



BRA ATT VETA NÄR MAN GRILLAR UTOMHUS

Grillning utomhus är en trevlig sysselsättning. De flesta tycker att det är roligt att pyssla och hjälpa till kring en utegrill, för att inte tala om hur gott det smakar med mat utomhus. Att det ryker och osar lite gör ju inte ett dugg.

För att få ett lyckat resultat gäller det först och främst att ordna en ordentlig glödbädd. Det gör man bäst och lättast med träkol. Träkolen ger dessutom det grillade en god och karaktäristisk smak. Träkolen tänds enklast med en speciell tändvätska, som man köper samtidigt som kolen.

Man kan placera kolen i en utomhusspis, om sådan finns, eller i en speciell utegrill. Det finns dels utomhusgrillar av s.k. tevagnstyp med roterande spett, dels små sportgrillar, som går att fälla ihop.

Man kan också själv på ett enkelt sätt ordna en grill. Man lägger kolen i en långpanna, tänder på och placerar ett ugn- eller stekgaller ovanpå. Det bör vara ett mellanrum mellan galler och glöd. Långpannan kan sättas på sten eller i sand, inte på gräsmatta som skadas av värmen.

Att grilla betyder egentligen att steka utan fett, men det som ska grillas blir godare och får vackrare färg om man före grillningen penslar med olja eller smält margarin, gärna smaksatt med en eller flera kryddor. Salta bör man vänta med till efter grillningen.

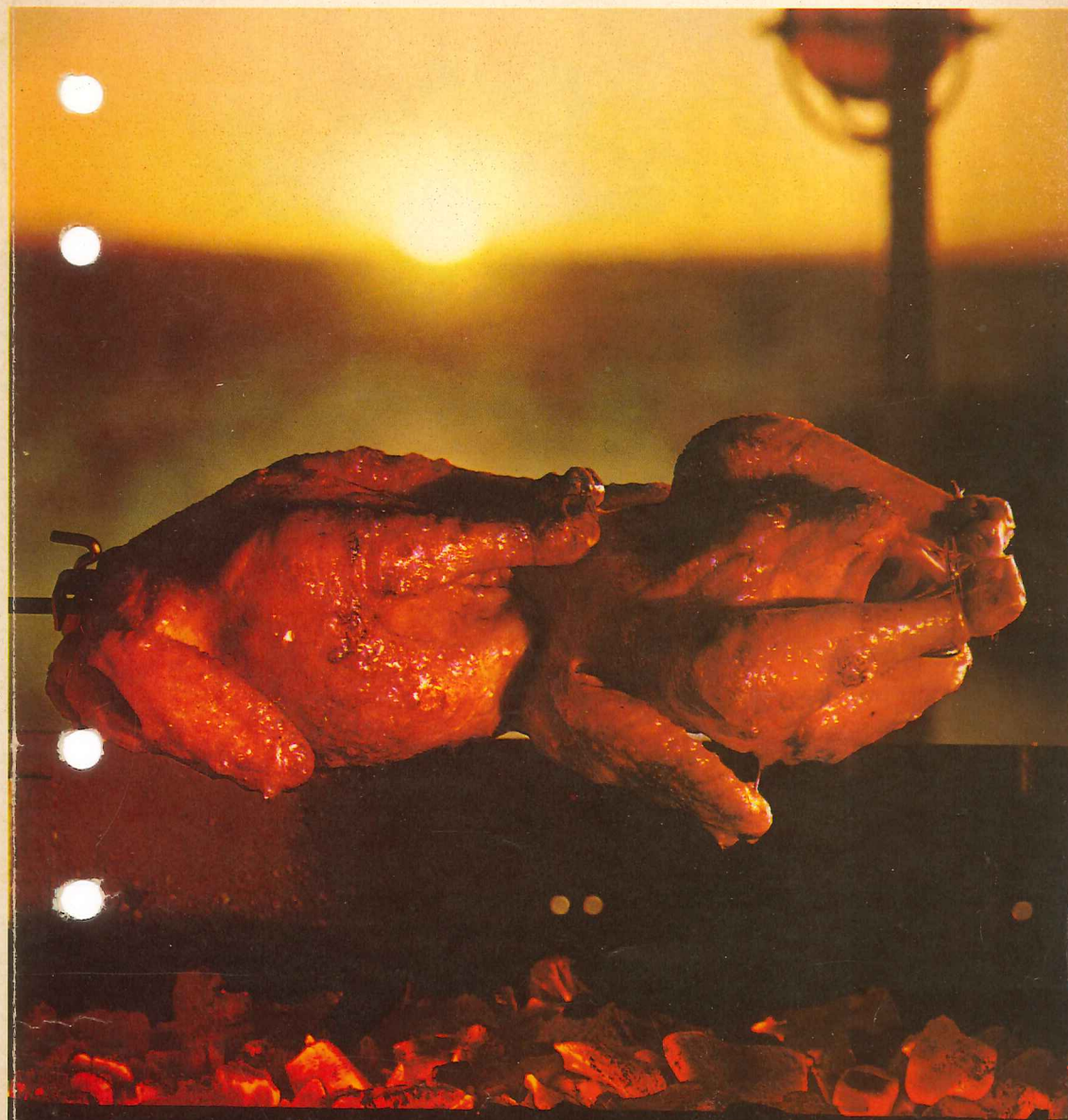
LÄMPLIGA KRYDDOR:

Fläskkött — rosmarin, salvia, timjan, ingefära
 Nötkött — svartpeppar, cayennepeppar, vitlökspulver
 Lammkött — vitlök, curry, ingefära, rosmarin
 Kyckling — curry, paprikapulver, salvia, dragon
 Fisk — curry, paprikapulver, till feta fiskar salvia, muskotblomma, koriander

Grillningen tar i allmänhet längre tid än vad man kanske tror. Exakt hur lång tid det tar att grilla är svårt att ange eftersom mycket spelar in. Tjockleken och storleken på det man grillar, avståndet till och intensiteten i glöden spelar stor roll. Man bör därför noga passa det man grillar och vända det ett par gånger.

UNGEFÄRLIGA GRILLTIDER:

Grillkorv	5—6 minuter	Hel grillkyckling på spett	30—35 minuter
Falukorv i skivor	5—6 minuter	Hel broiler på spett	50—55 minuter
Fläskkotlett	12—15 minuter	Grillspett med korv	4—5 minuter
Hamburgare	10—12 minuter	Grillspett med mörkt kött i bitar	7—10 minuter
Lever i skivor	12—15 minuter	Strömning — sotare	6—7 minuter
Kyckling i halvor	25—30 minuter	Glödsteckt salt sill	10—12 minuter



May är en skön månad, vi längtar alla ut i naturen och vill vistas i köket så lite som möjligt. Lättlagad skall maten vara, också fräsch, vällagad och näringssiktig. När kvällarna blir varmare är det roligt och gott att samlas kring en utegrill.



FIN LEVERPANNA 4 PERSONER

- FIN LEVERPANNA
- RASTEKT POTATIS
- SKIVADE TOMATER
- 2 GLAS SKUMMIOLK
- 1 MIUK SMÖRGÅS
- 1 SKIVA MELON



Klipp baconskivorna i strimlor och stek dem i en stekpanna. Tag upp dem och låt dem rinna av. Skär levern i strimlor och vänd dem i en blandning av vetemjöl, salt och vitpeppar. Bryn leverstrimlorna i en del av baconfettet. Skär champinjoner i skivor och låt dem fräsa med levern en stund. Tillsätt vatten och soya och låt det hela sjuda under lock ca 10 minuter. Servera pannan överströdd med baconstrimlorna och klippt persilja.

- 1 hg bacon
- 4 hg nötlever
- 2 msk vetemjöl
- 1 tsk salt, vitpeppar
- 1 hg färska champinjoner
- 1 1/2 dl vatten
- 1/2 msk äkta soya
- klippt persilja

Tillagningstid ca 30 min

KOTTFÄRSPYTT MED PAPIKA 4 PERSONER

- KOTTFÄRSPYTT MED PAPIKA
- GRONSALLAD
- 1-2 GLAS SKUMMIOLK
- 2 HÄRDA SMÖRGÅSAR
- GLASS



Skala och skär potatisen i tärningar. Bryn dem i hälften av margarinet i en stekpanna. Skala och hacka löken, blanda den med potatisen. Låt potatis och lök eftersteka under lock ca 15 minuter. Bryn köttfärsen i resten av margarinet i en annan stekpanna ca 5 minuter. Hacka paprikasalladen och blanda den med köttfärsen. Blanda sedan köttfärs och potatis samt smaksätt med salt och vitpeppar. Servera pyttan överströdd med hackad persilja.

- 8-10 medelstora potatisar
- 2 msk margarin
- 2 gula lökar
- 3 hg köttfärs
- 1 dl paprikasallad (1/2 burk)
- 1 1/2 tsk salt, vitpeppar
- hackad persilja

Tillagningstid ca 45 min

DEN MÄTTANDE FISKOPPAN 4 PERSONER

- DEN MÄTTANDE FISKOPPAN
- 1-2 GLAS SKUMMIOLK
- 1 MIUK SMÖRGÅS MED OST
- APPELKAKA



Skala, hacka och fräs löken i margarin i en gryta. Tillsätt paprikapulvret. Skala och skär potatisen i tärningar och blanda ner dem och spadet från tomaterna samt buljong-4 potatisar 1 burk tomater (400 g) 1/2 l buljong (tärning) 1 paket djupfr. torsk (450 g) 1/2 tsk salt

hackad persilja

Tillagningstid ca 30 min

Sjuda högst 10 minuter. Läggt i tomaterna och den hackade persiljan. Smaksätt med salt.

LAPSKOJS 4 PERSONER

- 2 gula lökar
- 1 msk margarin
- 1/2-1 tsk paprikapulver
- 4 potatisar
- 1 burk tomater (400 g)
- 1/2 l buljong (tärning)
- 1 paket djupfr. torsk (450 g)
- 1 burk corned beef (350 g)
- salt, vitpeppar
- gräslök

Tillagningstid ca 10 min

Gör i ordning potatismos för 4 personer enligt anvisningarna på förpackningen. Skär corned beef i små bitar och blanda det i moset. Smaka av med salt, vitpeppar och tillsätt rikligt med klippt gräslök. Värm och servera med tomater eller inlagda rödbetor.

INGERS MAKARONSALLAD 4 PERSONER

- 4 dl snabbmakaroner
- 1 liten purjolök
- 1 dl hackad delikatessgurka
- 1 dl gräddfil
- 1/2 dl ketchup
- 1/2 tsk salt

Tillagningstid ca 20 min

Koka snabbmakaroner enligt anvisningarna på förpackningen och spola dem sedan i kallt vatten. Strimla purjolöken fint och hacka delikatessgurkan. Rör samman gräddfil, ketchup och salt. Blanda såsen med makaroner, gurka och purjolök, men spår lite av purjolöken till garnering. Lagg upp salladen i en skål eller på ett fat och strö över purjolök. Servera med stekt eller grillad korv.

FÄRGLAD VÄRSALLAD 4 PERSONER

- 1 grönsalladshuvud
- 1 pkt djupfr. grönsaksblandning (ca 225 g)
- 1 msk vitäger
- 2 msk olja
- 1 msk vatten
- salt, svartpeppar

Tillagningstid ca 10 min

Skölj, strimla och lägg grönsalladen på ett fat. Spola grönsaksblandningen i vatten så att den tinar och lägg den sedan på grönsalladshuvudet. Blanda samman vitäger, olja och vatten. Smaksätt med salt, svartpeppar och stöt ros- skinkskivorna och lägg dem i en krans runt grönsakerna. Servera salladen som lunch- eller supérett med vitt bröd, gärna rostat.