

Julskinkan

Det är innertemperaturen som avgör när skinkan är klar. Använd där för alltid kötttermometer.

Vid kokning och ugnsbakning ska termometern vara av metall. Skinkan är färdig när den visar 70-75°. Vid 75° har julskinkan sin karaktéristiska smak.

Små befria skinkor, högst 2 kg, kan lagas i mikrovågsugn. Använd en termometer avsedd för mikrovågsugnen. När den visar 65° är skinkan färdig, men ska sedan ligga kvar i spadet under lock i 20 min. Då stiger temperaturen.

I vanlig ugn bakas skinkan oftast i aluminiumfolie i 175°.

Ett miljövänligare alternativ är att ugnsbaka utan folie eller i en gryta av ugnssäkert glas. 125° ugnsvärme är då lagom.

Tillagningstiden blir 20-30 minuter längre/kg, dvs 6-7 timmar för en medelstor skinka. Den kan *ex* stå i ugnen medan man sover. Förvara sedan skinkan i den upp och *nervända* grytan med locket som fat och grytan som en kupa över den.

Glasgrytan är också utmärkt i mikrovågsugnen, både till skinkan och lutfisken.

I en glasgryta kan man också grädda ett rejält matbröd som får både fin form och färg. En 3 l gryta är lagom till en deg på ½ l degspad. Glasgrytan sätts in i varm ugn.

Julröd parfait med snövit sorbet

8-10 portioner

Jordgubbsparfait:
2 pkt djupfryssta jordgubbar à 225 g
3 äggulor
2 msk florsocker
3 dl vispgrädd

Fläderblomssorbet:
2 dl fläderblomssaft
3 dl vatten
3 äggvitor
2 msk florsocker

Parfait: Halvtina bären och hacka dem, tex i matberedare.

Vispa gulor och socker pösigt. Vispa grädden hårt. Blanda den med äggsmeten och bären.

Häll smeten i en form som rymmer ca 1½ l. Täck med folie och ställ i fryn.

Parfaiten är färdig efter ca 3 tim.

Sorbet: Häll saft och vatten i en form. Låt stå i fryn tills vätskan blivit en halvfast massa, ca 1 tim.

Vispa vitorna till hårt skum. Tillsätt sockret och vispa kraftigt. Blanda skummet med den halvfryssta saften. Fryn sorbeten färdig, det tar ca 2 tim. Rör några gånger under tiden så att konsistensen blir jämn och smidig.

Vid serveringen: Låt parfaiten stå i rumsvärme ca ½ timme eller i kylskåp ¼-1 timme före serveringen. Lossa den från kanten med en böjlig kniv eller doppa formen hastigt i hett vatten och stjälp upp parfaiten.

Tag sorbeten ur frysen strax före serveringen, den smälter snabbt. Skeda upp sorbeten runt parfaiten.

Garnera med tex citronmeliss eller pistagemandel.

Bjud gärna en tunn, knaprig kaka till.



Både parfait och sorbet kan lagas långt i förväg och förvaras i fryn tills de ska användas.

Båda kan naturligtvis också serveras var för sig.

Nr 10 • 1991

 **PROVKÖKET**

Box 15200, 10465 Stockholm
☎ 020-784404

RÅD & RECEPT

önskar

God Jul



Såkaka

– Julbröd

100 g margarin

8 dl mjölk eller vatten

½ dl smap

50 g jäst

1 msk salt

ca 1 flint rågmjöl

13–14 dl vetemjöl

gärna Vetemjöl special

Smält margarin i en ka-

strull. Tillsätt mjölk eller

vatten och sirap och låt det

bli fingervarmt (37°).

Rör ut jästen i lite av deg-

spadet. Tillsätt resten av

spadet, salt, rågmjöl och

nästan allt vetemjöl, spara

lite till utbakningen.

Arbeta ihop till en smidig

deg, knåda den mot slutet

på bakbordet. Täck med

bakduk och jäsa ca 1 tim.

Knåda degen lätt på mjö-

lat bakbord. Tag undan

knäppt ⅓ till garering.

Forma resten till en kupfig

rund kaka, ca 25 cm i diam.

Lägg den på smord plåt.

Delta den sparade degen i

9 bitar. Rulla 8 av dem till

smala längder och gör en

liten rund plätt kaka av den

kakan som ekararna på ett

hjul och rulla in ändarna

som till julkusar eller gar-

nera som på bilden. Kläm

fast den lilla degkakan över

skarvarna på mitten.

Täck över och jäsa 20–25

min. Grädda i 200° ugn-

varme i nedre delen av

ugnen ca 50 min.

Till jul var det förr vanligt

att man bakade ett stort

dekorerat bröd som prydd

sedan bland säden tills det

var dags att sä, därav kom

namnet såkaka.

Lamm- korv

Blir ca 2¼ kg

ca 3 m krokfäster –

”korvskinn” (beställs

i butik)

ca 1 flint rågmjöl

13–14 dl vetemjöl

gärna Vetemjöl special

Smält margarin i en ka-

strull. Tillsätt mjölk eller

vatten och sirap och låt det

bli fingervarmt (37°).

Rör ut jästen i lite av deg-

spadet. Tillsätt resten av

spadet, salt, rågmjöl och

nästan allt vetemjöl, spara

lite till utbakningen.

Arbeta ihop till en smidig

deg, knåda den mot slutet

på bakbordet. Täck med

bakduk och jäsa ca 1 tim.

Knåda degen lätt på mjö-

lat bakbord. Tag undan

knäppt ⅓ till garering.

Forma resten till en kupfig

rund kaka, ca 25 cm i diam.

Lägg den på smord plåt.

Delta den sparade degen i

9 bitar. Rulla 8 av dem till

smala längder och gör en

liten rund plätt kaka av den

kakan som ekararna på ett

hjul och rulla in ändarna

som till julkusar eller gar-

nera som på bilden. Kläm

fast den lilla degkakan över

skarvarna på mitten.

Täck över och jäsa 20–25

min. Grädda i 200° ugn-

varme i nedre delen av

ugnen ca 50 min.

Lamm- korv

Blir ca 2¼ kg

ca 3 m krokfäster –

”korvskinn” (beställs

i butik)

ca 1 flint rågmjöl

13–14 dl vetemjöl

gärna Vetemjöl special

Smält margarin i en ka-

strull. Tillsätt mjölk eller

vatten och sirap och låt det

bli fingervarmt (37°).

Rör ut jästen i lite av deg-

spadet. Tillsätt resten av

spadet, salt, rågmjöl och

nästan allt vetemjöl, spara

lite till utbakningen.

Arbeta ihop till en smidig

deg, knåda den mot slutet

på bakbordet. Täck med

bakduk och jäsa ca 1 tim.

Knåda degen lätt på mjö-

lat bakbord. Tag undan

knäppt ⅓ till garering.

Forma resten till en kupfig

rund kaka, ca 25 cm i diam.

Lägg den på smord plåt.

Delta den sparade degen i

9 bitar. Rulla 8 av dem till

smala längder och gör en

liten rund plätt kaka av den

kakan som ekararna på ett

hjul och rulla in ändarna

som till julkusar eller gar-

nera som på bilden. Kläm

fast den lilla degkakan över

skarvarna på mitten.

Täck över och jäsa 20–25

min. Grädda i 200° ugn-

varme i nedre delen av

ugnen ca 50 min.

Till jul var det förr vanligt

att man bakade ett stort

dekorerat bröd som prydd

sedan bland säden tills det

var dags att sä, därav kom

namnet såkaka.

Lamm- korv

Blir ca 2¼ kg

ca 3 m krokfäster –

”korvskinn” (beställs

i butik)

ca 1 flint rågmjöl

13–14 dl vetemjöl

gärna Vetemjöl special

Smält margarin i en ka-

strull. Tillsätt mjölk eller

vatten och sirap och låt det

bli fingervarmt (37°).

Rör ut jästen i lite av deg-

spadet. Tillsätt resten av

spadet, salt, rågmjöl och

nästan allt vetemjöl, spara

lite till utbakningen.

Arbeta ihop till en smidig

deg, knåda den mot slutet

på bakbordet. Täck med

bakduk och jäsa ca 1 tim.

Knåda degen lätt på mjö-

lat bakbord. Tag undan

knäppt ⅓ till garering.

Forma resten till en kupfig

rund kaka, ca 25 cm i diam.

Lägg den på smord plåt.

Delta den sparade degen i

9 bitar. Rulla 8 av dem till

smala längder och gör en

liten rund plätt kaka av den

kakan som ekararna på ett

hjul och rulla in ändarna

som till julkusar eller gar-

nera som på bilden. Kläm

fast den lilla degkakan över

skarvarna på mitten.

Täck över och jäsa 20–25

min. Grädda i 200° ugn-

varme i nedre delen av

ugnen ca 50 min.

Till jul var det förr vanligt

att man bakade ett stort

dekorerat bröd som prydd

sedan bland säden tills det

var dags att sä, därav kom

namnet såkaka.

Lamm- korv

Blir ca 2¼ kg

ca 3 m krokfäster –

”korvskinn” (beställs

i butik)

ca 1 flint rågmjöl

13–14 dl vetemjöl

gärna Vetemjöl special

Smält margarin i en ka-

strull. Tillsätt mjölk eller

vatten och sirap och låt det

bli fingervarmt (37°).

Rör ut jästen i lite av deg-

spadet. Tillsätt resten av

spadet, salt, rågmjöl och

nästan allt vetemjöl, spara

lite till utbakningen.

Arbeta ihop till en smidig

deg, knåda den mot slutet

på bakbordet. Täck med

bakduk och jäsa ca 1 tim.

Knåda degen lätt på mjö-

lat bakbord. Tag undan

knäppt ⅓ till garering.

Forma resten till en kupfig

rund kaka, ca 25 cm i diam.

Lägg den på smord plåt.

Delta den sparade degen i

9 bitar. Rulla 8 av dem till

smala längder och gör en

liten rund plätt kaka av den

kakan som ekararna på ett

hjul och rulla in ändarna

som till julkusar eller gar-

nera som på bilden. Kläm

fast den lilla degkakan över

skarvarna på mitten.

Täck över och jäsa 20–25

min. Grädda i 200° ugn-

varme i nedre delen av

ugnen ca 50 min.

Till jul var det förr vanligt

att man bakade ett stort

dekorerat bröd som prydd

sedan bland säden tills det

var dags att sä, därav kom

namnet såkaka.

Lamm- korv

Blir ca 2¼ kg

ca 3 m krokfäster –

”korvskinn” (beställs

i butik)

ca 1 flint rågmjöl

13–14 dl vetemjöl

gärna Vetemjöl special

Smält margarin i en ka-

strull. Tillsätt mjölk eller

vatten och sirap och låt det

bli fingervarmt (37°).

Rör ut jästen i lite av deg-

spadet. Tillsätt resten av

spadet, salt, rågmjöl och

nästan allt vetemjöl, spara

lite till utbakningen.

Arbeta ihop till en smidig

deg, knåda den mot slutet

på bakbordet. Täck med

bakduk och jäsa ca 1 tim.

Knåda degen lätt på mjö-

lat bakbord. Tag undan

knäppt ⅓ till garering.

Forma resten till en kupfig

rund kaka, ca 25 cm i diam.

Lägg den på smord plåt.

Delta den sparade degen i

9 bitar. Rulla 8 av dem till

smala längder och gör en

liten rund plätt kaka av den

kakan som ekararna på ett

hjul och rulla in ändarna

som till julkusar eller gar-

nera som på bilden. Kläm

fast den lilla degkakan över

skarvarna på mitten.

Täck över och jäsa 20–25

min. Grädda i 200° ugn-

varme i nedre delen av

ugnen ca 50 min.

Till jul var det förr vanligt

att man bakade ett stort

dekorerat bröd som prydd

sedan bland säden tills det

var dags att sä, därav kom

namnet såkaka.

Lamm- korv

Blir ca 2¼ kg

ca 3 m krokfäster –

”korvskinn” (beställs

i butik)

ca 1 flint rågmjöl

13–14 dl vetemjöl

gärna Vetemjöl special

Smält margarin i en ka-

strull. Tillsätt mjölk eller

vatten och sirap och låt det

bli fingervarmt (37°).

Rör ut jästen i lite av deg-

spadet. Tillsätt resten av

spadet, salt, rågmjöl och

nästan allt vetemjöl, spara

lite till utbakningen.

Arbeta ihop till en smidig

deg, knåda den mot slutet

på bakbordet. Täck med

bakduk och jäsa ca 1 tim.

Knåda degen lätt på mjö-

lat bakbord. Tag undan

knäppt ⅓ till garering.

Forma resten till en kupfig

rund kaka, ca 25 cm i diam.

Lägg den på smord plåt.

Rödkåls-sallad

4 portioner

5–6 dl strimlad rödkål
(ca 200 g)
2–3 stjälkar selleri
2 salladslökar
eller 1 liten purjolök
Salladssås:
3 msk naturell yoghurt
1 msk majonnäs
1 tsk osötad senap
2 krm salt
½ krm svartpeppar

Finstrimla rödkålen, tex i matberedare. Skölj och skär sellerin i tunna skivor. Skölj och strimla löken.

Blanda samman salladssåsen. Häll den över grönsakerna och blanda väl. Täck över och ställ salladen kallt före serveringen.

Servera till skinka, korv, köttträtter.

Grönkåls-sallad

4 portioner

6–8 blad färsk grönkål
1–2 syrliga äpplen
Salladssås:
2 msk pressad citron
½ tsk honung
½ tsk osötad senap
2 krm salt
½ krm svartpeppar
3 msk olja

Repa bladen från stjälken. Strimla bladen fint.

Skölj och dela äpplet i klyftor. Tag ur kärnhuset. Skär äpplet i tunna skivor. Blanda samman salladssåsen och häll den över kål och äpple.

Servera till skinka, korv, fläskstek.

Rödkål med äpple och apelsin

ca 6 portioner

ca 1 kg rödkål
(1 rödkålshuvud)
1 gul lök
2 syrliga äpplen
1 stor apelsin
1 msk margarin
1½–2 tsk salt
1 krm kryddpeppar
1 krm malda kryddnejlikor
ca 1 tsk vinäger,
tex äppelcidervinäger

Klyv kålhuvudet och skär bort stocken. Grovstrimla kålen, gärna i matberedare. Skala, dela och skiva löken. Skär äpplena i klyftor, kärna ur dem och skär dem i tunna skivor.

Borsta apelsinen i varmt vatten och torka den. Riv av det gula på halva apelsinen, pressa saften ur hela apelsinen.

Smält margarin i en gryta och lägg i kål, lök och äpple. Tillsätt apelsinsaft, salt och kryddor. Koka under lock på svag värme ca 30 min. Rör då och då.

Smaka av med rivet apelsinskal och vinäger.

Servera till skinka, korv, fläskstek, revbensspjäll.



I ngefärs-

200 g margarin
1 3/4 dl socker

4 ägg

rivet skal av 1/2 citron

3 msk pressad citron

2-3 msk rivnen eller fn-

hackad färs ingefära

(eller 2 tsk mald ingefära)

4 dl vetemjöl

1 tsk bakpulver

Till garnering:

ca 20 skållade och skalade

mandlar

3-4 rutor mörk block-

choklad

Sätt ugnen på 175°.

Smörj och bröa en rund

baktorm med löstagbar

kant, ca 1 1/2 l.

Rör rumsvarmt margarin

och socker poröst. Tillsett

äggen, ett i taget, och rör

kraftigt.

Blanda ner citron, inge-

fära och mjölet blandat

med bakpulver.

Häll smeten i formen.

Strö över hela eller delade

mandlar och grovhackad

choklad.

Grädda i nedre delen av

ugnen 50-60 min. Låt

kakan svalna lite innan den

tas ur formen.

Kakan kan också smak-
sättas med enbart citron
eller ingefära.

K anongoda kalaskulor

25 st

100 g mjuk nougat

150 g mandelmassa

1 msk pressad apelsin

ev florsocker

choklad eller ca 1 msk

kakao

Del nougaten i 25 lika sto-

ra bitar. Rulla dem till kulor

och ställ dem kallt.

Riv mandelmassan och

blanda den med pressad

delar och forma till kulor.

Plata ut dem och täck

nougaten med mandelmas-

san. Rulla till jämna kulor.

Använd lite florsocker om

massan är kladdig.

Chokladdoppade kalas-

kulor: Smält blockchokla-

den i en tallrik eller skål

över en kastrull med kok-

hett vatten. Stick tex en

provall i en kula i taget,

doppa dem helt och ställ

dem kallt att stelna.

Kakaorullade kalaskulor:

Lägg kakaon och kulorna i

en plastpåse. Skaka om så

att kakaon fastnar.

H allon- grottor

ca 25 st

125 g margarin

3/4 dl socker

2 dl vetemjöl

1/2 dl potatismjöl

2 tsk vaniljinsocker

knäppt 1 tsk bakpulver

ca 1 1/2 dl hallonsylt

Sätt ugnen på 200°.

Rör rumsvarmt margarin

och socker poröst.

Blanda ner övriga torra

ingredienser.

Rulla degen till en långd

och skär den i 25 bitar.

Forma dem till bollar och

lägg dem i smårödstor-

mar av veckat papper. Gör

en fördjupning i varje kaka

och lägg i en syltklick.

Grädda mitt i ugnen

10-12 min.

