

Ansjovis-sufflé

4 portioner

1 gul lök
10–12 ansjovisfiléer
3 msk vetemjöl
3 dl mjölk
1½ msk margarin
4 ägg

Skala och hacka löken. Fräs den i lite margarin. Hacka ansjovisen. Vispa ut mjölet med lite av mjölken i en kastrull.

Tillsätt resten av mjölken och margarin. Koka upp under omrörning och låt koka 3–4 min, rör då och då.

Ta kastrullen från värmen. Skilj på äggulor och vitor. Rör ner en äggula i taget. Blanda också i lök och ansjovis.

Vispa vitorna till hårt skum. Vänd försiktigt ner äggviteskummet i äggsmeten. Häll smeten i en väl smord ugns säker form med raka kanter, ca 1½ l.

Grädda i 175° ugnsvärme i nedre delen av ugnen ca 45 min.

Servera genast med en grön sallad till.

Rör ev ner 2–3 tsk majsena samtidigt med lök och ansjovis, mjölet gör att sufflén håller formen bättre.

Öppna inte ugnsluckan förrän mot slutet av gräddningen, annars finns det risk att sufflén sjunker.

Krämig kålsallad

4–6 portioner

6–7 dl finstrimlad vitkål
1 stor morot
1 grön paprika

Salladssås:

1½ dl gräddfil
2–3 msk majonnäs
1 tsk pressad citron
¾ tsk salt
1 krm svartpeppar
1 tsk hel kummin

Strimla vitkålen fint, tex med osthyvel.

Skala och riv moroten grovt. Skölj och finstrimla paprikan. Lägg allt i en skål.

Rör samman ingredienserna till salladssåsen. Häll den över grönsakerna och blanda väl. Täck över och ställ salladen i kylskåp några timmar.

Låt salladen få rumstemperatur innan den serveras.

Servera till skinka, korv, köttträtter.

Julsill

2 hela stora salta sillar (ca 600 g)

Marinad:

4 msk rödvinsvinäger
2 msk olja
2 msk tomatpuré
2 msk farinsocker upplöst
i 1 msk ljumt vatten
3 msk hackad rödlök
hackad persilja eller dill

Ta ur och skölj sillen. Låt den ligga i 3–4 l kallt vatten ca 1 dygn.

Dela sillen i filéer. Ta bort skinn och ben och skär filéerna i ca 2 cm breda bitar. Lägg dem på ett djupt fat.

Blanda vinäger, olja, tomatpuré, socker och lök till marinaden. Häll den över sillen och låt den ligga i marinaden några timmar eller över en natt.

Garnera med kryddgrönt och ev ny lök.

RÅD & RECEPT

Nr 9 • 1989

Mat kring jul



PROVKÖKET

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

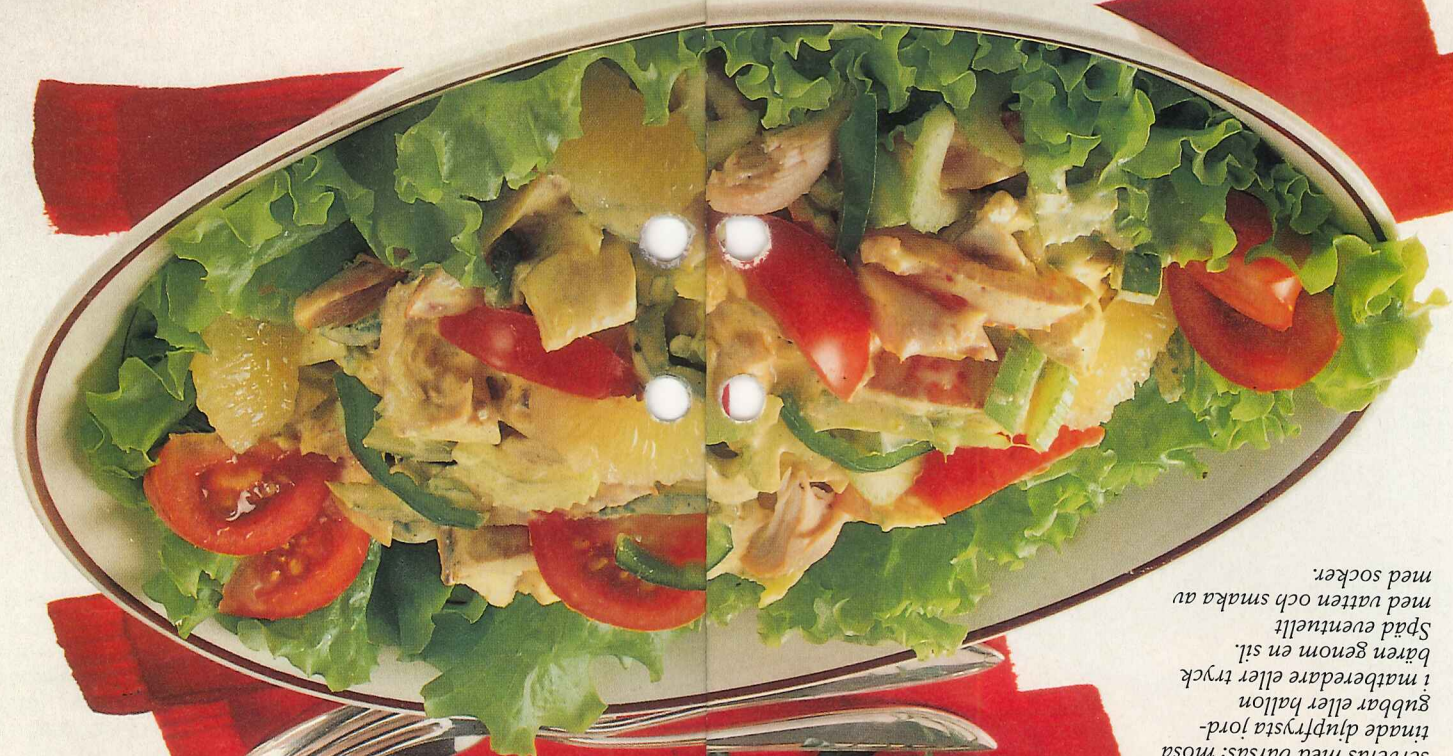
ca 5 dl kall risgrönsgröt
eller 1 1/2 dl långkornigt
ris + 3-4 dl vatten
(ca 4 1/2 dl kokt ris)
2 apelsiner
1-2 tsk socker
2 tsk vaniljsocker
1 msk gelatinpulver
3 msk vatten
1/2 dl visprädd
äggvit
(apelsin, rostad flagad
mandel)

Blanda gelatin och
ovispad grädd med riset.
Vispa vitan till hårt
skum och vänd ner den.
Lägg riset i formen, för-
siktig så att apelsinerna
ligger kvar. Täck över och
ställ formen i kylskåp
någon timme för att stel-
na.
Doppa formen i hett
vatten och stjälp upp den
på fat.
Gärna gärna med
apelsinkyftor och rostad
flagad mandel.

Pensla en hälform (1 1/2 l)

lät med olja.
Använd kall gröt eller
kokt ris eller koka ris och
vatten ca 20 min. Spola
riset kallt och låt det
rinna av väl.
Skär apelsinkyftorna
hinnfri. Placera ut en
del av dem i botten på
formen. Skär resten i
mindre bitar.
Blanda riset med apsel-
sin och socker.
Låt gelatinet svälla i
vattnet i en kopp ca 5
min. Ställ koppen i kok-
het vatten tills gelatinet
är löst. Låt det svalna lite.

Riskransen kan också
serveras med bär: så: mosa
tinade djupfrys Jord-
gubbar eller hallon
i matberedare eller tryck
bären genom en sil.
Spå eventuellt
med vatten och smaka av
med socker.



5-6 dl kött i bitar av
stekt kalkon
1 grapefrukt
2-3 stjälkar selleri
1 grön paprika
2 tomater
1 dl gräddfil
1/2 dl majonnäs
2 krm salt
1/2 krm svartpeppar
2 tsk curry
(1 msk mango chutney)
isbergs- eller grönsallat

Skar köttet i bitar. Skala
grapefrukten och skär
gärna kyftorna hinnfri.
Dela ev kyftorna. Skär
sellerin i skivor, paprikan
i strimlor och tomaterna
i kyftor.
Lägg det skurna i en
skål.
Blanda gräddfil och
majonnäs och smaksätt
med salt, peppar, curry
och ev mango chutney.
Blanda salladsåsen med
kött och grönsaker. Ställ
salladen kallt en stund
innan den ska serveras.
Lägg upp salladen på en
bädd av salladsblad.
Servera med bröd.

Om man haft kalkon-
middag blir det ofta kött
kvar på skrovet som
passar utmärkt att an-
vända i en sallad.
Kalkonköttet kan också
bytas ut mot några skivor
julskinka som skärs i
tärningar. Om skinka
används kan curryn gärna
bytas mot senap.

Valnöts- tårta

12–16 bitar

50 g valnötsskärnor
rivet skal av 1 apelsin
4 ägg
2 dl socker
2 dl vetemjöl

Fyllning:

25 g valnötsskärnor
1½ dl gräddfil
2 tsk vanillinsocker
1 msk pressad apelsin

Garnering:

100 g rumsvarmt smör
eller bordsmargarin
2½ dl florsocker
1½–2 msk snabbkaffe
1 msk hett vatten
(valnötsskärnor, strimlat
apelsinskal)

Smörj och bröa en rund
bakform, 2 l.

Mal eller finhacka nöt-
terna. Tvätta apelsinen
väl, torka skalet och riv av
det gula.

Vispa ägg och socker
pösigt. Vispa ner det riva
skalet. Vänd ner mjö-
let och nöterna.

Häll smeten i formen.
Grädda i 175° ugnsvärme
ca 40 min.

Låt kakan stå några
min innan den stjälp
upp på galler och får kall-

na under bakduk.

Finhacka nöterna till
fyllningen. Smaksätt
gräddfilen med nötter,
vanillinsocker och
apelsin.

Dela kakan i två bott-
nar och bred gräddfilen
emellan.

Rör smöret mjukt till
garneringen. Blanda det
med florsockret till en
jämn kräm. Lös kaffet i
vattnet och tillsätt det
under omrörning.

Bred krämen runt
kanten på tårten och bred
eller spritsa översidan.

Garnera gärna med
valnötter och/eller mjuk-
kokta strimlor av apelsin-
skal.

På annat sätt:
Uteslut gräddfils-
fyllningen och gör
i stället 1½ sats av smör-
krämen och använd den
som fyllning mellan
bottenarna också.



Godis- kakor

20 st

75–100 g mörk block-
choklad
1 förpackning röda
bigarräer (60 g)
50 g margarin
¾ dl socker
1 ägg
1 påse mandelspån (45 g)
1 förpackning hackat
apelsinskal (65 g)

Dela blockchokladen i
bitar och smält den i en
djup tallrik eller skål över
en kastrull med hett
vatten.

Fördela chokladen i
engångsbakformar av
aluminium eller papper,
ca 1 tsk choklad i varje
och bred ut den så bott-
narna täcks. Ställ formar-
na i kylskåp tills chokla-
den stelnar.

Grovhacka bigarräerna
under tiden.

Rör margarin och soc-
ker poröst. Rör i ägget och
blanda i bigarräer, mandel
och apelsinskal.

Klicka ut fruktbland-
ningen i bakformarna.

Grädda i 175° ugnsvär-
me 12–15 min, tills fyl-
lingen fått lite färg.

Låt kakorna kallna på
galler och ställ dem sen
gärna i kylskåp innan bak-
formarna försiktigt dras
av, det går lätt om man
börjar med att riva av
kanterna på formarna.

Förvara helst
kakorna i kylskåp.
Kakorna passar lika bra
till en kopp kaffe
efter maten som till
”julgodis”.

JULKLAPPSTIPS • LILLA MATBOKEN • MED DET BÄSTA UR RÅD & RECEPT • FÖR 49:- • FINNS I VÅRA STÖRRE MATBUTIKER

F

ärtlagad uppe-
sttärilåda

4-5 portioner

1 burk torskrom (400 g)
1 förpackning djupfrys-
t Crabbfish, krabbspinnar
eller liknande (ca 200 g)
3 ägg
3 dl mjölk
1-2 krm salt
1 krm svartpeppar
1 knippsa dill

Skar torskrommen i
skivor och lägg ut dem i
en smord ugnsäker
form. Fördela tinad Crab-

fish ovanpå.
Vispa samman ägg
och mjölk och smaksätt
med salt, peppar och den

hackade dill. Häll ägg-
blandningen i formen.
Grädda i 200° ugn-

värme i mitten av ugnen
30-35 min.

Servera rätten lite av-
svalnad med en grönsal-
lad och gärna hårt bröd.

Om man lägger
4-5 kokta skivade
portaisar i botten före
torskrommen räcker
rätten till 6 portioner.
Om man vill ha en
jämnare fördelning av
torskrommen kan den
mosas sönder med en gaffel
och blandas med ägg,
mjölk och dill.

F

ulpäte

6-8 portioner

1 förpackning fryst
kycklinglever (400 g)
100 g rökt skinka
1 gul lök
200 g nötfärs
200 g fläskfärs
1 krm svartpeppar
(2 pressade vitlöksklyftor)
2 msk vetemjöl
Om man vill ha en
jämnare fördelning av
torskrommen kan den
mosas sönder med en gaffel
och blandas med ägg,
mjölk och dill.

Lät kycklinglevern nätt
och jämnt tina. Hacka
den ganska fint.

Skär skinkan i små
tärningar.
Skala och finhacka
löken.

Blanda nöt- och fläsk-
färs med lever, skinka,
lök, salt och kryddor.
Tillsätt mjöl, ägg och

grädda och rör tills färse-

är väl blandad.

Lägg smeten i en väl
smord avlång brödform,

Grädda i 175° ugn-

värme i nedre delen av
ugnen ca 1 1/4 tim.

Låt päten svalna innan
den stjälpas upp.

Servera som lunch-
eller kvällsrätt med salt-

gurka, oliver, mango
chutney, grönsallad, vitt
bröd eller som smörgäs-
rätt på julbordet.
Päten går bra att frysa.



4-5 portioner

6-7 potatisar
2 gula lökar
1 medelstor rotselleri eller
1/2 kålrot (ca 300 g)
3 medelstora morötter
1 tsk salt
2 krm svartpeppar
1 1/2 dl buljong (tärning)
ca 2 dl rivnen ost

Skala potatis, lök, selleri
eller kålrot och morötter.
Skär dem i tunna
skivor.
Varva skivorna på
smort ugnsäkert fat
och strö salt och peppar
mellan varven. Häll på
buljongen. Täck fatet
med aluminiumfolie och
sätt in det i 225° ugn-

värme i mitten av ugnen
ca 45 min.
Ta av folien och strö
över osten. Låt fatet stå
i ugnen ytterligare ca 10
min, tills osten fått färg
och rotsakerna är mjuka.
Servera gratängen till
skinka, julkorv, kött-
bullar.

F

otsaks-
gratäng