HEMMETS EKONOMI.

Redaktör: GERTRUD BERGSTRÖM.

Svamp.

Nu är den egentliga svamptiden åter inne, och vi göra klokt i att så mycket som möjligt begagna oss av de rikedomar, som naturen gratis bjuder oss. Rikedomar icke i den mening, att svampen ger oss mycken näring, men däremot ger den oss mycket värdefulla och av de flesta högt värderade smakämnen. Näringsvärdet hos en svamprätt är beroende av tillsatserna vid tillagningen. Eller också höjer man näringsvärdet i en svampmåltid genom att servera svampen tillsammans med en något bastantare mat, t. ex. tillsammans med kött, potatis, bröd, gryn. Här nedan lämnas några recept på svamprätter jämte några erinringar om skörd och anrättning.

Använd endast sådan svamp, som ni är fullt säker på, att den är giftfri.

Plocka svamp i torrt väder, strax efter regn. Plocka endast nya, fullt friska ej maskätna exemplar.

Ryck ej upp svampen med roten, utan skär försiktigt av den närmast ovan jorden.

Rensa svampen så fort som möjligt efter plockningen och tag bort så litet som möjligt av själva svampen. Svampen bördärefter sköljas noga.

Svampen blir bäst, om den, före den egentliga kokningen, stekes i litet fett.

Bästa och billigaste förvaringssättet för svamp är saltning. I en kruka lägges varvtals med salt och svamp, med en tyngd överst, som pressar ner svampen i den snart nog bildade laken. Vid användning vattlägges den salta svampen före tillagningen.

Svamprecept.

Svampsoppa.

(4 personer.)

1 l. rensad, förvälld svamp,
1 ½—2 l. svamp- och grönsaksspad,
grönsaker (morot, palsternacka, selleri, purjo, potatis, rädisor etc.),
1—2 lökar,
1 ½ matsk. margarin,
2 matsk. mjöl,
2 matsk. hack. persilja,
salt,
peppar.

Svamp, grönsaker och lök skäras i bitar och fräsas i hälften av margarinet, spad påspädes, och soppan får koka, till svamp och grönsaker äro mjuka, då den silas upp. Resten av margarinet, mjöl och persilja fräses, och spadet tillsättes så småningom. Då soppan åter kokar, iblandas svamp, grönsaker och kryddor.

Kåldolmar med svamp.

(4 personer.)

½ stort kålhuvud,
¾ dl. risgryn,
4 dl. vatten eller mjölk,
¾ l. rensad, förvälld svamp,
25 gr. margarin,
(1 ägg),
salt,
peppar,
50 gr. flottyr,
1/3 l. spad.

Kålen sköljes väl och förvälles, bladen lossas försiktigt; risgrynen kokas mjuka i vatten eller mjölk, svampen hackas eller males och blandas sedan med risgryn, smält margarin, kryddor, (och ägg, om man så vill). En matsked av smeten lägges på varje kålblad, som hopprullas och omknytes med tråd. Kåldolmarna brynas och stekas som vanligt. Serveras med potatis.

Gratin på svamp och fisk.

(4 personer.)

½ l. kokt svamp,
¼ kg. kokt fisk,
25 gr. margarin,
2 matsk. mjöl,
3 dl. gräddmjölk,
1 ägg,
salt,
peppar,
skorpmjöl,
riven ost.

Margarin och mjöl fräses, mjölken påspädes, såsen får koka upp; ägg och kryddor iblandas och sedan svamp och fisk, skurna i bitar. Smeten nedlägges i smord, eldfast form, beströs med skorpmjöl och riven ost och gräddas vackert ljusbrun i ugnen. Frukosträtt.

Stuvad svamp.

(4 personer.)

1 l. rens. svamp,
30 gr. margarin,
1 à 2 dl. mjölk,
salt,
peppar,
(vetebröd).

Svampen sköljes och skäres i bitar, kokas försiktigt i helt litet vatten, på slutet tillsättes margarinet och efter en stunds ytterligare kokning, påspädes mjölken så småningom, och svampen kryddas. Rätten blir mäktigare, om vetebrödstärningar iblandas, strax innan den serveras.

Svamppudding.

1 l. kokad svamp,
¾ l. kokt potatis,
1 ägg,
1 dl. mjöl,
½ l. mjölk,
salt,
peppar,
riven ost,
margarin till formen.

Svamp och potatis skäres i bitar och nedlägges i smord, eldfast form, potatis överst och underst. Ägg, mjöl och mjölk ihopvispas, salt och peppar tillsättas, och smeten hälles över svamp och potatis. Litet riven ost strös ovanpå, och puddingen gräddas omkr. ¾ timma i ordinär ugn.

Svampragout med rostat bröd.

(4 personer.)

¾ l. rens. svamp,
3 à 4 potatisar,
2 à 3 morötter (eller andra grönsaker),
1 lök,
20 gr. margarin,
1 matsk. mjöl,
4 dl. spad och mjölk,
salt,
peppar,
citronsaft,
vetebröd till rostning.

En tunn stuvningssås beredes av margarin, mjöl, spad och mjölk, däri nedlägges förut halvkokt svamp, i bitar, jämte rå potatis, lök och morötter, skurna i skivor. Allt får koka, tills svamp och grönsaker äro färdiga, då ragoûten kryddas och serveras het med rostade brödskivor. Kan även kokas mycket ihop och serveras bredd på det rostade brödet som svampsmörgås.

Svamphullar.

(4 personer.)

¾ l. rens. förvälld svamp,
1 ägg,
potatismos,
lök,
salt,
peppar,
mjöl,
margarin.

Svampen hackas och stötes i en mortel till mos, blandas därefter med 1 ägg, litet finhackad brynt lök, krossad, kall potatis och kryddor. Små platta bullar formas, rullas i vetemjöl och stekas.

Pytt i panna.

(4 personer.)

1 l. rensad svamp,
1 ½ hg. falukorv eller salt fläsk,
1 l. kokt potatis,
salt,
peppar,
margarin.

Svampen kokas och skäres i bitar, jämte korv (eller fläsk) och potatis, stekes i margarin och kryddas.

Elsa Philip.

Sprid Konsumentbladet!