

## *Lennarts receptsamling*



*Några recept som jag samlat på efter  
att själv ha provat och godkänt dem*

*Tillägnad alla er som, liksom jag,  
inte är särskilt hemma på matlagning  
Lennart Angvik*



<b>FÖRRÄTTER</b> .....	4
AVOCADO .....	4
KRÄFTSOPPA .....	4
TRATTKANTARELLSOPPA 1 .....	4
TRATTKANTARELLSOPPA 2 (FÖR 4 PERS) .....	5
<b>HUVUDRÄTTER</b> .....	6
CHILI CON CARNE (4 – 5 PERS) .....	6
MOUSSAKA .....	6
TURBOLAX .....	7
GRILLAD LAX I FOLIE .....	7
KÖTTFÄRSSÅS .....	10
SOMMARSALLAD .....	12
<b>TILLBEHÖR</b> .....	13
DANIELS SÅS .....	13
KALL SÅS .....	13
"BARNDOMSGURKA" .....	13
SUCKAT AV PUMPA .....	14
INLAGD SILL .....	14
BARBROS SPECIALGURKOR .....	15
<b>DESERTER</b> .....	16
ANANASPAJ .....	16
GITTANS PAJ .....	16
KARINS PAJ .....	17
TURBOPAJ .....	17
MORMORS ÄPPELKAKA .....	18
PUMPA-OSTKAKA .....	18
<b>BRÖD</b> .....	19
SCONES .....	19
BAGUETTER .....	19
JULLIMPA .....	20
<b>KAKOR</b> .....	21
MARÄNGTÅRTA .....	21
MARGARETAKAKOR .....	22
CHOKLADKAKA .....	22
DAJMTÅRTA .....	23
GITTANS KAKA .....	24
KRONANS MUFFINS .....	24
GAMMALDAGS FRASVÅFFLOR .....	25
GRETAS FRASVOFFLOR .....	25
<b>SAFT OCH VIN</b> .....	26
KÖRSBÄRSVIN .....	26
MORFARS GLÖGG (GER DRYGT EN LITER GLÖGG) .....	26
FLÄDERVIN .....	27
FLÄDERSAFT .....	27
<b>SYLT</b> .....	28
BJÖRNBÄRSSYLT .....	28

# Förrätter

## Avocado

### Man behöver

- 1 avocado
- citronpeppar

### Så gör man

- Dela avocadon i två halvor
- Ta ur kärnan
- Strö över citronpeppar



Detta är förvisso en enkel förrätt att göra i ordning men icke desto mindre mycket god att avnjuta med förslagsvis ett halvtorr vitt vin.

Vill man göra en mer påkostad version, kan man byta ut citronpepparn mot t. ex lite västkustsallad.

## Kräftsoppa

### Man behöver - för 4 personer

- 2 msk smör
- 2 stora morötter
- 2 msk mjöl eller maizena
- 1 l vatten
- 1½-2 fiskbuljongtärningar
- 400 gr kräftost
- 1 burk kräftstjärter
- 2 dl crème fraiche
- svartpeppar o dill
- rostat bröd eller bagetter
- ost

### Så gör man

- Riv morötterna grovt, fräs dem i smöret och tillsätt mjölet.
- Tillsätt vattnet och buljongtärningarna och låt det puttra en stund.
- Vispa i kräftosten, crème fraichen och dill.
- Smaka av med svartpeppar.

Serveras med det rostade brödet/bagetterna och ost samt eventuellt tillsammans kräftstjärter i en skål bredvid.

## Trattkantarellsoppa 1

### Man behöver

- 0,5 gul lök
- 0,5 liten vitlöksklyfta
- 0,5-1 msk olivolja
- 3 dl grädde
- 1,5 dl mjölk
- 3 dl torkade trattkantareller
- 0,5-1 tsk svampsalt (grovt salt med torkad Karl Johan-svamp)
- 1 krm svartpeppar





- 1 msk sherry

### Så gör man

- Finhacka löken, fräs den mjuk i olja och tillsätt grädden.
- Smula ner den torkade svampen.
- Låt småkoka på svag värme i 10 min. Späd under tiden med mjölk.
- Mal saltet fint i en mortel.
- Smaka av soppan med salt, svartpeppar och sherry.

## Trattkantarellsoppa 2 (för 4 pers)

### Man behöver

- 300 g färska rensade trattkantareller, eller 25 g torkade
- 3 st schalottenlökar
- 1 st vitlöksklyfta
- 2 msk smör
- 1 msk vetemjöl
- 1 l vatten
- 2 tärningar grönsaksbuljong
- 3 dl mellangrädde eller vispgrädde
- 2 krm salt
- 1 krm vitpeppar
- 1 tsk vitvinsvinäger
- 0.75 dl torr sherry
- 1 dl persilja och/eller gräslök till garnering



### Så gör man

#### Med färsk svamp

1. Lägg undan några av de vackraste trattkantarellerna till garnering och skär de andra i bitar. Finhacka lökarna och stek dem med kantarellerna i smör i en kastrull. Fräs tills vätskan har kokat in i c:a 5 minuter.
2. Pudra över mjölet och rör om så att det blandas med svampen och löken. Slå på vattnet och grädden under omrörning. Smula i buljongtärningarna och låt det hela sakta koka i 10 minuter.
3. Salta och peppra och tillsätt vinägern, som hjälper till att ta fram den fina svampsmaken. Häll till sist i sherryn.
4. Hetta upp de hela trattkantarellerna i lite smör och lägg ner dem i soppan. Garnera med lite hackad persilja och/eller gräslök.
5. Soppan blir slätare om den körs i matberedare eller i mixer. Kör svampen med hälften av vätskan någon minut. Häll sedan i resten av vätskan och låt soppan koka upp.

#### Med torkad svamp

Smula ner den torkade svampen i en skål och häll över en del av vattnet så att svampen täcks. Låt den stå och svälla i cirka 30 min. Sila av spadet och spara det. Använd det tillsammans med buljongen (totalt 1 liter) när soppan ska spädas. Tillaga sedan soppan som ovan.

## Huvudrätter

### **Chili con carne** (4 – 5 pers)

#### Man behöver

- 400 g malen köttfärs/blandfärs (4 – 5 pers)
- 3 msk olja eller smör
- 2 gula lökar
- 1 – 1½ tsk salt, vitpeppar
- 2 burkar vita bönor i tomatsås
- 1 burk krossade tomater
- 1 – 2 tsk chilipulver
- 1 – 2 krossade vitlöksklyftor



#### Så gör man

- Bryn matfettet och köttfärsen i en stekpanna och smula då färsen med en gaffel, så att den blir grynig. För sedan över färsen i en gryta.
- Hacka löken och bryn också den innan den förs över i grytan.
- Krydda med salt och nymald vitpeppar.
- Tillsätt bönorna och tomatsåsen (med spadet).
- Rör om och krydda med chilipulver och ev. tabasco cayenne eller sambal.
- Låt det hela småkoka i c:a 5 min.
- Smaka av.

Servera med sprödvårt pain riche och smör eller gratinerat vitlöksbröd.

### **Moussaka**

#### Man behöver - för 4 personer

- |                                  |                                 |
|----------------------------------|---------------------------------|
| • 2 auberginer (c 500 gr)        | • oregano, salt och svartpeppar |
| • 400 gr blandfärs               | • smör                          |
| • olja                           |                                 |
| • 1 dl grädde (+ ev ½ dl vatten) | <b>Till oststanning</b>         |
| • 1 gul lök                      | • 2 ägg                         |
| • 2 – 4 vitlöksklyftor           | • 1 dl majonnäs                 |
| • 2 msk tomatpuré                | • 2 – 3 dl riven fet ost        |

#### Så gör man

- Hacka löken fint och låt svettas i smör.
- Tillsätt färsen och bryn.
- Blanda ner tomatpurén och låt även den brynas med en litet tag.
- Krydda och slå på grädden.
- Låt puttra till en fast köttfärsröra. (Späd med vatten om det blir för torrt.)
- Skiva auberginen och bryn i en aning olja på båda sidorna.
- Lägg skivorna omlott i en ugnsfast form och täck med köttfärsröran.
- Vispa upp äggen, blanda med majonnäsen och osten och slå det hela över köttfärsröran.
- Gratiner i ugn, 225°, tills det hela blir gyllenbrunt.

## **Turbolax**

### **Man behöver**

- 600 g laxskivor (för 4 pers.)
- 1 msk rapps-/olivolja
- 1 citron
- 1 tsk salt
- 2 msk riven ost
- 2 msk pinjenötter



### **Så gör man**

- Sätt ugnen på 225°
- Bred ut laxskivorna på ett stort ugnssäkert fat eller väloljad ugnsplåt.
- Pressa över citronsaften.
- Salta och ringla över rapps- eller olivoljan.
- Strö över den rivna osten och pinjenötterna.
- Sätt fatet/plåten i mitten av ugnen och låt stå i 5 minuter.

Servera med kokt potatis och (ruccollo)sallad.

## **Grillad lax i folie**

### **Man behöver**

- 600 g laxfilé
- 2 tsk salt eller röksalt
- 1 tsk flingsalt
- 1 finhackad röd chili
- ½ tsk flytande honung
- 2 fänkål
- 1 röd knipplök (blasten borttagen)
- ½ skivad bladselleri
- ½ klyftad citron
- 1 skivad vitlösklyfta



### **Så gör man**

- Lägg laxen på en stor bit aluminiumfolie
- Strö över salt, chili och ringla över honung
- Vik ihop folien till ett paket
- Dela fänkålen, skär bort roten och skär den i stora bitar
- Lägg fänkål, lök, selleri, citron och vitlök på en annan bit aluminiumfolie
- Ringla över olja och salta med flingsalt. Vik ihop folien till ett paket och grilla båda paketen i c:a 10 minuter

## ***Rimrad lax med dillstuvad potatis***

### ***Man behöver***

- 1 kg tärnad potatis
- 2 dl crème fraiche
- 1 dl vatten
- 1 dl hackad dill
- 1 tsk salt
- 1 tsk svartpeppar
- 500 g rimmad lax i skivor
- 1 citron



### **Så gör man**

- Koka potatisen tills den är mjuk – c:a 15 minuter och skär den i bitar
- Värm crème fraichen, vattnet och dillen i en kastrull
- Salta , peppra och vänd potatisbitarna däri

Servera potatisen med laxen och en sitronklyfta och garnera med en dillkvist

## ***Fiskfilé***

### **Man behöver**

- skinnfria fiskfiléer
- 1 ägg
- smör
- ströbröd
- salt



### **Så gör man**

- Vispa upp ägget.
- Blanda i c:a ½ tsk salt i ströbröd.
- Vänd filéerna i det uppvispade ägget och sedan i ströbrödet.
- Stek filéerna i c:a 3 minuter på vardera sidan i en inte alltför het panna. Snåla inte med smöret.

Servera med kokt potatis, sallad och t.ex. sås med tomat och purjolök.

**TIPS** Prova gärna den goda fisken Hajmal (Pangasius) till det här receptet.

## **Marinerad strömming Version 1**

**Man behöver** - för 4 – 6 personer

### **Till strömmingen**

- 1 kg rensade strömmingsfiléer
- vetemjöl
- ströbröd

### **Till marinaden**

- 2 msk senap
- 2 äggulor
- 2 dl grädde
- salt och (vit)peppar

### **Till såsen**

- 2 chalottenlökar
- 1 dl kapis
- 2 burkar crème fraiche
- 1 saltgurka
- 1 knippe dill

### **Så gör man**

- Gör en marinad genom att blanda äggulorna, grädden, senapen med salt och peppar.
- Lägg strömmingsfiléerna i marinaden och låt det hela stå i minst en timme.
- Vänd filéerna i en blandning av vetemjöl och ströbröd och stek dem i smör eller matolja tills de blir vackert gyllenbruna. (Inte för hög värme.)
- Finhacka dillen, saltgurkan och chalottenlökarna och blanda samman med kapisen och crème fraichen till en härlig sås.

Servera med kokt potatis eller potatismos, sallad och persilja.

## **Marinerad strömming Version 2 (lite enklare)**

**Man behöver** - för 4 – 6 personer

### **Till strömmingen**

- 1 kg rensade strömmingsfiléer
- rågmjöl
- ströbröd
- salt och peppar

### **Till marinaden**

- 2 msk senap
- 2 msk majonnäs
- 2 dl crème fraiche
- salt och (vit)peppar

### **Så gör man**

- Gör en marinad genom att blanda senapen, crème fraichen och majonnäsen.
- Lägg strömmingsfiléerna i marinaden och låt det stå i minst en timme.
- Vänd filéerna i en blandning av vetemjöl, ströbröd, salt och peppar och stek dem i smör eller matolja tills de blir vackert gyllenbruna. (Inte för hög värme.)
- Bryn smör och slå över filéerna när de ligger på tallriken.

## **Janssons frestelse**

**Man behöver** - för 6 – 8 personer

- 1,5 kg potatis
- 2-3 stora lökar
- 5 msk smör
- 14 ansjovisfiléer
- 2 msk skorpmjöl
- salt och vitpeppar
- 4 dl grädde
- 3 msk ansjovisspad



**Så gör man**

- Skala och skär potatisen i strimlor och packa in den i hushållspapper.
- Skiva löken och fräs den i 2,5 msk smör.
- Bred ut lökfräset i en lämplig låda/skål.
- Lägg på ansjovisfiléerna.
- Täck med potatisen.
- Strö över en blandning av skorpsmulorna och lite peppar och salt.
- Klicka ut 2,5 msk smör.
- Grädda i 225° i 15-20 min.
- Häll på en blandning av grädden och ansjovisspadet.
- Grädda ytterligare i 20-25 min.

## **Köttfärssås**

**Man behöver** - för c:a 4 personer

- 250 gr nöt- eller blandfärs
- 1-2 gula lökar
- ~400 g krossade tomater
- 1 köttbuljongtärning
- 2 msk smör
- 1 tsk oregano eller basilika
- 2 dl vatten
- Persilja

**Så gör man**

- Finhacka och fräs upp den tillsammans med köttfärsen upp den i en järngryta i 3 – 4 minuter
- Häll i tomatkrosset och vattnet samt buljongtärningen och orteganon/basilikan
- Låt såsen koka i c:a 20 minuter

Strö över hackad persilja och riven ost. Servas till pasta, kokt blomkål eller broccoli.



## Gustafs gryta

**Man behöver** - för c:a 4 personer

- 400 gr kassler
- 2 medelstora gula lökar
- ~300 g medelstora morötter
- 1 paprika
- ~100 g champinjoner (liten burk)
- ~200 g krossade tomater
- ½ kött- eller grönsaksbuljongtärning
- salt och peppar
- 2-3 msk smör
- 2 dl crème fraiche
- 1 dl vatten



### Så gör man

- Skiva löken och stek den mjuk i smöret på måttlig värme.
- Skiva upp morötterna och lägg i stekpannan med löken samt tillsatt vattnet och låt det puttra tills morotsskivorna är mjuka.
- Strimla under tiden upp kasslern och paprikan i tuggvänligt stora bitar.
- Lägg kasslern, paprikan, champinjoner, de krossade tomaterna, löken och morötterna i en gryta.
- Tillsätt crème fraichen och buljongbiten samt ev. lite salt och peppar och låt så grytan puttra på lagom värme i c:a 20 minuter.

Smaka av och strö ev. över lite hackad persilja före serveringen.

## Pannkaka

**Man behöver**

- 4 ägg
- 4 dl mjölk (2+2 dl)
- 2 dl vetemjöl
- ½ tsk salt
- 2 msk smält smör

### Så gör man

- Vispa ihop de 4 äggen med 2 dl av mjölken samt mjölet och saltet (+ kanske lite socker).
- Sedan, när ovanstående är klimpfritt, vispar man ner resten, d v s 2 dl mjölk och det smälta smöret.
- Häll i smord panna och grädda i 225°.



Vill man ha **Fläskpannkaka**, så hårdsteker man c:a 200 gr finskuren bacon och lägger i pannan, innan man häller över smeten.

## Sommarsallad

### Man behöver

- 1 kg kokt, kall färskpotatis
  - 1 gurka, ca 400 g
  - 150 g sockerärter
- TILL SÅS
- 1 vitlöksklyfta
  - 2 dl grovhackad dill
  - 2 dl grovhackad bladpersilja
  - 1 dl crème fraiche
  - 1 msk dijonsenap
  - 2 msk majonnäs
  - ½ dl olivolja
  - salt och peppar

### TILL GARNERING

- ärtskott



### Så gör man

Börja med såsen

- Skala vitlöksklyftan och kör sedan alla ingredienserna i en mixer eller matberedare till en jämn, knallgrön sås.
- Skär potatisen i mindre bitar (låt gärna de små vara hela) och lägg dem i en bunke.
- Dela gurkan på längden och kärna ur den. Skär den så i tärningar om ca 1 cm.
- Skölj sockerärtorna och dela dem på längden i strimlor.
- Lägg gurkan och ärtstrimlorna i bunken.
- Tillsätt såsen och blanda väl.
- Lägg upp det hela på ett fat och garnera ev. med ärtskott.



## Tillbehör

### ***Daniels sås***

En sås som passar utmärkt till grillat kött.

#### **Man behöver**

- 3 dl gräddfil
- 2,5 msk majonnäs
- 1-2 saltgurkor (östgötainläggning)
- 1 medelstor rödlök
- 3 st ägg

#### **Så gör man**

Finhacka gurkorna, rödlöken och äggen (hårdkokta) och blanda ner alltsammans tillsammans med majonnäsen i gräddfilen.

### ***Kall sås***

#### **Man behöver**

- Grädde
- Majonnäs
- Chilisås
- Senap

#### **Så gör man**

- Rör ihop grädde och majonnäs och smaksätt med chilisås och senap.

### ***"Barndomsgurka"***

#### **Man behöver**

- 1-2 gröna gurkor
- 1 dl socker
- 3 msk ättiksprit
- hackad persilja

#### **Så gör man**

Skär gurkorna i skivor och blanda med resten så gott det går. Låt stå någon dag, så är det klart. (Sockret och ättikspriten drar ut massor av vatten ur gurkan.)

## ***Suckat av pumpa***

### **Man behöver till varje kg pumpa**

- 3,5 dl vatten
- 8 hg socker
- skal o saft av en citron
- Grön karamellfärg
- Ättiksyra (12%) och vatten för ättikslag

### **Så gör man**

- Klyv pumpan samt skala och kärna ur den.
- Skär den i lämpliga bitar och låt dessa ligga i en ättikslag blandad av 1 del ättiksyra och 6 delar vatten i ett dygn.
- Skölj bitarna och låt dem rinna av.
- Koka en klar, simmig blandning av vattnet och sockret, som sedan smaksätts med citronsaften och – skalen, samt färga lagen grön.
- Lägg pumpabitarna i lagen och låt det hela sakta koka tills bitarna är genomskinliga.
- Låt bitarna rinna av, men spara lagen.
- Lägg bitarna i en kruka.
- Koka ihop lagen och håll den KALL över bitarna.
- Täck över krukan.

Se till pumpan efter ett par dagar och sedan några gånger de närmaste två veckorna. Om lagen tunnar sig, så koka ihop den igen och håll den sedan kall över bitarna.

## ***Inlagd sill***

### **Man behöver**

- c:a 400 g inläggningssill
- 0.5 dl ättika (12%)
- 1.5 dl vatten
- 2 dl socker
- 0.5 tsk krossad vitpeppar
- 2 tsk krossad kryddpeppar
- 1 lagerblad
- 5 kryddnejlikor
- 1 – 2 rödlök eller purjolök
- ev. en skivad morot

### **Så gör man**

- Koka upp en lag med alla ingredienserna.
- Låt lagen svalna till kylskåpskall temperatur.
- Skölj sillfiléerna och låt dem rinna av.
- Varva den skivade sillen med löken och håll på lagen.
- Låt det hela dra i minst 1 dygn.

## **Barbros specialgurkor**

### **Man behöver**

- 2 kg smågurkor
- 200 g salt
- dillkronor
- 2 msk bruna senapsfrön
- 2 msk gula senapsfrön
- 1 kg socker
- 2½ dl ättiksprit



### **Så gör man**

#### **DAG 1**

- Lägg gurkorna hela i rostfri bunke
- Häll på saltet och vatten så att det täcker gurkorna
- Lägg en tyngd ovanpå
- Låt stå till nästa dag

#### **DAG 2**

- Låt gurkorna rinna av och skär dem i skivor
  - Varva gurkskivorna med mycket dillkronor, senapsfröna, sockret och ättikspriten
- (Inget vatten, gurkorna saftar sig själva.)

Gurkorna är färdiga efter tre dagar.

## Deserter

### *Ananaspaj*

#### Man behöver

- Till degen
- 1 dl socker
  - 150 g smält smör
  - 3 dl vetemjöl
  - 1 tsk bakpulver
  - 1 tsk vaniljsocker

#### Till fyllningen

- 1 ägg
- ½ dl socker
- 1 hg smält smör (~1 dl)
- 2 dl crème fresh
- 2 tsk vaniljsocker
- 1 burk (250 g) väl avrunnen ananas

#### Så gör man

- Rör ihop ingredienserna till degen och tryck ut den i en lämplig form. OBS! Skall ej stå kallt.
- Rör ihop ingredienserna till fyllningen och håll den i skålen med degen.
- Grädda i 200° i c:a 25 minuter.

Servera med glass och grädde

---

### *Gittans paj*

#### Man behöver

- 6 äpplen (8 hg)
- 150 g smält smör
- 3 dl havregryn
- 2 dl socker
- ½ dl ljus sirap
- 1,5 dl vetemjöl
- ½ tsk bakpulver
- 2 msk mjölk

#### Så gör man

- Sätt ugnen på 175°, smält smöret och blanda i allt utom äpplena i en kastrull.
- Skala, kärna ur och skiva äpplena och lägg dem i en smord form och fördela smeten över.
- Ställ i ugnen i c:a 30 min.

Servera med vaniljsås

## Karins paj

### Man behöver

- 2½ dl socker
- 100 g smält smör
- 2½ dl vetemjöl
- 1 tsk bakpulver
- 1 tsk salt
- 1 ägg

### Så gör man

- Smörj en form och fyll med bär eller frukt
- Rör ihop ingredienserna med ägget sist.
- Kleta ut den över frukten/bären.
- Grädda i 180° i c:a 30 minuter.

Servera med vaniljsås eller glass och grädde

## Turbopaj

Den här pajen är, trots att den är så enkel att laga till, väldigt bra för oss som inte är så skickliga i köket. Dessutom faller den de flesta väl i smaken.



### Man behöver- för 4 – 6 personer

- 1 dl socker
- 2 dl vetemjöl
- c:a fyra rabarberstjälkar
- c:a 200 g smör (direkt från kylan)
- Malen kanel

### Så gör man

- Skala rabarberstjälkarna och skär dem i c:a 1 cm långa bitar.
- Bred ut rabarberbitarna i ett jämnt lager i botten av formen. (Om rabarbern är väldigt syrlig kan man först strö ut lite socker i botten.)
- Rör ihop sockret och mjölet i ett separat kärl och bred sedan ut blandningen jämnt över rabarbern.
- Pudra över med lite kanel. (Inte nödvändigt, men sätter extra piff på smaken.)
- Hyvla av smörskivor med en osthyvel och täck det hela omsorgsfullt. (Om man vill ha en extra knaprig/knäckig yta kan man strö lite socker över smöret.)
- Grädda i 175-200° tills ytan är gyllenbrun.



Servera med vaniljsås

## ***Mormors äppelkaka***

### **Man behöver**

- 1 ägg
- 1 hg socker (~1¼ dl)
- 1 hg smält smör (~1 dl)
- 1 hg vetemjöl (drygt 1½ dl)
- 1 tsk bakpulver
- 1 tsk vaniljsocker
- C:a två äpplen
- Kanel och socker

### **Så gör man**

- Vispa ihop ägget och sockret.
- Rör ner det smälta och avsvalnade smöret.
- Tillsätt mjölet, bakpulvret och vaniljsockret.
- Bred ut smeten i en liten smord och bröad form.
- Skär äpplena i klyftor och stick ned dem i smeten.
- Strö kanel och socker över.
- Grädda på nedersta falsen i 200° i c:a 30 min.

## ***Pumpa-ostkaka***

### **Man behöver**

- 1 pumpa om c:a 6 hg
- 2 ägg
- 2 dl gräddmjölk
- 2 msk socker
- ½ tsk salt
- 2 msk maizenamjöl
- 10 st sötmandlar (hackas)
- 5-8 droppar bittermandelolja

### **Så gör man**

- Rör ihop ingredienserna och blanda sedan ner c:a 6 hg grovt riven pumpa.
- Grädda i smord form i 175-200° under c:a 1 timme.

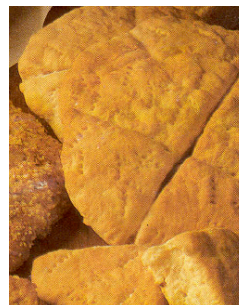
Servera som vanlig ostkaka med sylt och grädde.

## Bröd

### Scones

#### Man behöver

- 8 dl vetemjöl eller vete- + graham (50/50)
- 1 tsk salt
- 3 tsk bakpulver
- 100 g mjukt margarin eller smör
- 3 dl mjölk eller filmjök



#### Så gör man

- Sätt på ugnen; 250°.
- Blanda mjölet, saltet och bakpulvret.
- Lägg i margarinet/smöret i bitar och arbeta in det med fingrarna.
- Häll så i mjölken och knåda snabbt ihop degen med t ex en trägaffel.
- Dela degen i sex bitar och forma varje del till en rund klump (mjöl, bakbord och händer) och lägg klumparna på bakplåt/ar, platta ut dem och skåra dem med en kniv.
- Grädda mitt i ugnen c:a 10 min.

Serveras om möjligt alldeles nygräddade.

### Baguetter

#### Man behöver

- 6 dl kallt vatten
- ½ pkt jäst (c:a 25 g)
- 2 tsk salt
- 2 msk vegetabilisk olja
- 1,1 l vetemjöl
- 2 dl grahamsmjöl
- Vetemjöl till utbakning

#### Så gör man

- Strö saltet över jästen och lös den i litet av vattnet och håll sedan på resten av vattnet.
- Tillsätt oljan.
- Häll i vete- och grahamsmjölet och rör med mixern i c:a 8 min.
- Täck över burken med plast och låt den jäsa ett par timmar.
- Stjälp upp degen på mjölat bakbord och skär den i tre delar. (Bearbeta inte degen!)
- Forma bitarna till smala längder i rikligt med mjöl och lägg dem på bakplåt (med papper).
- Låt längderna jäsa i 20 min och värm under tiden upp ugnen till 275°.
- Grädda i 15 min, sänk till 175° och grädda i ytterligare 10 min.
- Spraya in vatten i ugnen några gånger under gräddningen för att få en skorpa på brödet.
- Låt kallna på galler utan bakduk.

## Råglimpa

### Man behöver

- 9 dl grovt rågmjöl
- 1 l vatten
- 2 pkt jäst
- 1 dl ljummet vatten
- 1 msk salt
- 1½ dl mörk brödsirap
- 1½ l vetemjöl special



### Så gör man

- Koka upp vattnet
- Rör ihop rågmjölet och vattnet och låt stå i 6 timmar.
- Rör ut jästen i 1 dl ljummet vatten och tillsätt saltet och sirapen.
- Arbeta ihop det skällade rågmjölet och jästblandningen med vetemjölet, men spara 1 dl vetemjöl till utbakningen.
- Låt degen jäsa övertäckt i c:a 45 min.
- Sätt på ugnen på 225°.
- Baka ut degen till två limpor
- Låt dem jäsa i c:a 45 min.
- Grädda längs ner i ugnen under c:a 50 min.
- Låt limporna svalna under bakduk.

## Jullimpa

### Man behöver

- 1 l filmjolk
- 2 tsk bikarbonat
- 2 dl mörk sirap
- 1 tsk salt
- 7 dl vetemjöl
- 3 dl grahamsmjöl eller havregryn
- 2 dl (grovt) rågmjöl
- 3 dl (rostade) solrosfrön
- 1 dl linfrö
- 1 dl russin
- 1 dl hasselnötter

### Så gör man

- Blanda ihop filmjölken, bikarbonaten, sirapen och saltet.
- Blanda sedan i resten.
- Dela upp degen i två smorda formar.
- Strö över lite mjöl.
- Grädda i nedre delen av ugnen c:a 175° i c:a 1 tim 45 min.



## Kakor

### **Marängtårta**

#### **Man behöver**

##### **För botten och topp**

- 4 äggvitor
- 2,5 dl socker
- 4 dl Vårgårdaris

##### **För fyllning**

- 1 dl mjölk
- 2 msk vetemjöl
- 1 tsk kakao
- 2 äggulor
- 50 g margarin
- 1 dl florsocker
- 2 tsk vaniljsocker

#### **Övrigt**

- 3 dl vispad grädde
- Hallon, jordgubbar eller bananer

#### **Så gör man**

##### **a)**

- Vispa ihop äggvitorna och sockret till ett hårt skum.
- Blanda i Vårgårdariset.
- Grädda i smord lång-panna; 150° i 40-60 min.

##### **b)**

- Blanda mjölk, vetemjöl, kakao och äggulor i en kastrull.
- Koka till en hård kräm.
- Ta kastrullen från spisen och rör ner margarin, florsocker och vaniljsocker i den varma massan.
- Låt blandningen svalna.

##### **c)**

- Dela marängen på mitten.
- Slå över fyllningen och lägg på frukt och vispad grädde på ena halvan.
- Lägg den andra halvan ovanpå och sikta över kakaopulver.
- **Njut!**

### **Sockerkakan "Underbar"**

#### **Man behöver**

- 200g margarin
- 2 dl socker
- 3 ägg
- 1 dl grädde eller gräddfil
- 2,5 dl vetemjöl
- 1 msk vaniljsocker
- 1,5 tsk bakpulver

#### **Så gör man**

- Rör först ihop sockret med margarinet (smält).
- Rör ihop alltsammans.
- Smörj en form, bröa den och häll i smeten.
- Ställ det hela i ugnen i 175° i c:a 45 min.

## **Margaretakakor**

**Man behöver** till c:a 16 kakor

- 100 g smör
- 2½ dl vetemjöl
- 2-3 msk florsocker
- 1 ägg
- ½ dl socker
- 150 g mandelmassa
- Några droppar bittermandelolja
- Hallonsylt
- Mandelspån

**Så gör man**

- Blanda ihop smöret, florsockret, mjölet och gulan från ägget till en smidig deg, som sedan bredds ut i aluminiumformar.
- Blanda ihop mandelmassan, sockret, bittermandeldropparna och vitan från ägget till en massa, som sedan bredds över degen i formarna.
- Slutligen breder man lite hallonsylt över och toppar med mandelspån.
- Grädda i c:a 20 min i 200°
- 

## **Chokladkaka**

**Man behöver**

- 150 g smör
- 3 dl socker
- 2 dl vetemjöl
- 2 st ägg
- ½ tsk vaniljsocker
- 4 msk kakao
- 1 msk kaffepulver
- florsocker



**Så gör man**

- Smält smöret i en kastrull och blanda de övriga ingredienserna
- Häll det hela i en smörad och gärna med kokos ströad kakform
- Grädda i c:a 20 min i 200°
- Låt svalna och stjälp upp
- Ställ kakan i kylen över natten
- Strö över florsocker

Servera med vispgrädde

## **Dajmtårta**

### **Man behöver**

- 2 ägg
- 3 dl vispgrädde
- 2 dl socker
- 1 hg mandel
- ½ tsk bakpulver
- 1 dubbel-Dajm
- 1 msk kakao

### **Så gör man**

#### **Dag 1**

- Mal mandeln
- Smörj en form med löstagbara kanter.
- Sätt ugnen på 175°
- Vispa ägg och socker pösigt.
- Blanda bakpulvret och mandeln och för ner i smeten.
- Grädda i c:a 30 min.
- Lossa den avsvalnade tårtbotten, lägg den i plast och så in i kylan.

#### **Dag 2**

- Krossa Dajmen
- Vispa grädden och blanda ner kakaon och Dajm-krosset.
- Bred ut blandningen över botten och låt det dra en stund.

## ***Gittans kaka***

### **Man behöver**

- 100 g smör
- 3 dl socker
- 3 dl vetemjöl
- 2 st ägg
- ½ tsk vaniljsocker
- ½ tsk bakpulver
- 2 dl röda vinbär
- florsocker



### **Så gör man**

- Smält smöret och rör ner sockret sedan äggen och sist mjölet i ett lämpligt kärl
- Tillsätt vaniljsockret och bakpulvret
- Häll det hela i en smörad och gärna med kokos ströad kakform och strö över vinbären
- Grädda i c:a 35 min i 175°
- Strö över florsocker

Prova gärna med en blandning av röda och svarta vinbär eller äppelbitar

## ***Kronans muffins***

### **Man behöver**

- 2 kokta kalla potatisar
- 50 g sötmandel
- 75 g mjukt smör
- 2 st ägg
- 1½ dl socker
- ¾ dl vetemjöl
- 1½ tsk bakpulver
- rivet skal av en citron



### **Så gör man**

- Riv potatisen på rivjärn
- Mal mandeln
- Rör smöret och sockret poröst
- Tillsätt äggen ett i sänder och rör kraftigt
- Rör varsamt ner potatisen, mandeln, citronskalet och mjölet förblandat med bakpulvret
- Fyll muffinsformar till hälften
- Grädda i c:a 15 min i 200°

## ***Gammaldags frasnåfflor***

**Man behöver** till c:a 6 laggar

- 2 dl vetemjöl
- 1 ägg
- 1 dl vatten
- ½ dl smält smör eller margarin
- 2 dl vispgrädde

**Så gör man**

- Lägg mjölet i en skål och gör ett hål i mitten.
- Häll ägget och vattnet i hålet.
- Vispa ordentligt tills det blir klimpfritt.
- Tillsätt det smälta smöret och grädden, som dessförinnan vispats till skum.
- Smörj våffeljärnet med lite matfett till första laggen.

## ***Gretas frasnåfflor***

**Man behöver** - till 8 - 10 laggar

- 3½ dl vetemjöl
- 2 tsk bakpulver
- 2½ dl kallt vatten
- 2 dl mjölk
- 150 g smör eller margarin
- 1 krm salt

**Så gör man**

- Smält smöret och låt det svalna.
- Häll vattnet och mjölken i en bunke.
- Blanda mjölet ordentligt med saltet och bakpulvret.
- Rör ner blandningen i "vattenmjölken" och vispa smeten slät.
- Häll i det smälta smöret och rör om väl.
- Låt smeten stå och svälla i minst 20 min.

OBS! Extra bra för äggallergiker.

## Saft och vin

### Körsbärsvin

Man behöver till	10 L	20 L	25 L
• Körsbär 4 kg	8 kg	10 kg	
• Socker 2,7 kg	5,4 kg	6,7 kg	
• vatten			
• bisulfit 1 g	2 g	2,5 g	
• jästnärsalt	3 g	6 g	7,5 g
• jäst (gärna madeira)			



### Så gör man

- Mosa bären (gärna skuggmoreller) med en assistent och håll massan i ett (öppet) kärl.
- Tillsätt vatten till 10-, 20- resp. 25 liters volym.
- Tillsätt bisulfit, jästnärsalt och jäst.
- Sila bärmassan efter 2-3 dygns jäsning och tillsätt därefter vatten till 8,5-, 17- resp. 21,25 liter
- Rör ut sockret i saften och håll på damejeanne (som bör skakas en gång om dagen de första fyra dyggen.)
- Tappa om när jäsningen avslutad (efter några veckors).  
Återstår ev. klarning om det ser ut att behövas innan omtappning till flaskor.

### Morfars glögg (ger drygt en liter glögg)

#### Man behöver

- 6 fikon
- 2 pomeransskal
- 10 nejlikor
- 10 kardemummor
- 1 näve russin
- 1 bit ingefära
- 10 skalade sötmandlar
- 5 bittermandlar



### Så gör man

- Koka sakta alla kryddorna tillsammans med sockret i ölet under c:a 15 min.
- Låt blandningen svalna något och slå i vodkan.
- Låt det hela dra minst en timme under lock och slå i konjaken.
- Sila.

## **Flädervin**

### **Man behöver**

- 30-40 fläderblomsklasar
- 2 st skivade apelsiner
- 3 st skivade citroner
- 2 kg socker
- 5 l vatten
- 30 g jäst



### **Så gör man**

- Koka upp vattnet och blanda ner allt utom jästen
- Låt vattnet svalna till < 35 grader.
- Tillsätt jästen (i småbitar).
- Låt det hela stå övertäckt i minst fyra dygn, så kommer jäsningen igång.
- Tappa om när jäsningen avslutad (efter några veckor).

## **Flädersaft**

### **Man behöver**

- 20 st fläderblomsklasar
- 2 st citroner
- 2 kg socker
- 1,5 l vatten
- 4 msk vin- eller citronsyra



### **Så gör man**

- Skölj blommorna och lägg dem i en stor kruk
- Koka upp vattnet och lös upp sockret däri
- Lös upp syran i lite hett vatten och blanda i sockerlagen
- Slå lagen het över blommorna
- Riv citronerna, pressa dem sedan och blanda i det hela i lagen
- Täck krukans och låt den stå svalt i fem dygn
- Sila saften och håll den på väl rengjorda flaskor

## Sylt

### **Björnbärssylt**

#### **Man behöver till 2 liter bär**

- 4 – 9 dl (300 – 750 g) socker
- 1 rågat krm natriumbensoat om sockermängden understiger 6 dl



#### **Så gör man**

- Rensa bären noga. Bara mogna bär!  
Skölj endast om nödvändigt.
- Varva bären och sockret i en syltgryta
- Låt stå i några timmar på en sval plats tills bären saftat sig
- Hetta upp långsamt och låt koka i 15 – 20 minuter
- Ska grytan då och då så att blandningen blir jämnt upphettad, men *rör inte* i sylten
- Tag grytan av värmen och skaka den försiktigt så att så att skummet samlas i mitten
- Skumma väl
- Tillsätt bensoatet utrört i lite sylt
- Häll upp på varma, väl rengjorda burkar
- Paraffinera eller håll över lite renat



