

Potatis- gratäng

ca 15 portioner

4 gula lökar
3 medelstora purjolökar
500-600 g rökt skinka,
kassler eller korv
3 kg potatis
1½ dl vetemjöl
4 ägg
1½ msk salt
½-1 tsk svartpeppar
ca 500 g riven ost

Skala och hacka löken.

Skölj och skär purjon i tunna skivor.

Skär skinka, kassler eller korv i tärningar.

Skala potatisen och riv den grovt.

Blanda allt det rivna och skurna i en stor bunke. Strö över mjölet och rör om.

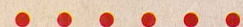
Blanda i ägg, salt och peppar.

Smörj en långpanna eller stora ugnssäkra fat.

Lägg i hälften av potatisblandningen. Strö över det mesta av osten. Täck med resten av potatisblandningen och strö över resten av osten.

Sätt in i 200° ugnsvärme i mitten av ugnen ca 45 min.

Servera med lingonsylt.



(Vätskan är inte bortglömd, det behövs ingen.)

Uteslut köttet och servera kall eller bräckt skinka, kassler eller korv till dem som vill ha kött.

Aprikossallad med banan

ca 15 portioner

2 påsar (à 225 g)
torkade aprikoser
6-8 bananer
ca 3 msk pressad citron
ca 1½ dl russin
riven muskotnöt
kanel
naturell yoghurt

Lägg aprikoserna i en skål och häll på kallt vatten så det täcker. Låt stå över en natt.

Skiva bananerna och fukta dem med citronsaft.

Lägg dem i en serveringskål och blanda i aprikoser, lite aprikosspad och russin.

Strö ev över lite riven muskotnöt och/eller kanel.

Servera med yoghurt.



Efterrätten vinner bara på att göras en dag i förväg.

*På annat sätt:
Byt ut aprikoserna mot torkad blandad frukt, ev hackad.*

Svea Larsens Publiflex AB

RÅD & RECEPT

Nr 9 • 1990

Mat för många



 PROVKÖKET

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

Fiskgröta

12-15 portioner

1 1/2-2 kg torskfile,
färsk eller fryst
ca 8 tomater
3-4 gröna eller röda
paprikor
ca 1 1/2 tsk salt
ca 1 1/2 tsk svartpeppar
1 fiskbuljongtärning
3 dl vatten
citronkylfjor

Med grönt

12-15 portioner

1 kg purjolök
1 msk salt
1 msk svartpeppar
ca 8 tomater
3-4 gröna eller röda
paprikor
ca 1 1/2 tsk salt
ca 1 1/2 tsk svartpeppar
1 fiskbuljongtärning
3 dl vatten
citronkylfjor

Rotatissoppa

ca 15 portioner

5 gula lökar
1 1/2 kg potatis (ca 15 st)
8 medelstora morötter
5 syrliga äpplen
margarin
ca 2 msk curry
4 l vatten
8 grönsaksbuljong-
tärningar
1 1/2-2 tsk salt
1/2 tsk svartpeppar
ca 2 msk pressad citron

Skala och hacka löken.

Dela och kärna ur äpp-
len.

5 gula lökar
1 1/2 kg potatis (ca 15 st)
8 medelstora morötter
5 syrliga äpplen
margarin
ca 2 msk curry
4 l vatten
8 grönsaksbuljong-
tärningar
1 1/2-2 tsk salt
1/2 tsk svartpeppar
ca 2 msk pressad citron

Akaron- grätång

12-15 portioner

1/4 kg makaroner
vatten, salt
500-600 g rökt skinka,
kassler eller korv
ca 3/4 kg rivnen ost
2 1/2 l mjölk
3 msk margarin
1 tsk svartpeppar
3 msk senap

Tina djupfrost fisk. Sätt

ugnerna på 200°. Skär fisk-
filéerna i ca 5 cm stora
bitar.

Skiva tomaterna och
kärna ur och skär papri-
korna i tunna skivor.
Varva fisk, tomater och
paprika som tegejpinnor i
långpanna eller på stora
ugnssäkra fat. Salta och
peppra. Pressa ev vitlök
över. Dela lagerbladen och
stick ner dem här och där.
Lös upp buljongtär-
ningen i vattnet och häll
det över.

Täck med aluminium-
folie och sätt in i mitten av
ugn 50-55 min, tills fis-
ken är färdig.
Servera med kokt ris
eller potatis och citron-
kylfjor.

Rätten kan också smak-
sättas med någon ört-
krydda, t ex timjan eller
basilika.
Beräkna ca 3 kg potatis
eller 7 dl ris till
12-15 portioner.

Häll den över purjon.

Sätt in fatet i 200°
ugnsvärme ca 20 min.

Doppa ev tomaterna i
kokande vatten så skalen
kan dras av. Skiva toma-
terna.
Ta ut fatet/faten och
lägg på tomat-skivorna.
Täck med ostskivor.
Sätt in fatet igen
25-30 min tills osten
smälter och får färg.
Servera med ris eller
bröd som "grön" rätt
eller med bräckt korv eller
bacon.

Snitta och skölj purjon.

Skär den i strimlor.
Lägg dem i smord
långpanna eller på stora
ugnssäkra fat. Strö över
salt, peppar och mjöl

Skiva tomaterna och
kärna ur och skär papri-
korna i tunna skivor.
Varva fisk, tomater och
paprika som tegejpinnor i
långpanna eller på stora
ugnssäkra fat. Salta och
peppra. Pressa ev vitlök
över. Dela lagerbladen och
stick ner dem här och där.
Lös upp buljongtär-
ningen i vattnet och häll
det över.

Täck med aluminium-
folie och sätt in i mitten av
ugn 50-55 min, tills fis-
ken är färdig.
Servera med kokt ris
eller potatis och citron-
kylfjor.

Rätten kan också smak-
sättas med någon ört-
krydda, t ex timjan eller
basilika.
Beräkna ca 3 kg potatis
eller 7 dl ris till
12-15 portioner.

Variera gärna

Genom att lägga musslor
eller fiskbulvar i soppan.
Med ett par dl mjölk
i soppan får den en lite
"rundare" smak.

Häll säsen över de av-
runna makaronerna och
örtkrydda. Smaka av.
Häll blandningen i en
stor långpanna eller på
stora fat.
Strö över resten av
osten.

Sätt in i 250° ugn-
värme högt upp i ugnen
tills ytan fått fin färg,
ca 20 min.
Servera med t ex rä-
nivna morötter.

Hur många portioner
det blir av rätten beror
lagets sammansättning
Satsen är lagom i en
vanlig ugnslångpanna
med raka kanter.

