

Kål- sallader

4-5 portioner

Salladssås:

1½ msk pressad citron
eller 1 msk vinäger
2 krm salt
½ krm svartpeppar
1 msk vatten
2 msk olja

Banda samman alla ingredienser. Såsen passar till följande sallader och är lagom till en sats.

Rödkål med grapefrukt

5 dl finstrimlad rödkål
2 grapefrukter

Skala och skär grapefrukten i klyftor, helst så inga hinnor kommer med. Dela klyftorna. Pressa ur saften ur hinnorna och använd den i stället för citron i salladssåsen.

Blanda kål och grapefrukt och håll över salladssåsen.

Brysselkål med morot och äpple

ca 10 färska brysselkålshuvuden
2 morötter
1 äpple

Rensa, skölj och finstrimla kålen. Skala morötter och äpple och riv dem grovt.

Blanda alltsammans och håll över salladssåsen.

Vitkål och rödbetor

5 dl finstrimlad vitkål
3 dl rivna inlagda rödbetor
2-3 tsk riven pepparrot

Blanda vitkål och rödbetor.

Rör ut pepparrotten i salladssåsen och håll den över grönsakerna.

Pull- sylta

ca 2 kg färskt sidfläsk (slaksida)

1 msk salt
1 tsk vitpepparkorn
1 tsk kryddpepparkorn
1 tsk hela kryddnejlikor
eller 1 tsk stött muskotblomma

Kokning:

1 msk salt per l vatten
1 morot
1 gul lök
eller 1 bit purjolök
nägra pepparkorn

Skär itu fläskbiten på längden så den blir hälften så tjock men så halvorna hänger ihop i ena änden.

Skär ev bort en del av fettet närmast svålen. Lägg fläsket med svålen ner.

Krossa kryddorna. Blanda dem med saltet och strö det över fläsket. Rulla ihop till en fast rulle, skär ev bort det stycke svål som rullas in.

Bind om rullen hårt med steksnöre. Låt ev rullen ligga i kylskåp till nästa dag.

Lägg syltan i en gryta, mät upp och håll på vatten så det står över syltan. Salta, koka upp och skumma.

Skala och skär lök och morot i bitar. Lägg dem och några pepparkorn i grytan. Sjud under lock på svag värme tills en provnål lätt går igenom, 2-2½ tim.

Tag upp syltan och lägg den i press några timmar mellan två skärbräden.

Servera i tunna skivor som smörgåsmat.

Syltan kan förvaras i kylskåp upp till en vecka. Går bra att frysa, helst inte längre än 2-3 mån.

RÅD & RECEPT

Nr 10 • 1990

Julmat



PROVKÖKET

Box 15200, 104 65 Stockholm
Tel 08-743 10 00

Äg- bröd

2 st

Låt bröden kallna under bakduk. Låt gärna bröden ligga till nästa dag. Skär dem i tunna skivor.



4-5 portioner

S allad med rötter

1 köksmaskin eller med degkrokare på elvisp med degkrokare 3-5 min, knådas degen 3-5 min, för hand tar det ungefär dubbelt så lång tid. Brödet går bra att frysa.

1 krm svartpeppar

1/2-1 tsk salt

1/2-1 tsk timjan

Skala kålröt och morötter och grov riv dem. Skala

Smaksätt yoghurten och finhacka löken.

med salt, peppar och timjan. Håll den över rötterna och blanda om. Låt salla

före serveringen. Servera till skinka, revbensspjäll, korv.

Värm vatten och filmjölk till 37°.

Smula sönder jäst

med lite av degspadet. Tillsätt resten av degspadet, olja, salt, sirap, ev

kummim, rågmjölk och det mesta av vetemjöl, spara

lite till utbakningen. Arbeta degen kraftigt

tills den blir smidig. Täck över och jäs ca 1 1/2 timme.

Tag upp degen på mjölat bakbord och knåda

den lätt. Forma 2 limpor och lägg dem i smorda

formar (1 1/2 l). Täck över och jäs

30-40 min. Pensla med en blandning av smält

margarin och vatten. Nagga med en gaffel.

Grädda i 225° ugnsvärme i nedre delen av

ugnen 30 min. Sänk värmen till 175° och grädda

ytterligare ca 30 min.



ellandags- biffar

4-5 portioner

1/4 dl korngryn

ca 2 dl vatten

500 g fläsk- eller blandfärs

1-1 1/2 tsk salt

1/2 tsk mald kryddpeppar

1/2 tsk ingefära

1 krm vitpeppar

Koka korngrynen mjuka i vattnet, ca 45 min. Låt

dem svalna. Blanda färsen med

korngryn och kryddor. Forma ca 10 tunna biffar.

Stek dem i margarin i en stekpanna, ca 3 min på

varje sida. Servera med kokt eller

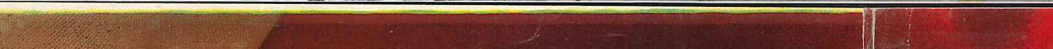
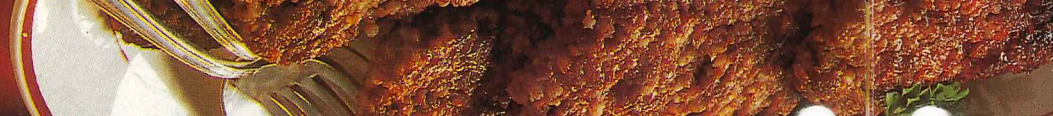
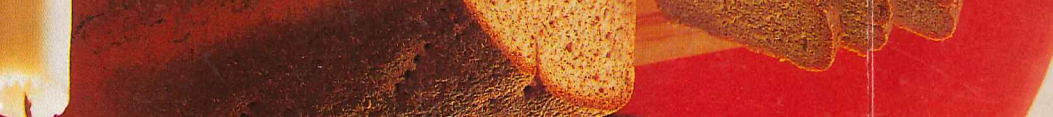
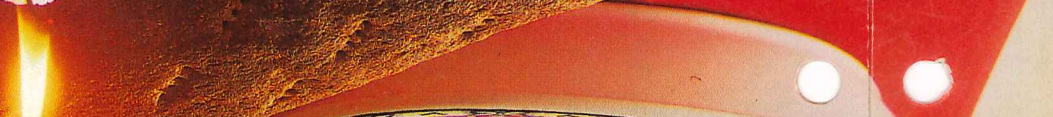
stuvad potatis, inlagda rödbetor, rödkål eller en

kålsallad. Mellandagsbiffarna

smakar "jul" - ingredienserna är ungefär desamma

som till grynkorv eller isterband. Korngryn har högt och bra fiberinnehåll

och borde komma mer till användning igen.



Fyllda saffransbröd

20 st

1 pkt (½ g) saffran
25 g jäst
75 g margarin
2½ dl mjölk
1 krm salt
¾ dl socker

7-7½ dl vetemjöl
Fyllning:
1 dl nötter
50 g margarin
½ dl syltade hackade
apelsinskal
½ dl hackad sukat
eller 2 msk socker
ägg till pensling

Dela sönder jästen i en bunke. Smält margarin. Häll i mjölken och låt den bli fingervarm (37°).

Rör ut jästen med lite av degspadet. Tillsätt resten av degspadet, saffran, salt, socker och nästan allt mjöl, spara lite till utbakningen. Arbeta ihop till en smidig deg. Jäs under bakduk ca 30 min.

Ta upp degen på mjölat bakbord. Kavla ut den till en ca ½ cm tjock kaka, ca 40×50 cm stor. Dela den i 20 fyrkantiga bitar.

Hacka nötterna till fyllningen. Blanda samman alla ingredienser.

Lägg en sked av blandningen på varje degbit. Vik upp hörnen mot mitten och kläm ihop hörnen ordentligt.

Lägg bullarna på smord plåt eller på plåt med bakplåtspapper. Jäs under bakduk ca 30 min.

Pensla med uppvispat ägg. Grädda i 250° ugnsvärme mitt i ugnen ca 5 min.

Låt kallna under bakduk.

Julkakor

ca 60 st

1 apelsin
250 g margarin
1 dl florsocker
3½ dl vetemjöl
1 dl potatismjöl
75-100 g mörk
blockchoklad
1 tsk olja

Borsta apelsinen i varmt vatten och torka den.

Riv av skalet och pressa ur 2 msk saft.

Rör margarin och florsocker vitt och poröst.

Rör ner apelsinskal och -saft. Blanda i mjölet.

Spritsa ut smeten till ca 5 cm långa kakor på plåt med bakplåtspapper.

Grädda i 175° ugnsvärme i mitten av ugnen ca 15 min. Låt kakorna kallna på galler.

Smält blockchokladen i tex en djup tallrik över en kastrull med hett vatten eller i mikrovågsugn.

Blanda i oljan. Doppa kakorna i chokladen och låt stelna på galler.



Kakorna går bra att frysa, bäst innan de är doppade i choklad.

Julgodis

– att ge bort som julklapp i en vacker burk kanske? Godiset kan förvaras någon vecka i tät burk i kylskåp.

Forma mandelmassa till rullar och skär i ca ½ cm tjocka skivor.

Doppa halva skivorna i smält blockchoklad.

Garnera med tunna skivor av röda eller gröna cocktailbär eller flagad mandel.

Forma mandelmassa till knappt fingertjocka längder. Skär dem i bitar.

Pensla med uppvispat ägg.

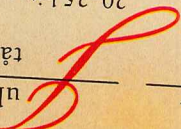
Doppa mandelmassan i hackad mandel, gärna rostad.

Skär en skåra i färska eller torkade dadlar.

Tag ur kärnan och droppa ev lite sherry eller likör i dadlarna.

Fyll med en bit mandelmassa.





2 äpplen
1-2 tsk pressad citron
50 g mandelmassa
1 dl visp-, mellan-
eller kaffebräddade
hackade val- eller hassel-
nötter

Skala och skär äpplena
i tunna klyftor eller skivor.
Droppa citron över.
Skala apelsinerna så
det vita på skalet kommer
bort och skär klyftorna
hinnfria. Lägg frukten i en
skål.

Riv mandelmassan fint
på rivjärn eller i matber-
dare med stälkniv och
blanda med gräddfil till
en "salladsås". Häll den
över frukten och blanda
om. Låt stå i kylskåp ca
30 min före serveringen.
Stro lite hackade nötter
över.

125 g margarin
4 dl färrsocker
2 ägg
6 1/2 dl (ca 400 g) vetemjöl
2 tsk kanel
1 msk kakao
2 tsk bakpulver
2 1/2 dl gräddfil
Smörkräm:
100 g smör eller margarin
1 1/2 dl florsocker
rivet skal av 1/2 apelsin
(1 msk konjak
eller 1 ex citruslikör)
Glasyr:
2 1/2 dl florsocker
ca 2 msk pressad apelsin
rivet skal av 1/2 apelsin

Smörj och bröa en rund
bakform, ca 2 l.
Rör samman rums-
varmt margarin och färrin-
socker.
Blanda ner ett ägg i ta-

get under kraftig omrör-
ning, gärna med elvisp.
Blanda mjölet med ka-
nel, kakao och bakpulver.
Rör ner det i smeten växel-
vis med gräddfil eller
filmjölk. Häll smeten i for-

men.
Grädda i 175° ugnsvär-
me i nedre delen av ugnen
ca 1 timme.
Låt kakan svalna lite
innan den stjäps upp.
Dela den kalla kakan
i tre bottnar.

Rör smöret till smör-
krämen mjukt. Blanda det
med florsocker och rivet
apelsinskal, ev också kon-
jak eller likör. Bred krä-
men mellan bottnarna.
Blanda samman gla-
syren och bred den över
kakan.

Lägg gärna ihop
kakan dagen innan
den ska serveras.
Håller sig bra i kylskåp.
Kan frysas.

