

# Råd & Recept

## Barnkalas

Varför inte börja kalaset, julgransplundringen, med lite riktig mat. Den behöver inte vara varm. Vi lovar att t ex »plockmat» blir mer uppskattat än bullar, kakor och tårta. När man sen har lekt och dansat kring granen smakar det fint med glass eller frukt, kanske en fruktsallad. Den kan göras av både färsk och konserverad frukt. Fruktagen blir en god salladssås utan extra socker.

### »Plockmat»

Lägg »plockmaten» i grupper på ett stort fat eller en bricka och ställ mitt på bordet. Vackert, gott och lätt att bjuda på. Det kan vara t ex: *små stekta köttbullar*, kalla eller varma, *någon rökt korv* i skivor eller *stekt wienerkorv* i bitar eller *prinskorv*, *ostkuber*, *äggklyftor*, *morotsskivor*, *tomatklyftor*, *gurkbitar*.

### Ett spett till var och en

Man kan också trä upp »plocket» på *portionsspett* – det kan vara grillspett, provnålar eller blompinnar.

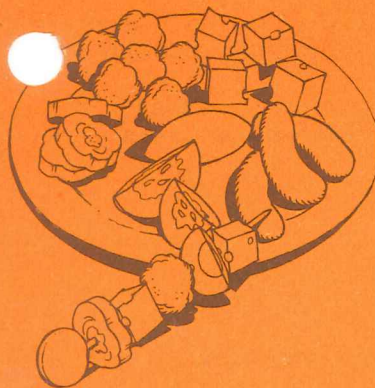
### Bjud också på små dubbelmackor.

Skär *mörkt bröd* i tunna skivor. Blanda hackat eller mosat *hårdkokt ägg* med kaviar till pålägg mellan skivorna. *1 ägg* och *1 msk kaviar* räcker till 2 dubbelmackor. Skär mackorna i fyra delar, gärna på snedden. Mellan *vita brödskivor* passar det fint med *keso* smaksatt med lite salt, blandad med *finhackad gurka* eller *paprika*. *1 dl keso* och *2 msk hack* räcker till 2 dubbelmackor. Skär dem i bitar.

De små dubbelmackorna kan också träs upp på spetten. På *mjukt tunnbröd* kan man breda något av påläggen, sen rulla ihop och skära i bitar. Fäst ihop varje bit med tandpetare.

### Att dricka till

Mjök förstås eller chokladmjök, kall eller varm. Chokladmjök kan man göra med chokladsås, se andra sidan. Ta en dryg matsked chokladsås till ett glas mjök.







## Handla konsumentägt – en fin idé!

Ansvarig utgivare: Anna-Britt Agnäter, KFs provkök.  
Skrtv: KFs provkök, Fack, 104 65 STOCKHOLM.  
Ring: 08-743 10 00.

**Vad ska man lägga i gottpåsén**  
Lite godis får det nog vara, russin och nötkärnor kan också räknas dit, en frukt, kanske lite vindruvor. Någon liten sak som man kan ha kul med, t ex ballonger, blir alltid upp-skattat.  
Pasarna kan göras som knyten av två färgglada pappersservetter och ett gummiband eller snöre. Det är roligt att hänga knytena i granen för att sen verkligen plundra den.

**Chokladsås**  
1 dl kakao  
1 dl socker  
1/2 kryddmätt salt  
1 dl vatten  
Mät upp kakao, socker och salt i en kastrull.  
Tillsätt vatten och blanda allt väl.  
Koka upp under omrörning och låt såsen koka någon minut. Såsen ska bli tjock, blank och slät.  
Kan förvaras i kylskåp ett par veckor.

**Bananasplit**  
För 8.  
4 bananer  
2 pkt vaniljglass  
(å 1/2 liter)  
chokladsås  
1 dl vispgräddade  
Skala och dela bananerna på längden.  
Lägg ut dem som en stjärna på ett fat.  
Skeda upp glassen mellan bananerna.  
Ringla chokladsås över både bananer och glass.  
Toppa alltsammans med gräddklickar.

**Som efterrätt eller förtäring**  
är det gott med en glasspinne, t ex *Lilleputt jordgubbspinne* som är en nyhet från  
Winner.  
Eller varför inte göra *Bananasplit med vaniljglass och mörk chokladsås*. Chokladsåsen är lätt att göra, dessutom blir den billig.

**Bra bäddat för hamburgare**  
Ta en skiva vitt eller mörkt formbröd.  
Bred ett lager potatismos ovanpå.  
Strö lite hackad persilja över moset.  
Lägg på en stekt hamburgare.  
Lägg sen en klick potatismos ovanpå hamburgaren.  
Gör en fördjupning i moset och fyll med tomatketchup.  
**Hamburgare** kan man göra själv. Men man kan också köpa dem djupfryssta och steka dem enligt anvisning på förpackningen.  
**Potatismos** kan man också göra själv eller köpa pulver och göra mos som det står på förpackningen.  
Häll hamburgare och mos varma på spisen och lägg ihop till varje gäst. Eller gör alla fardiga, ställ dem på en plåt och värm i 200° ugnsvärme ca 10 min.