

GOURMETKOKKENS GRØNNE UNIVERS

En havevandring mellem koriander og salathoveder midt i junglen efterfulgt af en farvekoordineret menu af udelukkende veganske råvarer. Den danske kok Carsten Kyster har kastet sig ud i et nyt kulinarisk eventyr på et maldivisk luksusresort.

Vi er vant til, at vores retter er bygget op omkring et stykke protein. En saftig bøf med sprøde pomfritter og en kraftig bearnaise til er en klassiker, men det er den lette løsning at komponere en ret på den måde. Det mener Carsten Kyster, der fik stillet til opgave at udvikle en vegetarisk restaurant på luksusresortet Soneva Fushi på Maldiverne. Her tog han udfordringen op og endte med at fjerne ikke bare kød, men også æg, mælk ost og andre animalske kilder fra konceptet. Muligheden for det eksotiske opstod, da den tidligere tv-kok besøgte stedet på Maldiverne med sin familie i foråret i 2018. Han så potentiale i

køkkenhaven, der tilhører restauranten, og kunne ikke skjule sin begejstring og idéerne, der poppede op i hans hoved. Carsten Kysters forslag til stedets udvikling faldt i god jord, og i 2018 var resortejeren på tur i Europa, hvor den danske kok mødte ham til morgenmad på D'Angleterre for at præsentere det koncept, han så for sig. – Vi sad på hotellet i halvanden time. Jeg havde forberedt mig helt vildt, for alt skulle spille, men ejeren, Sonu, tog styringen. Han spurgte, hvor stort det skulle være, hvor mange kokke der skulle bruges, og afsluttede med at spørge, hvornår jeg kunne starte. Da jeg gik ud på gaden, var jeg nødt til at brøle! Det var jo en kæmpe drøm, der virkede helt urealistisk, fortæller Carsten Kyster. Et halvt år senere åbnede Shades of Green på det maldiviske luksusresort. I mellemtiden havde den danske kok brugt tid på at udvikle opskrifter >

AF KAROLINE MATHILDE SOHN IVERSEN FOTO JULIA NEESON OG ALICIA WARNER



Sansehaven er en stor del af oplevelsen på Shades of Green. Aftenen begynder med en havevandring, hvor gæsterne får lov til at opleve råvarerne, der indgår i menuen, med alle sanserne, inden maden serveres.



Den plantebaserede restaurant Shades of Green er en del af luksusresortet Soneva Fushi, hvor man bor i villaer ud til havet.



Da Carsten Kyster kom til den lille maldiviske ø for at teste køkkenet, startede han med at gå på opdagelse efter vilde afgrøder på øen, som kunne bruges i menuerne.



Carsten Kyster kommer fra en slagterfamilie, og han har altid vidst, at han ville være kok. Han har erfaring fra blandt andet Sydney og London, hvor han har arbejdet sammen med profiler som Jamie Oliver og Peter Gordon.



40 procent af al maden, der bliver serveret på Shades of Green, kommer fra restaurantens egen køkkenhave.



Midt i sansehaven er et ildsted placeret. Her får gæsterne et glas vin i tusmørket efter havevandringen, inden de sætter sig til fælles langbord til middag.

VEGGIE ELLER EJ?

Selv om menuen på Shades of Green ikke indeholder animalske råvarer, spiser Carsten Kyster selv alt. Da han var yngre, var hans livret stegt flæsk og løgsovs, men med årene er idéen om en livret visket ud. I dag er kokken med egne ord helt vild med al mad - det handler bare om, at det skal være velkomprimeret, af gode råvarer og lavet med kærlighed.

til stedet. Menuerne, der består af fem retter, er i farvekoder, og det betyder, at der én uge er en rød menu, hvor 60-70 procent af maden på tallerkenen, er rød, og ugen efter er det grønne råvarer, der er i fokus. – Inspirationen til de farvekoordinerede menuer er sansehavens spirings- og modningsproces. Jeg startede med rød, gul og grøn, og siden hen er orange og lilla menuer kommet til – og det næste bliver sort og hvid. Det er jo en kæmpe udfordring, men jeg kan godt lide udfordringer, siger Carsten Kyster.

PLANTERNES VEJ

I første omgang ville Carsten Kyster lave menuen vegetarisk og ikke vegansk, for selv om han er vild med udfordringer, virkede det som en alt for stor mundfuld at satse på et fuldkommen plantebaseret køkken. Så han drog til Maldiverne med kufferten fyldt med vegetariske opskrifter og råvarer fra den

danske natur, der kunne fermenteres, tørres og syltes, for at teste køkkenet og lære kokkene op. – Vi begyndte med at teste alle opskrifterne, og så justerede vi til, så det passede med de råvarer, vi kunne få fra naturen og de nærliggende øer, og så skulle de sættes sammen med det nordiske for at give det en ekstra dimension og en tråd til mine rødder. Jeg havde lovet, at enkelte retter ville være veganske, men så trak vi alle mejeriprodukterne ud af hele menuen og begyndte at lave vores egne plantebaserede oste, smør og mælk, forklarer Carsten Kyster.

Han har hele tiden haft planteriget som det centrale for sit koncept. En vigtig del af oplevelsen på Shades of Green er nemlig sansehaven, hvor 40 procent af alle råvarerne, der bliver serveret, gror. Restaurantbesøget begynder nemlig med en 45-minutters vandring gennem sansehaven, efter man har fået serveret en flydende cleanser – det kan f.eks. være kombucha – så smagsløgene bliver

renset ud. Efterfølgende får man en simpel ret, der skal sætte en eksplosion af syrlighed i gang i munden, så man bliver frisket op, mens man lytter til fortællingen om restauranten.

FÆLLESSKAB VED ILDSTEDET

Under den efterfølgende havevandring skal der plukkes, smages, ses, røres og duftes til de krydderurter og grøntsager, der indgår i menuen. Undervejs er der tre stop, hvor man spiser lidt mad, og et sted, hvor der er destillerede urter fra haven, der skal drikkes som klar mineralisk vand. Forskellen er bare, at det har smag af rucola og bark. Når vandringen mellem vandspinat og maldivisk chili er slut, ender aftenens gæster ved ildstedet midt i sansehaven med vin og lidt hålbagt mad, mens tændte fakler lyser haven op. Sansehaven er lavet som et hul midt i junglen, så mens man sidder i flammernes skær, titter stjernerne frem på himlen.

Efter båloplevelsen sætter aftenens gæster sig samlet til langbords. Det lyder måske underligt at dele en spiseoplevelse med fremmede i mørket på Maldiverne, men mad gør noget ved mennesker, mener Carsten Kyster:

– Du befinder dig på en ø, hvor du gerne vil have alting for dig selv, men mad er et helt vildt godt samlingspunkt. Jeg valgte, at der skulle være meget fokus på det sociale ved oplevelsen, fordi jeg synes, at vi mangler det lidt. Det der med at mødes omkring et måltid, hvor alle trækker samme hat på. Om bordet er vi alle lige, og maden er vores fælles samlingssted, mener kokken, der håber, at gæsterne på Shades of Green får øjnene op for, hvad det plantebaserede køkken kan. – Og så håber jeg ikke, at de går herfra og tænker, at de har manglet en bøv. ♦

“Om bordet er vi alle lige, og maden er vores fælles samlingssted.”

CARSTEN KYSTER, KOK

På Maldiverne er det nødvendigt at anlægge en køkkenhave, hvis man vil dyrke grøntsager selv.



I stedet for syltede ramsløg kan du sagtens bruge syltede hvidløg, ligesom porreasken kan erstattes af løg-, forårsløg- eller kålaske.



Peberfrugt-hummus med porreaske fra den gule menu

4 personer

PEBERFRUGT-HUMMUS:	1 porre
1 gul peberfrugt	1 lille løg
100 g kogte kikærter	1 pandana-blad
2 spsk. olivenolie	1 spsk. olivenolie
Salt	10 g hellig basilikum
Citronsaft	Salt
MARINEREDE LØG:	Friskkværnet peber
200 g skalotteløg	3 dl vand
1 spsk. olivenolie	SERVERING:
Salt	2 majscolber
Friskkværnet peber	Peberfrugthummus
PORREASKE:	Marinerede løg
1 stor porre	Stegte grøntsager med spelt
STEGTE GRØNTSAGER MED SPELT:	50 g syltede ramsløg
100 g speltkerner	50 g brøndkarse
1 gulerod	Porreaske

PEBERFRUGT-HUMMUS: Grill peberfrugten, indtil den er blød og brun overalt. Køl den lidt ned, og fjern skindet og kernerne, mens den stadig er lun. Blend peberfrugten med kikærterne og olivenolien til en grov puré. Smag til med salt og citronsaft.

MARINEREDE LØG: Kog løgene med skræl på i saltet vand, indtil de er møre, men stadig sprøde. Køl dem ned, og skær dem i ½. Fjern skrællen, og pil løgene fra hinanden i små både. Marinér dem i olivenolien, salt og peber.

PORREASKE: Rens porren, og skær toppen og bunden af. Flæk den på langs, og spred porrestykkerne ud på en bageplade. Bag dem ved 240°, indtil de er sorte og tørre. Opbevar dem i en lufttæt beholder, hvor de kan holde sig i 1 måned.

STEGTE GRØNTSAGER MED SPELT: Skræl grøntsagerne, og skær dem i små tern. Steg dem i en gryde med olivenolien i 2-3 minutter. Hak basilikummen. Fjern grøntsagerne fra gryden, og hæld speltkernerne, pandana-bladene og basilikummen i. Tilsæt vandet, og kog, indtil speltkernerne er møre, men stadig har bid. Bland grøntsagerne i, og krydr med salt og peber.

SERVERING: Kog majscolberne møre i saltet vand. Skær hver af dem i 3 stykker og derefter i store flager. Arrangér 4 tallerkener med peberfrugt-hummus i midten, og anret med de marinerede løg, majs, grøntsagerne med spelt og de syltede ramsløg. Drys med brøndkarsen og porreasken.