

Sommar-
dröm

4 portioner

Välj ca ½ l färska eller djupfrysta bär: jordgubbar, hallon, blåbär var för sig eller jordgubbar och hallon eller hallon och blåbär blandade. Dela stora jordgubbar.

Vispa 1 ½-2 dl vispgrädde.

Bryt några maränger i mindre bitar.

Varva bär, grädde och maräng i ett par tre varv i vida glas. Ställ glasen så de blir kalla före serveringen.

Ägg- och räksallad

4 portioner

1 finhackad gul lök
1 msk margarin
½-1 tsk curry
2 dl gräddfil
½ tsk salt
1 sallatshuvud
6 hårdkokta ägg
300-400 g räkor med skal
dill

Fräs löken i margarin, låt curryn fräsa med mot slutet. Låt löken svalna. Blanda den sedan med gräddfilen och smaka av med salt.

Skölj och strimla sallaten och lägg den på ett fat. Lägg på skivade ägg, gräddfilssås och skalade räkor. Garnera med dill.

Servera med bröd.

RÅD & RECEPT

Nr 5 • 1989

Sommarmat

PROVKÖKET

Box 15200, 10465 Stockholm
Tel 08-743 1000

ca 10 potatisar
vatten, salt
½ tsk salt
2 msk margarin
400 g falukorv
1 burk hela eller
krossade tomater
(400 g)
2 skivor vitt bröd
1 krm vitlökspulver
1 dl hackad persilja
1-2 dl riven ost

Skala och skiva potatisen. Låt skivorna koka sen. Låt skivorna koka upp i lättsaltat vatten. Håll av vattnet. Blanda potatisen försiktigt med salt och margarin i kastullen och lägg sedan potatisen på ett ugnssäkert fat. Sätt in fatet i 200° ugnsvärme i ca 15 min.
Skär koren i skivor. Lägg den och tomaterna med spad på potatisen. Blanda söndersmulat bröd med vitlök och persilja. Strö det och den rivna osten över korv och tomat.
Sätt in fatet i ugnen ytterligare ca 15 min, tills potatisen är mjuk.

Gör en "grön" gratäng med samma ingredienser, utom korv förstås.
Koka upp potatisskivorna och lägg dem på fat. Strö över lite salt. Håll över krossade tomater, salta och peppra.
Stro över brödblandning och ost. Sätt in i 225° ugnsvärme 20-25 min.

fransk-sallad

4 portioner

ca 8 kokta
franska potatisar
4 tomater
1-2 burkar tonfisk
(200 g)
1-2 hårdkokta ägg

Salladsdressing:

1 msk pressad citron
1 krm salt
½ krm svartpeppar
2 tsk senap
2 msk olja

Skär potatis och tomater i skivor. Lägg dem runt kanten på ett fat eller för-dela på fyra tallrikar.
Dela tonfisken i mindre bitar och lägg den i mitten. Dela äggen i gula och vita.



Blanda eller skaka
sammen salladsdressing
och håll den över fisken.
Hacka vitan och strö
den över och tryck till sist
gulian över genom en sil
(eller hacka hela ägget).
Servera med bröd.

• • • • •
Tonfisken kan ersättas
av böckling eller annan
rökt fisk.

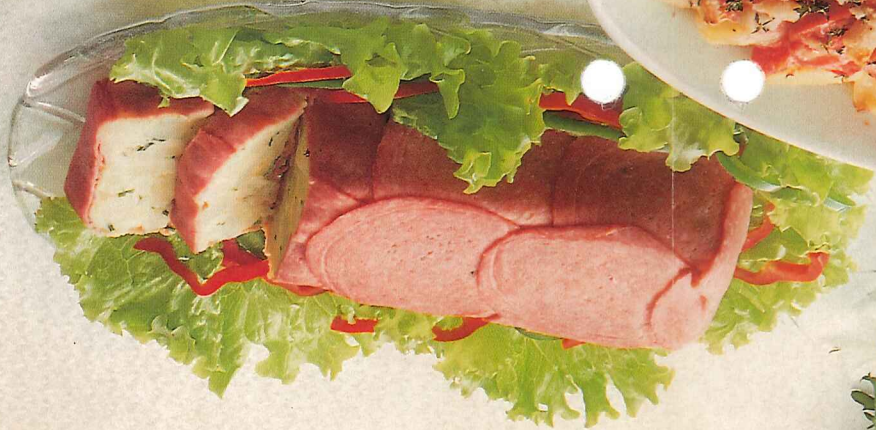
fransk-soppa

4 portioner

ca 500 g fransk broccoli
1 l vatten
2 grönsaksbuljong-
tärningar
4 skivor vitt bröd
salt, svartpeppar
1 vitlöksklyfta
riven Parmesanost

Skölj broccoli och skär

buljongtärningar. Lägg i
den i mindre bitar.
Koka upp vatten och
bara ca 5 min.
och jämnt mjuk, det tar
och koka broccoli i nätt



4-6 portioner

fransissallad
i form

8-10 medelstora potatisar
(ca 800 g)
1 msk vitvinsvineräger
1 msk osötad senap
½ tsk selleriesalt
1 krm svartpeppar
2 msk olja
3 msk majonnäs
ca ½ dl hackad gräslök
ca 150 g skivad rökt korv.
gärna med vitlöks smak

Skala och skär potatisen i
centimeterstora tärningar.
Koka dem nätt och jämnt
mjuka i lättsaltat vatten.
Blanda under tiden sam-
man vinäger, senap, sel-
lerisalt, svartpeppar och
olja till en dressing.
Låt potatisen rinna av.
Blanda den varma potati-
sen med dressingen och
majonnäsen. Låt den
kallna.

Lägg korvskivorna lite
omlött i en avlång bakform
(ca 1,2 l) så de täcker bot-
ten och kantar, spara någ-
ra skivor som räcker att
täckta ytan med.
Lägg i potatisen och
tryck ner den i formen med
t ex baksidan av en sked.
Täck med resten av korv-
skivorna.
Täck formen med folie
och ställ i kylskåp några
timmar.
Stjälp upp formen på
ett fat. Garnera med sal-
atsblad och tomatsskivor.
Skär i ganska tjocka
skivor. Servera med bröd.
Den franska broccoli
kan bytas ut mot 2 pkt
djupfrys.

Rosta brödet. Dela
vitlöksklyftan och gnid
tryck ner den i formen med
brödskivorna. Lägg dem i
djupa tallrikar. Smaka av
soppan och håll den över.
Strö på rikligt med ost.
Servera genast.

• • • • •