produkterne fra Vadehav, Marsk og Mad en god og karakteristisk aroma og smag.

Lad naturen selv afgøre, hvilken type landbrug, der egner sig bedst.

Sådan lyder en af de fundamentale regler for de opdrættere, der under et kalder sig Vadehav, Marsk og Mad. For mange årtier siden erkendte landmænd i området, at marsken har nogle ganske unikke egenskaber. Selv om jordbundsforholdene ikke er optimale til dyrkning af traditionelle, danske landbrugsafgrøder, så er de flade og vidtstrakte arealer nærmest idéelle til græsning. Dyrene får masser af vigtige og næringsrige mineraler, der påvirker kødets smag. Samtidig er ekstensiv græsning med til at hjælpe naturen med at brødføde dens oprindelige beboere.

For eksempel er det svært for storken at finde føde i det høje græs. Derfor nyder områdetets rige fugleliv godt af, at får og okser holder marskens vegetation nede.

Dermed bliver marskområderne brugt til det, de egner sig bedst til - afgræsning. Den naturlige ligevægt i naturen bevares, og marskens unikke egenskaber overføres til de kødprodukter, som produceres her.

For at levere slagtedyr til Vadehav, Marsk og Mad skal producenterne lade dyrene græsse i mindst fire en halv måned om året. Der gives supplerende foder, men mindst 50 procent af foderet stammer fra området vest for

hovedvej A 11, som går langs Vadehavet. Dermed sikres den gode smagsoplevelse, som er karakteristisk for området.

Før en landmand bliver optaget som leverandør til Vadehav, Marsk og Mad, bliver dyrenes forhold og produktionen i øvrigt undersøgt grundigt. Desuden er der løbende kontrol af forholdene hos de landmænd, som er med i samarbejdet.

Der er også taget højde for, at dyrene har de bedste betingelser, når de er i stalden i vinterhalvåret. Samtlige dyr skal have mulighed for at bevæge sig frit, de skal have optimale forhold til hvile og skal have adgang til tørre hvilesteder uden træk.

Disse regler og den grundige kontrol er med til at sikre, at produkterne fra marsken har en

entydig og overlegen kvalitet. Samtidig gives der garanti for, at samtlige producenter behandler naturen skånsomt



Vadehavets og marskens natur, de salte omgivelser og det næringsrige græs er med til at gøre smagsoplevelsen til en stor nydelse.

## Dyrevelfærd

I Vadehav, Marsk og Mad tror vi fuldt og fast på, at god dyrevelfærd er med til at påvirke kvaliteten i en gunstig retning. Gode landmandstraditioner og omtanke betaler sig nemlig i sidste ende - også for forbrugeren.

Derfor gør vi meget ud af at sikre dyrenes vilkår - ikke kun når de græsser i marsken, men også når de er i stalden om vinteren. Ly, tørre bløde hvilearealer og trækfrie stalde er medvirkende til sunde og raske dyr, og er samtidig afgørende for kvaliteten.



# Kvalitetsmad af kvalitetsprodukter

LAV LÆKRE VELSMAGENDE RETTER MED UDGANGSPUNKT I VADEHAV, MARSK OG  
MAD'S PRODUKTER. HENT MERE INSPIRATION PÅ VORES WEBSITE [WWW.VMOM.DK](http://WWW.VMOM.DK)





Bruschetta med Koldrøget Marsk lammekølle, Svenbo ost & hestebønner (4 pers.).

12 skiver baguette, let ristes på tør og varm pande.

Ca. 100 g. Koldrøget Marsk lammekølle i små tern  $1/2 \times 1/2$  cm.

Ca. 100 g. Svenbo ost i  $1/2 \times 1/2$  cm. tern.

12 stængler hestebønner, bønnerne udtages, blancheres og pilles.

1 fed hvidløg, meget fint hakket.

ca. 1 dl. ekstra god olivenolie.

Salt & peber.

Det hele blandes sammen, smages godt til med salt & peber og lægges på brødet.

Nydes på en god sommerdag med kølig hvidvin til



Letsaltet oksebryst med stikkelsbær kompot og sprød sommersalat (4 pers.).

Ca. 300 g. letsaltet oksebryst.

$1/2$  l. mørkt øl.

$1/2$  l. vand.

250 g. rensede rodfrugter.

100 g. stikkelsbær kompot.

Blandet sommersalat.

Balsamico.

Olivenolie.

Oksebrystet koges i øl & vand og groftskårne rodfrugter, gerne med hel peber, et par laurbærblade og lidt timian.

Når det er mørt hældes vandet fra og brystet sættes under pres i 6 timer i køleskabet. Så er brystet klart til at skæres i passende stykker.

Riv eller pluk salaten, bland den med balsamico og olivenolie.

Anret salaten og læg brystet på eller ved siden af salaten, spis stikkelsbær kompot til.

Hvis du har tid så kan du jo selv lave kompotten.

Stikkelsbær kompot

1 kg. skyllede stikkelsbær.

Ca. 300 g. sukker.

Ca. 1 dl. hvidvinseddike.

Salt

Peber

Stikkelsbærrene koges i en gryde med lidt vand i bunden.

Tilsæt sukker og eddike og lad det hele simre.

Når kompotten har den rette konsistens, smag da til med salt og peber.



Oso Buco af Marsk lammekølle med syltede blommer i mild chili og spidskommen med bagt rygeost og brombær sauce (4 pers.).

4 stk. lammekølle, skåret på tværs af køllen.  
4 dl. vand.  
Ca. 300 g. rensede, groft skårne rodfrugter.  
4 tomater groft hakkede.  
4 dl. grundfond. Kalv.  
4 blommer, gerne Kirkes blommer.  
2 dl. eddike.  
1 dl. vand.  
1 dl. sukker.  
1 rød chili  
Hel spidskommen.  
80 g. rygeost.  
Brombær.

Få din slagter til at skære marsk lammekøllen. Brun dem godt i olie på begge sider. De lægges i en bradepande sammen med de groft skårne rodfrugter, tomaterne vand og grundfonden.

Simre i ovn under låg v/ 165°C indtil de er møre.

Eddiken, vand & sukker bringes i kog sammen med chili og spidskommen. Når lagen koger hældes den kogende over de halverede og udstenede blommer (kan laves dage i forvejen).

Rygeosten rulles til 4 kugler, vendes i æggehvite & brødkrummer, bages i varm olie til kuglerne er gyldenbrune.

Væden fra Marsk lammekøllerne sigtes fra, op i en gryde, skal stå og simre indtil saucen opnår passende konsistens. Saucen kan evt. jævnes.

Er der noget saft fra brombærerne kan det tilsættes saucen sammen med de halverede brombær.

Opskrift på rigtig grundfond:

5 kg. kalve kraft ben.  
1/2 dl. tomatpure.  
10 l. koldt vand.  
500 g. halverede løg med skral.  
500 g. rensede og groftskårne rodfrugter.  
4 fed hvidløg.  
1/4 bdt. frisk timian.  
7 g. hel peber.  
10 g. groft salt.  
1/2 dl. rødvinseddike.

Kalve kraft benene afbrunes i ovnen sammen med tomat pureen v/225°C indtil de er mørke brune.

Kommes i en stor gryde og tilsættes vandet. De halverede løg brændes på en tør pande med skæresiden nedad, må gerne blive sorte, det giver farve og smag til fonden.

Imens fonden begynder at koge skummes den ofte af. Når den koger så tilsæt eddike og salt, vær opmærksom på at der kan forekomme en kraftig opskumning. Dette skummes af og de brændte løg, de groft skårene rodfrugter, timian, peber og hvidløg tilsættes.

Fonden skal nu simre i min 8 timer. Sigtes derefter og koger videre indtil der ca. er 1,5 l. tilbage.

Du burde nu have en rigtig grundfond som er uundværlig i et hvert køkken.



Oksemørbrad stegt med Danablu og kvællersalt, asparges, marv og kraftig timian sauce (4 pers.).

4 stk. oksemørbrad a. 200 g. stk.  
 100 g. Danablu.  
 20 g. kvællersalt.  
 20 stk. grønne asparges.  
 200 g. skyllet spinat.  
 50 g. marv.  
 100 g. skyllede champignons.  
 100 g. groft hakkede skalotteløg.  
 Ca. 1 strøgen spsk. mel.  
 1/2 l. rødvin. (drik resten selv)  
 1/2 dl. balsamico.  
 1 1/2 l. grundfond.

I oksemørbraden laves der små huller hvor osten som er blandet med kvællersaltet kommer ind.  
 Derefter afbrunes mørbraden og steges i ovnen v/200°C i ca. 14 min. Trækker ca. 10 min. næsten indpakket, et lunt sted før udskæring.

Marven smeltes på panden og spinaten

sauteres og lægges på tallerknen sammen med de dampede asparges og timian sauce.

Timian sauce:

I en gryde med hed olie kommer champignons og skalotteløg.  
 Bruner godt og afbages med melet.

Derefter tilsættes balsamico og derefter rødvinen, skru ned for blusset.  
 Lad det simre til det begynder at tykne.  
 Tilsæt derefter grundfond og timian, reduceres til passende konsistens, sauce sigtes og er klar til brug.





EN TUSINDÅRIG LANDBRUGSTRADITION VIDEREFØRES I MARSKEN, HVOR NATUREN ER DEN STØRSTE GARANT FOR DEN GODE SMAG.

## Historiens vingesus i marsken

Marsken ved Vadehavet har været beboet siden jernalderen for omkring 1000 år siden. Og i store dele af denne periode, har okseopdræt spillet en afgørende rolle for befolkningen.

Jernalderbefolkningen lavede kanaler for at lede vandet væk efter højvande, hvilket gjorde det muligt for okserne at græsse på den næringsholdige jord.

Historikere mener, at befolkningen i marskområderne begyndte at eksportere levende okser omkring år 1100. Storhedstiden var i 1500 og 1600 tallet, hvor efterspørgslen efter oksekød steg kraftigt. Især i Holland, hvor de søfarende havde brug for store mængder proviant på deres lange rejser til fjerne kolonier. I mange tilfælde blev okserne drevet ad landevejene gennem Jylland til Tyskland, hvilket var en besværlig affære. Krig og uro førte

nemlig til tab af mange dyr, og deraf kom idéen til at udskibe stude og okse fra havne i Vadehavet til de vigtige markeder mod syd.

Der blev også eksporteret okser fra andre steder af Jylland, men det var dyrene fra marsken, som var de mest eftertragtede. De vejede mere, hvilket gjorde, at dyrene var i god stand efter den 10 dage lange rejse til Holland.

Men især var det kødets salte aroma, som faldt i god smag hos de hollandske købere.

I dag er det et anerkendt faktum, at okseopdræt har spillet en afgørende rolle i marskens historie. Og sporene fra storhedstiden kan ses endnu. Et eksempel kommer fra det nordtyske Vadehav, hvor salt blev udvundet af tørven i marsken. En betragtelig del af dette salt blev solgt i Ribe, hvor befolkningen





**PRODUKTER FRA VADEHAV, MARSK OG MAD ER DIN GARANTI  
FOR KVALITETSPRODUKTER, DER SIKRER DIG DET OPTIMALE  
UDGANGSPUNKT I DIN MADLAVNING. GLÆD DIG!**

brugte det til konservering af oksekød. Det er også grunden til, at en af gaderne i Ribe hedder Saltgade.

Fra begyndelsen for omkring 1000 år siden til i dag har talrige mennesker oplevet og værdsat de gode kødprodukter fra marsken. For Vadehav, Marsk og Mad er det afgørende, at traditionerne værdsættes og videreføres i respekt for de historiske kendsgerninger.

I hele perioden har generationer af landmænd levet i den ofte barske natur ved Vadehavet.

Det er naturen ved Vadehavet, de salte omgivelser og det næringsholdige græs, som den dag i dag er fundament under opdræt af okser og får i Marsken.

Derfor er det også naturen, som i sidste ende er garant for den unikke smagsoplevelse fra Vadehav, Marsk og Mad.

Prøv det og bliv overbevist!





## VADEHAV, MARSK OG MAD



[www.vmom.dk](http://www.vmom.dk)

Trykt på miljøpapir. Udvalgte fotos er udlånt fra Vadehavscentret: [www.vadehavscentret.dk](http://www.vadehavscentret.dk)  
Opskrifter: Bo Mogensen, Kolvig – Restaurant & Café. Layout og grafisk produktion: lund&co – [www.lund-co.dk](http://www.lund-co.dk)