

DANSK FAVORITSMÖRGÅS

4 st.
4 skivor mjukt bröd,
gärna mörkt
4 skivor bacon t ex
Guldbacon
100 g leverpastej t ex
Guldleverpastej

några färska
champinjoner
persilja eller
kryddkrasse

Stek baconskivorna, lägg dem i en kall stekpanna och hetta upp långsamt. Stek på båda sidor.

Bred leverpastej på brödet. Dela baconskivorna och lägg på dem. Garnera med skivade champinjoner och persilja eller kryddkrasse.

4 st.
4 skivor vitt bröd
4 ganska tjocka
skivor kokt skinka
eller 8 tunna

4 konserverade
persikohalvor
eller 2 färska persikor
4 tjocka skivor ost

Rosta brödet lätt. Bred på bordsmargarin och täck med skinka. Skär persikohalvorna i skivor och lägg dem på skinkan. Om färska persikor används, doppa dem i kokande vatten så skalet kan dras av, dela sen persikorna, ta ur kärnan och skär i skivor. Täck med ost. Gratiner i 250° ugnsvärme ca 5 min. Strö ev lite paprikapulver över.

PROVKÖKET

Skriv: KFs provkök. Box 15200.
104 65 Stockholm. Ring 08-743 10 00.

RÅD & RECEPT

FRÅN CHARKUTERIET



LUNCHPANNA

4 portioner.
4 lunchkorvar,
lättkorv
2 stora gula lökar
1 msk margarin
1 tsk curry
ca 2 dl djupfrysta
ärter

1 burk majsborn
(ca 350 g)
½ dl vatten
½ tsk salt
1 kryddmått
svartpeppar
persilja

Skala löken och skär den i stora klyftor. Bryn margarinet i en kokpanna eller gryta. Lägg i och bryn löken och curryn. Efterstek under lock ca 5 min. Skär korven i knubbiga bitar. Låt dem fräsa med löken en stund. Blanda i är-

ter och majs och tillsätt vatten, salt och peppar. Koka pannan några min. Strö hackad persilja över. Servera med kokt potatis eller potatismos.

Lunchkorv är en lättkorv som innehåller bara 11% fett. Den passar bra i en gryta som här men kan naturligtvis också stekas i panna eller ugn. För att fetthalten inte ska bli högre vid tillagningen är det viktigt att korven steks långsamt i panna på svag värme, i regel behövs då inget fett. I ugn behövs inget fett alls.



i 250° ugnsvärme 10–15 min. Stro per-silja över och servera.

- 4 portioner.
- 2 msk chilisås
 - 10–12 potatisar
 - 2 msk gräddade
 - 1 msk rivna
 - pepparrot
 - 400 g Guldämlukorv
 - 2–3 tomater
 - 1 gul lök
 - 2 msk senap

Gör först potatismoset. Bred ut det på

ett ugnssäkert fat.
Dra skinnat av korven, skär den i ski-
vor. Lägg korvsnittorna ovanpå moset.
Hacka tomaterna och skala och hacka
löken. Blanda hacket med senap, chili-
sås, gräddade pepparrot och salt. Fördel
blandningen över korven. Sätt in fatet

Guldfalukorv innehåller mer kött
än vanlig falukorv och har också lite
grovare struktur, ungetår som falu-
korven hade förr.
Det är bekvämt att laga falukorven i
ugn. Fyll skårorna med ostskivor,
äpplekiyffor, senap eller ketchup.
Lägg gärna ett par sorters skivade
grönsaker bredvid korven, paprika,
tomat, lök, äpple. Pensla grönsa-
kerna med smält margarin och stek
i 225° ca 30 min.



4 portioner.

- 100 g rökt fläsk
- 1 Kokkorv, lätt
- (ca 300 g)
- 4 potatisar
- 2 morötter
- 1 bit kälrot
- 5 allbuljong
- (tärning)
- 1 tsk salt
- 2 lagerblad
- 6 svartpepparkorn
- 1 tsk kummin
- 1 purjolök
- 3 allfinstrimlad
- vitkål

Skär fläsket i tärningar och fräs det lätt
i en gryta. Skala potatis, morötter och
kälrot. Skär rottrückerterna i bitar. Lägg
dem i grytan tillsammans med fläsket.
Häll på buljong och tillsätt salt, lager-

blad och kryddor. Låt koka under lock
på svag värme ca 30 min.
Dra skinnat av korven och skär den i
skivor. Skär purjon i bitar och strimla
kålen. Lägg ner allt i grytan. Koka yt-
terligare ca 10 min eller tills allt är
mjukt. Servera med bröd.

Kokkorv är en lättkorv med bara
11% fett. Den kan användas på pre-
cis samma sätt som kokt köttkorv
och fläskkorv.



4 portioner.

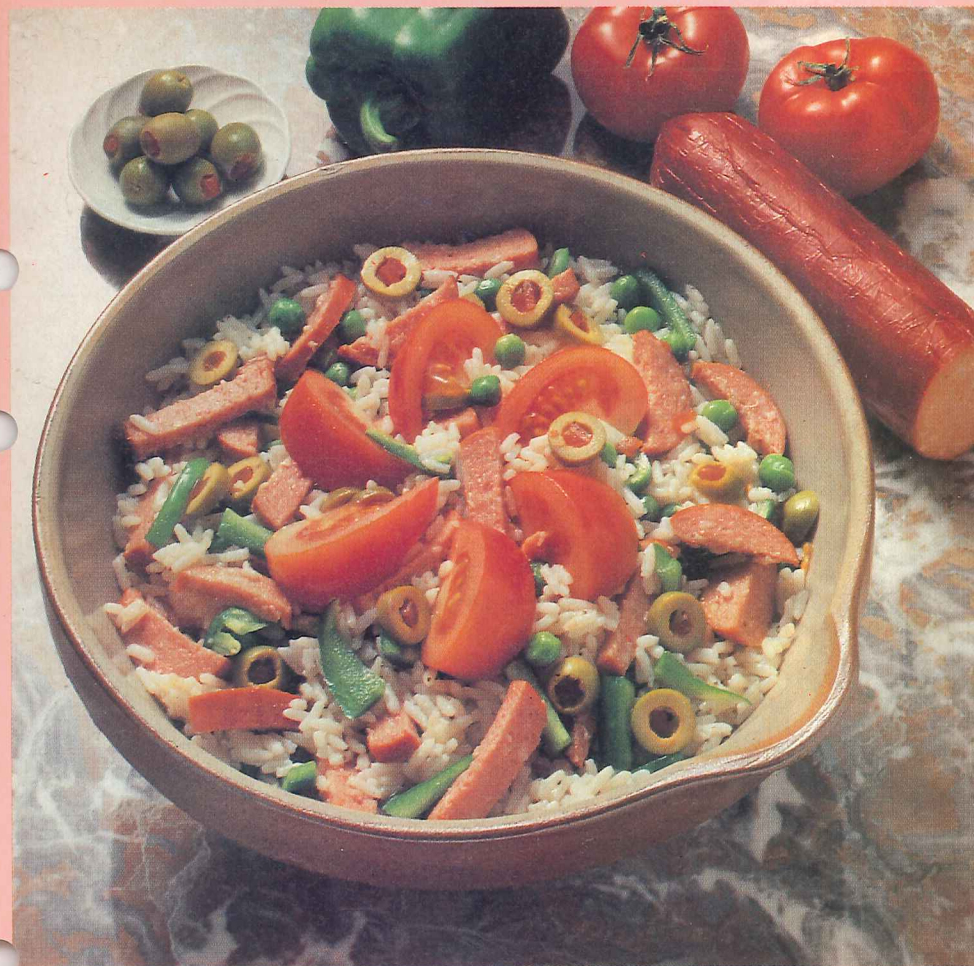
- | | |
|------------------|--------------------|
| 3 dl U-makaroner | 2 msk vitvins- |
| eller 4 dl | vinäger |
| snabbmakaroner | 1 tsk socker |
| 1 pkt bacon t ex | ½ dl hackad |
| Guldbacon | saltgurka |
| 1 gul lök | ½ tsk salt |
| 2 stjälkar blad- | 1 kryddmått |
| selleri | svartpeppar |
| 1 röd paprika | 5 grillkorvar t ex |
| 1 dl vatten | Guldgrillare |

Koka makaronerna enligt anvisning på förpackningen. Låt dem rinna av. Skär baconskivorna i bitar. Stek dem och låt dem rinna av på hushållspapper. Skala och hacka löken, strimla selleristjälkar

och paprika. Fräs lök, selleri och paprika i pannan. Häll på vatten och vinäger och tillsätt sockret. Låt allt koka upp och häll det sen i grytan med makaronerna. Lägg också i gurka och smaka av med salt och peppar. Låt makaronerna bli varma.

Stek korvarna. Lägg upp allt på ett varmt fat. Garnera med selleriblad eller persilja.

Makaronbädden är egentligen en varm makaronsallad med lite sötsur smak. Korven kan också skäras i mindre bitar och blandas med makaronerna. Guldgrillarna finns också i en förpackning med 10 korvar.



4 portioner.

- | | |
|--------------------------|--------------------|
| ca 200 g rökt korv, t ex | <u>Vinägersås:</u> |
| Rökta biten eller | 1 msk vinäger |
| Lönnebergakoro | 2 kryddmått |
| 2 dl långkornigt ris | salt |
| ca 2 dl djupfrysta ärter | 1 kryddmått |
| 1 röd eller grön paprika | svartpeppar |
| några oliver | (1 pressad |
| 2 tomater | vitlösklyfta) |
| | 1 msk vatten |
| | 2 msk olja |

Koka riset enligt anvisning på paketet. Gör vinägersåsen under tiden. Blanda

samma vinäger, salt, peppar, ev vitlök, vatten och olja. Blanda det kokta varma riset med vinägersåsen och ärtorna. Låt det kallna.

Skär korven i strimlor eller tärningar, strimla paprikan och skiva några oliver. Blanda allt med det kalla riset. Lägg upp i skål och garnera med tomatklyftor. Servera med ett gott bröd.

När man ska göra rissallad får riset mer smak om det blandas med vinägersåsen medan det ännu är varmt.



Kassler är lätttrimmad kotte/trad som är varmrökt. Benfri kassler är lätt att skära i skivor och kan ätas direkt utan vidare tillagning, precis som i receptet här. Kall kassler är god tillsammans med gräddfilssås på smörgås.

Skivad kassler kan också stekas, det räcker med 1 minut per sida, eller gratineras: skär tunnare skivor av kasslern och lägg ihop två och två med en fyllning av t ex senap och oregano. Lägg skivorna ovanpå en nästan färdig potatisgratäng, strö ost över och gratinera ca 10 min.

4 portioner.

ca 400 g benfri kassler 1 dl creme fraiche
1 liten gurka (ca 300 g) 1 kryddmått salt
1 knippa persilja ca 1 msk rivet
8 skivor ananas ca 1 msk rivet
1 egen juice

Skär kasslern i 8 skivor.
Skölj gurkan och skär den i små tärningar. Blanda gurkan med hackad persilja. Bred ut gurkhacket på ett servertingsfat.
Lägg ut kasslerskivorna och lägg en ananasskiva på varje. Smaksätt creme fraiche med salt och pepparrot och lägg nasringar i stället för oliver.

Servera med kokt farskpotatis.



4 portioner.

Strimla paprikan och skär tomaterna i bitar. Skär skinkan i strimlor och korven i skivor om den är tunn, strimla annars också korven. Låt skinka och korv koka med i grytan de sista 5 min av koktiden. Skala och vänd ner råkorna i det färdiga riset. Garnera med skivade oliver. Servera med en grön-sallad och bröd.

Jambalaya är en kreolsk »risotto» med pilaffris och ett rikt innehåll. Ibland är den garnerad med ananasringar i stället för oliver.

2 gula lökar 1/2 tsk timjan
1 vittlöksklyfta margarin
2 dl långkornigt ris
5 dl buljong (tärning)
1 kryddmått svartpappas
1/2 tsk oregano

Skala och hacka lök och vitlök. Fräs hacket i margarin i en gryta. Lägg i och låt riset fräsa med en stund. Tillsätt buljong och kryddor. Koka riset, se koktid på förpackningen.