

SAMARBETE

# mat

6 | 2017

RECEPTEN ÄR  
TESTADE  
OCH FUNGERAR

# 24

RECEPT  
FÖR DITT  
LIVS UNDER-  
BARASTE JUL

GRÖNSAKER I SÄSONG

KÅLROTSSTEK  
OCH ANDRA  
VEGETARISKA  
LÄCKERHETER

BROTHER CHRISTMAS

"PÅ ANNAN-  
DAGEN SKA MAN  
LAGA PIZZA"

BAKA EN TJUSIG KUBBTÅRTA

## NYA HÄRLIGA TÅRTOR

LÄGG IN PÅ BURK & PÅSE

**MATKLAPPAR  
UTAN STRESS**



yhteishyvä.fi

tusentals recept på finska



SÄSONG

# Välkommen TILL JULBORDET

Baka grytbröd av risgrynsgröt, ställ fram fräscha fiskdelikatesser på förrättsbuffén och arrangera delikatessostar i en lækker krans.

## Ostkrans

Tärna 3–4 olika ostar och arrangera dem i en krans. Garnera med nötter, tranbär och äppelklyftor. Servera med tranbärs-balsamico-sås. Se receptet på [samarbete.fi/recept](http://samarbete.fi/recept)

RECEPTEN TAINA SALOVAARA OCH TIINA VALKONEN FOTO PÄIVI RISTELL





## Laxröra

8 PORTIONER | G |

*Fiskröran på kokt lax och kallrökt regnbågsforell smakar på bröd och blinier.*

**400 g laxfilé**  
**½ tsk salt**  
**ca 6 dl fiskbuljong**  
**150 g kallrökt regnbågsforell**  
**200 g naturell färskost**  
**150 g crème fraîche**  
**3 tsk pepparrotkräm**  
**Saften av ½–1 citron**  
**½ dl hackad dill och gräslök**  
**1 tsk salt**  
**¼ tsk vitpeppar**  
**2–3 msk kaporis**  
**(½ tsk rosépepparkorn)**

- Avlägsna noggrant alla ben. Strö salt över, låt filén ta smak i 15 minuter. Koka upp fiskbuljongen. Lägg laxen i spadet med skinnsidan nedåt. Se till att spadet täcker fisken helt. Sjud laxen på svag värme 10–12 minuter eller tills den är nätt och jämnt färdig. Ta upp fisken med en hålslev.
- Hacka den rökta laxen. Rör samman färskost och crème fraîche. Tillsätt och rör i rökt lax, pepparrotkräm, citronsaft och örter. Krydda med salt och vitpeppar.
- Avlägsna skinnet och det synliga fettet från den kokta laxen. Styck fisken med en gaffel och vänd fisken försiktigt i färskost-röran. Smaka av, tillsätt salt om det behövs. Strö kaporis och rosépeppar på ytan. Låt röran ta smak i kylskåp ett par timmar.

## Rökt lökkompott

CA ½ L | G | M |

*Med sin milda rökarom är rödlökskompotten god till både fisk och kött.*

**4 stora rödlökar**  
**3 vitlöksklyftor**  
**½ dl röd- eller vitvinsvinäger**  
**2 dl syltsocker**  
**½ tsk salt**

DESSUTOM  
**rökpåse eller röklåda och rökspån (finns på Prisma)**

- Värm ugnen enligt anvisningen på rökpåsen eller förvärm röklådan.
- Skala rödlökarna och lägg dem och de oskalade vitlöksklyftorna i rökpåsen. Tillslut påsen, ge den 15 minuter i ugnen. Låt lökarna svalna i påsen ca 10 minuter innan du öppnar den. Rök lökarna 5 minuter, om du använder en röklåda.
- Koka upp vinägern och sockret i en kastrull, så sockret löser sig.
- Strimla de helt avskalade rödlökarna så tunt som möjligt. Skala vitlöksklyftorna och skär dem i skivor. Lägg alla lökarna i en bunke. Tillsätt salt och den varma vinäger-sockerlagen. Låt lökarna ligga 20 minuter i lagen, rör om då och då.
- Lägg lökkompotten på glasburk, låt den stå kallt i 1–3 dagar.

## Tips

Krydda kompotten med svartpepparkorn, lagerblad eller timjan.



## Rimmad oxfilé med nobissås

8 PORTIONER | G |

*Nobissås är en majonnäsliknande förnämlig sås på löskokt ägg.*

**400 g oxfilé**  
**1 msk fint havssalt**  
**1 tsk socker**  
**1 tsk grovmalen svartpeppar**  
**1 tsk torkad rosmarin**  
**1 tsk torkad timjan**  
**(1–2 msk konjak)**

DESSUTOM  
**fräsch timjan**  
**parmesanspånor**

NOBISSÅS  
**2 ägg**  
**2 msk vitvinsvinäger**  
**1–2 vitlöksklyftor**  
**1 msk dijonsenap**  
**1 tsk salt**  
**½ tsk socker**  
**½ tsk svartpeppar**  
**3 dl rybsolja**

- Avlägsna hinnorna. Blanda salt, socker, peppar, örter (och konjak). Gnid köttet med blandningen. Slå in köttet tätt i plastfilm och ställ det i kylskåp. Marinera till nästa dag. Ta bort kryddorna, slå åter in köttet i plastfilm. Slå in i folie och lägg paketet i frysen till ca 5 timmar. Om köttet har varit en längre tid i frysen, ska det tina till hälften i kylskåp innan det används.
- Tillred dressingen: Lägg äggen i kokande vatten, koka jämnt 3 minuter. Kyl äggen, knäck dem och gröp försiktigt ur innehålllet i en mixer. Tillsätt vinägern, de skalade vitlöksklyftorna, senapen och kryddorna. Blanda ingredienserna. Tillsätt oljan i en tunn stråle medan mixern kör tills såsen är tjock och luftig.
- Skär det halvtinade köttet i mycket tunna skivor och fördela skivorna på ett serveringsfat. Garnera med timjan, parmesanspånor och, om du tycker, med rökt lökkompott. Servera med såsen.



## Citronkryddad siksallad

8 PORTIONER | G | M |

*Siksalladen med fräsch citronvinägrett är  
en lätt förrätt till julmiddagen.*

**300 g potatis**  
**600 g rökt sik**  
**200 g djupfrysta ärter**  
**2 äpplen**  
**½ gurka**  
**1 delikatessgurka**  
**1 rödlök**  
**1 huvud issallat**  
**1 kruka färsk dill**

### CITRONVINÄGRETT

**½ tsk rivet citronskal**  
**saften av en citron**  
**1 dl olja**  
**1 msk vitvinsvinäger**  
**2 tsk dijonsenap**  
**1 ½ tsk socker**  
**1 tsk salt**  
**¼ tsk peppar**

● Tillred först vinägretten. Tvätta citronen väl, riv skalet och pressa saften. Blanda till såsen, ställ den åt sidan.

● Koka potatisarna färdiga i sitt skal. Kyl. Skala och stycka potatisarna. Krydda med 2–3 msk vinägrett.

● Skär siken i bitar, ta bort alla ben. Tina ärterna. Skala och klyfta äpplena. Klyv, kärna ur och skiva gurkan. Skiva den inlagda gurkan. Skala och strimla rödlöken.

● Riv sallaten och fördela den över en stor skål.

● Tillsätt de övriga ingredienserna. Fukta salladen lätt med dressing och servera resten av dressing separat. Garnera med dill.

## SÄSONG

## Grytbröd av risgrynsgröt

1 ST.

*Koka en stor kastrull risgrynsgröt och använd en del av den i ett juligt grytbröd.*

**4 dl risgrynsgröt**  
**1 dl mandel (oskalad)**  
**2 ½ dl vatten**  
**⅓ paket jäst**  
**1 tsk malen ingefära**  
**2 tsk salt**  
**1 ½ msk honung**  
**1 ½ dl havreflingor**  
**½ dl torkade tranbär**  
**ca 9 dl jästbrödsmjöl**

### PÅ YTAN

**1 msk olja eller ägg**  
**1 msk havreflingor**

● Tillred gröten enligt anvisningen på förpackningen. Låt blandningen svalna tills den är fingervarm. Om du använder gröt från kylskåpet, ska du värma den ljust, spå den vid behov med vatten.

● Hacka mandlarna grovt med en kniv. Smula jästen i fingervarmt vatten. Tillsätt ingefära, salt, ho-

nung, havreflingor och risgrynsgröt. Rör om. Tillsätt tranbären och mandlarna. Arbeta mjölet lite i taget i degen, tills degen är mjuk och lossnar från bunkens kanter. Låt degen jäsa 45–60 minuter under duk.

● Forma ett runt bröd på en mjölad arbetsbänk och låt det vila under duk. Lägg en ugnsgryta med lock (ca 3 l) i ugnen, ställ ugnen på 225 grader. Ta grytan ur ugnen då den och ugnen blivit varma. Knåda brödet på nytt, om det har jäst mycket. Olja grytan lätt och lägg degen försiktigt i grytan. Pensla ytan med olja eller ägg och strö havreflingor på ytan.

● Grädda brödet i ugnen, först 15 minuter under lock och ytterligare ca 30 minuter utan lock. Låt brödet svalna 5 minuter i grytan. Stjälp sedan brödet på ett galler att svalna. Brödet smakar allra bäst som färskt.





# Vitlökssill med lime

8 PORTIONER | G | M |

*Lime ger sillen en fräsch asiatisk smakbrytning.*

300 g matjesfiléer  
2–3 skivor lime  
5 vitlöksklyftor  
färsch koriander

SPAD

1 dl vatten  
¾ dl socker  
2 msk spritättika  
2 tsk senapsfrö  
5 kaffirlimeblad  
1 tsk salt  
1 dl limesaft (2–3 limefrukter)

- Blötlägg sillfiléerna en timme i kallt vatten.
- Mät vatten, socker, ättika, senapsfrö, limeblad och salt i en kastrull. Koka upp, ställ åt sidan.
- Pressa limesaften och tillsätt i det avvalnade spadet. Skär också 2–3 limeskivor att lägga i burken. Skala vitlöksklyftorna och skär dem i skivor.
- Skär de blötlagda sillfiléerna i rejält centimetertjocka skivor. Varva sill, limeskivor och vitlök i en burk. Häll spadet över. Låt tårten vila till nästa dag.
- Garnera sillen med koriander.

## Tips

Servera färskt eller rostat grytbröd på risgrynsgröt till sillen.

G = GLUTENFRI M = MJÖLKFRI  
NÄRINGSINNEHÅLLET I RECEPTEN: SAMARBETE.FI





# JULKVÄLLENS HJÄLTE

TEXT ANU BRASK FOTO PANU PÄLVIÄ

Skinkan är den mest efterlängtnade delikatessen på julbordet. Nu får den en fräsch slöja av örter och trivs med nya tilltugg.

## Julskinka

| G | M |

1 julskinka (6–7 kg)  
1 stor stekpåse

- Ställ en djupfryst skinka i kylskåp 2–3 dygn innan den ska tillredas.
- Ställ fram den tinade skinkan i rumstemperatur ca 4 timmar innan den ska i ugnen. Ta skinkan ur förpackningen. Låt ett eventuellt nät sitta kvar kring skinkan under stekningen.
- Lägg skinkan i stekpåsen och tillslut påsen. Klipp ett litet ånghål i påsens övre hörn. Kör stektermometern i skinkan på det tjockaste stället, gärna så skalan syns genom luckan; spetsen får inte beröra benet. Börja steka skinkan då stektermometern visar ca 10 grader.
- Värm ugnen till 200 grader. Stek skinkan först ca ½ timme, sänk sedan temperaturen till 125 grader. Stek tills mätaren visar 80 grader; skinkan är då mycket mör.
- Om du föredrar en fast och saftig skinka, ska den ur ugnen då mätaren visar 75 grader. Räkna med ca 50 minuter stektid per kilogram skinka.
- Låt skinkan svalna 15–20 minuter. Avlägsna påsen, ta gärna vara på spadet som ingrediens i såsen. Avlägsna nätet och svålen och eventuellt en del av fettets då skinkan har svalnat något.

## Tips

Satsa på en stektermometer. Ingen skinka och ugn är den andra lik, och därför varierar också stektiden. Stektermometern ger exakt besked.



Jukka-Pekka Kovanen, kökschef för restaurangerna i Königs hörna, tycker att samvaro kring god mat är det bästa med julen. Han tipsar om en grön örtgratinerad julskinka, hummus av örter och senap förädlad med äpple och kanel.





1

#### ÖRTGRATINERING

Lägg en deciliter (glutenfritt) ströbröd, en nypa salt, en deciliter färsk persilja och en halv deciliter färsk mynta i en mixer eller stavmixerbunke. Kör tills blandningen är rätt finhackad. Pensla den färdiga skinkan med senap, täck med gratineringen.

3

#### ÄPPELMOS MED SENAP

Skala och kärna ur två äpplen. Klyfta äpplena och lägg dem i en mixer eller stavmixerbunke. Tillsätt en halv deciliter äppelsaft, ett par matskedar stark senap och två teskedar kanel. Kör till en jämn konsistens.

2

#### HUMMUS PÅ ÄRTER

Tina 400 g djupfrysta ärter. Skala och hacka vitlöksklyftan. Lägg ärterna och vitlöken i en mixer eller stavmixerbunke. Pressa i saften av en halv citron. Tillsätt ett par matskedar olja, en matsked tahini och en halv tesked salt. Kör till en jämn puré. Tillsätt en skvätt vatten om det behövs.





ENKELT MEN GOTT

# Finsmakarens FAVORITKLAPPAR

Gläd en vän, lärare, kollega eller granne med en egenhändigt tillredd och vackert paketerad matpresent.

RECEPTEN LAURA KAAPRO FOTO PANU PÄLVIÄ JA PÄIVI RISTELL

## Antipasto med örter i burk

CA 3 DL | G |

Lägg fetaost med oliver och kryddor på burk och ge den inför jul åt en vän av salta delikatesser.

400 g fetaost  
5 dl oliver  
5 dl rybsolja  
1 ½ dl vitvinsvinäger  
¾ dl flytande honung  
2 tsk svartpeppar  
2 tsk torkad basilika  
2 tsk torkad oregano  
2 tsk torkad timjan  
1 tsk torkad rosmarin

### VITLÖKARNA

4 hela vitlök  
1 dl vitvinsvinäger  
1 dl vatten  
2 msk socker  
1 tsk salt

● Tillred vitlöken. Skala vitlökarna, koka upp lagen, tillsätt klyftorna. Koka 5 minuter. Låt vitlöken svalna i spadet, ställ dem i kylskåp till 1–2 timmar.

● Tärna fetaosten, låt oliverna och vitlöken rinna av. Lägg i en bunke. Rör samman olja, vinäger, honung och kryddor i en annan bunke.

● Fördela fetaost och oliver på burkar, håll marinad över. Tillsätt mer olja vid behov. Låt antipastonta smak 2–3 dagar i kylskåp. Den håller sig ca en vecka i kylskåp.

## Tips

Lägg färska örter eller soltorkade tomater i burkarna.





## Tips

Ersätt hasselnötterna med mandel och basilika med timjan.



## Frasiga parmesankex

CA 40 ST.

*Lägg ett paket te eller glögg att dricka till kexen i gåvopaketet*

- 100 g parmesanost
- 1 dl hasselnötter
- 1 dl saltorkade tomater, tärnade i olja
- 75 g smör eller margarin
- 2 ägg + 1 äggula
- 3 dl vetemjöl
- 1 tsk bakpulver
- 1 tsk torkad basilika
- 1 tsk salt

- Riv parmesanosten, hacka nötterna. Låt tomaterna rinna av, tryck oljan ur dem.
- Smält smöret, tillsätt äggen och gulan. Tillsätt parmesan, nötter, tomat och de torra ingredienserna. Rör om.
- Forma degen till ca 5 cm tjocka runda stänger på bakplåtspapper. Grädda 20 minuter i 180 grader. Kyl.
- Skär stängerna snett i ca 1 cm tjocka skivor. Lägg skivorna på bakplåtspapper.
- Torka dem 2 timmar i 100 grader, stäng av ugnen, och låt kexen torka i eftervärmen. Packa de avvalnade kexen i plåtburkar. Kexen håller ca 2 veckor.

VEGAN

## Pepparkaksgranola

CA 1 L | G | M |

*Den som får den här doftande påsen har frukosten räddad ända till nyår.*

- 4 dl (glutenfria) havreflingor
- 1 ½ dl (100 g) hackade valnötter
- 1 ¼ dl pumpafrön
- 1 ¼ dl solrosfrön
- 2 brk (à 125 g) äppelmos
- ½ dl rybsolja
- ½ dl farinsocker
- 2 msk mörk sirap
- ½ tsk salt
- 1 ½ tsk pepparkakskrydda

- Blanda alla ingredienserna i en bunke. Fördela det hela på bakplåtspapper på en plåt. Rosta 60–70 minuter i 150 grader; rör om var 15:e minut. Kyl.
- Lägg i en glasburk med lock eller i täta påsar. Granolan håller sig god i en månad. Använd nötter och frön enligt din egen smak.



## Pekantryffelgodis

CA 40 ST. | M |

*Packa godiset i färggranna konfektformar och svep in i cellofan.*

- 300 g mörk choklad (mjölkfri)
- 1 brk (400 g) kokosmjölk

PEKANGODIS

- 100 g pekannötter
- ½ dl vatten
- 2 msk socker
- 1 tsk kanel

DESSUTOM

- strössel, kokosflingor, kakaopulver, nötter e. dyl.
- 2 förp. konfektformar

- Låt kokosmjölken stå i kylskåp över natten.
- Tillred pekangodiset. Hetta upp ingredienserna under omröring i en stekpanna tills blandningen blir kläbbig, ca 5 minuter. Låt blandningen svalna på bakplåtspapper. Hacka till smulor med en kniv.
- Hacka chokladen, häll i en bunke. Öppna burken med kall kokosmjölk, skala av det fasta ytskiktet. Använd inte vätskan. (Använd den t.ex. i en smoothie.)
- Hetta upp den fasta kokosmjölken nästan till kokpunkten. Häll den heta kokosmjölken i chokladen; rör om tills chokladen har smält.
- Tillsätt de hackade nötterna. Kyl ett par timmar i kylskåp.
- Forma små tryfflar av kokos- och chokladblandningen och rulla dem i dekorerna. Placera dem i konfektformar.





**Tips**

Garnera tårtan med bär och frukt samt florsocker.

**Mudcake med marängglasyr**

10 BITAR | G |

*En liten bit av den söta chokladdelikatessen räcker gott.  
Den glutenfria läckerheten är kryddad med apelsin.*

# Wow, VILKEN TÅRTA!

Ställ fram den söta skönheten på festbordet och lyssna till de hänfödda suckarna.

RECEPTEN TAINA TELLMAN  
FOTO TUOMAS KOLEHMAINEN

1 dl mandelspån  
200 g mörk choklad  
150 g smör  
1 rivet apelsinskal  
4 äggulor  
2 ägg  
¾ dl florsocker  
1 tsk vaniljsocker  
¾ dl majsstärkelse (Maizena)  
1 dl mandelpulver  
1 tsk bakpulver  
¼ tsk salt

**MARÄNG**

50 g mörk choklad  
4 äggvitor  
1 ¾ dl florsocker  
1 tsk äppelcidervinäger  
2 tsk majsstärkelse (Maizena)

● Ställ ugnen på 170 grader. Smörj en springform (22–24 cm) och bröa den

med mandelspån. Smält chokladen och smöret varsamt i mikrovågsugn, rör blandningen slät.

● Tvätta och riv apelsinskalet. Separera vitorna från gulorna; ta vitorna åt sidan för marängen. Vispa gulorna, 2 ägg och sockren vitt och pösigt. Blanda de torra ingredienserna och apelsinskalet. Tillsätt turvis torra ingredienser och smält choklad i smeten. Håll smeten i formen och grädda 20 minuter. Tårtan får gärna vara fuktig och mjuk i mitten.

● Ställ ugnen på 180 grader. Se till att visplarna är rena och torra. Vispa äggvitorna en minut. Håll i sockret i en tunn stråle under ständig vispning. Droppa ättika i det styva skummet. Sikta i stärlkelsen. Klicka marängen på tårtan. Smält chokladen och ringla den över marängen. Gör en figur i marängen med en sked. Grädda marängytan krispig i ugn, ca 20 minuter.





## Tips

Fukta de nedre bottenarna försiktigare, eftersom fukten rinner nedåt från de övre.

## Kubbtårta

10–12 BITAR

*Fira hundraåriga Finland med en kubbtårta med kryddig botten och fylld med lingon och fräsch kvargskum. Den roliga ytdekoren är av choklad.*

### BOTTEN

- 1 dl mjölk
- 3 ägg
- 3 dl socker
- 50 g smör
- 3 dl vetemjöl
- 2 tsk pepparkakskrydda
- 1 ½ tsk bakpulver
- ½ tsk vaniljsocker

### FYLLNING

- 100 g smör, rumstempererat
- 1 ½ dl florsocker
- 2 förp. (å 200 g) kvarg med vanilj
- 2 förp. (å 250 g) mascarponeost
- 2 dl lingonsylt

### FUKTA MED

- ½ dl mjölk
- ¼ tsk vaniljsocker

### GARNERING

- 200 g vit choklad
- 20 g mörk choklad
- pepparkakor

● Ta fram ingredienserna till botten i rumstemperatur en timme i förväg. Ställ ugnen på 180 grader. Smörj en hög (18–20 cm) form. Separera vitorna från gulorna. Vispa vitorna med elvisp, tillsätt sockret (totalt 1 ½ dl) 1 msk åt

gången under ständig vispning. Ställ skummet åt sidan, då det är styvt. Smält smöret. Tillsätt resten av sockret och de torra ingredienserna. Rör mjölken, det smälta smöret och mjölblandningen i gulorna. Vänd i äggviteskummet. Häll smeten i formen och grädda 60–70 minuter. Prova med en sticka om den är färdig. Låt tårten svalna 15 minuter i formen, stjälp upp den på ett galler.

● Vispa smör och socker till skum, rör i kvargen och mascarponeosten. Blanda till fuktningsspadet. Skär tårtbotten i fyra plattor. Fukta bottenplattan och bre på ½ av sylten och ¼ av fyllningen. Upprepä ännu två gånger, bre resten av fyllningen på tårtans yta. Täck tårten med en kupa och låt den stå kallt över natten.

● Hacka den vita chokladen och smält den i mikrovågsugn, 30 sekunder åt gången. Bre chokladen i ett 2–3 mm tjockt skikt på bakplåtspapper. Låt den stelna 2 timmar i rumstemperatur.

● Smält den mörka chokladen. Måla björknävermönster på den vita chokladen, låt den stelna ca en timme. Skär chokladen i stycken med en kniv eller bryt den försiktigt för hand. Bitarna får brytas på ett naturligt sätt. Tryck fast bitarna utmed tårtans kant. Garnera med pepparkakor.

## Nöttårta med lönnssirap

25 BITAR

*Den enkla och tjusiga nötårten blir godare dag för dag, och trivs i frysen.*

### DEG

- 2 påsar (å 100 g) valnötter
- 1 påse (100 g) hasselnötter
- 200 g margarin
- 3 dl socker
- 1 tsk vaniljsocker
- 3 ägg
- ½ dl whisky eller apelsinsaft
- 4 dl vetemjöl
- ½ tsk bakpulver
- ½ tsk matsoda

### GLASYR

- 2 ¼ dl florsocker
- ½ dl lönnssirap
- ¼ tsk vaniljsocker
- ¼ tsk pepparkakskrydda

● Ställ ugnen på 150 grader. Smörj och bröa en form (1,7 l). Hacka nötterna (lägg en del åt sidan till garnering).

● Vispa fett och sockren vitt och pösigt. Vispa i äggen i skummet, ett i sänder. Rör i whiskyn eller apelsinsaften. Blanda de torra ingredienserna sinsemellan och vänd dem och nötterna i smeten. Skrapa smeten i formen och grädda tårten på nedersta falsen i 1 ½ timme. Stjälp upp tårten på ett galler; lyft inte av formen.

● Svep den avvalnade tårten i folie. Låt den ta smak 1–4 dagar i kylskåp.

● Blanda till en slät glasyr. Ringla över tårten, garnera med nötter.





SKÖRDESÄSONG

*Bäst  
just nu!*

GRANATÄPPLE  
KLEMENTIN  
KÅLROT  
ÄPPLE  
PERSIMON  
MOROT  
PUIKULAPOTATIS  
RÖDBETA  
RÖTT PÄRON  
DADEL

*Kolla*

receptet på granat-  
äpple- och myntatoddy  
på samarbete.fi

# GOD vegetarisk JUL!

Kocka tidernas bästa vegetariska julmat  
av inhemska rotfrukter och frukter  
från Södern.

RECEPTEN ANU BRASK FOTO PANU PÄLVIÄ

Bruschettor  
med rödbeta  
och getost,  
recept s. 13



## Bruschettor med rödbeta och getost

4–6 PORTIONER

*Bruschetta med rödbetsgratäng är ett gott julmellanmål.*

3 rödbetor  
1 l vatten  
1 tsk salt  
1 rödlök  
½ kruka basilika  
2 msk olivolja  
1 msk balsamvinäger  
1 msk honung  
½ tsk salt  
¼ tsk kryddpepparkorn  
200 g getost  
200 g naturell färskost  
½ ljust bröd  
4 msk olja

- Tvätta rödbetorna och koka dem färdiga, 20–30 minuter, i vatten smaksatt med salt. Häll av kokvattnet och låt betorna svalna en stund. Skala och tärna rödbetorna.
- Hacka löken och basilikan. Blanda dem och rödbetorna i en bunke. Tillsätt olja, balsamico och honung. Krydda med salt och peppar.
- Lägg ostarna i en annan bunke och värm dem 30 sekunder. Rör blandningen jämn.
- Ställ ugnen på 200 grader. Skiva brödet. Ringla olja på skivorna och rosta dem fräsiga, 8–10 minuter.
- Bre rejält med ost på brödsnivorna och toppa med rödbeta. Garnera evt. med rödlöksringar och basilikablad.



## Fruktig svampsallad med granatäppeldressing

4 PORTIONER | G | M |

*Smaksatt svamparna med citrussaft, och tillsatt dem direkt från pannan i den fruktiga salladen.*

### SVAMPSALLAD

½ granatäpple  
4 klementiner  
1 äpple  
1 rödlök  
100 g rucola  
200 g champinjoner  
1 vitlöksklyfta  
2 msk olja  
1 msk vitvinsvinäger  
1 kruka mynta

### GRANATÄPPLEDRESSING

½ granatäpple  
1 dl olivolja  
saften av ½ citron  
½ dl ljus sirap  
2 msk vitvinsvinäger  
1 tsk stark senap (t.ex. Dijon)  
1 tsk salt

- Klyv granatäpplet och lösgör fröna i en bunke genom att knacka på fruktens skal med en sked. Ta hälften av fröna till dressingen, lägg resten i salladen.
- Tillred dressingen: Mät ingredienserna till dressingen i stavmixerns bunke. Pura och sila.
- Skala och klyfta 3 klementiner. Skiva äpplet. Skär löken i tunna ringar. Rör samman granatäppelfrön, frukt, lök och rucola.
- Skiva svamparna, hacka vitlöken. Hetta upp olja i en stekpanna, fräs svamp och vitlök ca 5 minuter. Pressa i saften av en klementin, tillsätt vinägern och koka, tills vätskan absorberas av svampen. Tillsätt svampen varm i salladen. Tillsätt mynta i den färdiga rätten. Servera salladen med granatäppeldressing.

## Bekväm morotslåda med fetaost

4–6 PORTIONER | G |

*Laga en bekväm morotslåda av skivade morötter.*

8 morötter (600–700 g)  
1 l vatten  
1 tsk salt  
2 påsar (à 80 g) oskalad mandel  
1 förp. (200 g) fetaost  
2 brk (à 250 g) kvarg  
2 msk olja  
1 tsk gurkmeja

½ tsk torkad mynta  
½ tsk pepparkakskrydda  
½ tsk salt  
½ dl mandelspån

- Skala morötterna och skiva dem. Koka dem 5 minuter i vatten smaksatt med salt.
- Rosta mandlarna i torr panna, lägg dem på ett skärbräde och hacka dem med en kniv.
- Smula fetaosten i en bunke. Rör kvarg, olja och kryddor i fetaosten.
- Varva morötter, mandel och fetaostblandning i en ugnform. Strö de hackade mandlarna på ytan.
- Tillred i ugn, ca 30 minuter i 200 grader.







### Tips

Toppa den färdiga steken med riven parmesanost.

## Kålrotsstek och persimon-tranbärssås

4 PORTIONER | G |

*Den vegetariska julsteken har en saftig fyllning med parmesanost.*

- 1 kålrot (ca 1 kg)
- 80 g parmesanost i bit
- 50 g margarin
- 1 vitlöksklyfta
- 4 msk färsk timjan
- 2 tsk salt
- ½ tsk svartpeppar

### PERSIMONSÅS MED TRANBÄR

- 2 persimoner
- 1 påse (200 g) tranbär (frysvara)
- ½ dl rödvin
- ½ dl socker
- 2 msk vatten
- 1 stjärnanis
- ½ tsk torkad rosmarin

- Välj en så stor kålrot som möjligt, eller gör två stekar av mindre rötter.
- Skala kålroten. Skär nederdelen rak, så kålroten står stadigt. Gröp ur

kålroten med en skalarkniv eller en äppelbör. Akta dig så du inte gör ett genomgående hål. Stycka vid behov osten och tryck den i fördjupningen.

- Klicka margarinet i en bunke.
- Skala och hacka vitlöken, tillsätt. Hacka timjan, tillsätt. Krydda och rör det hela jämnt. Fördela blandningen på kålroten.
- Ta 4 rejäla bitar folie och lägg dem på varandra på arbetsbänken. Placera kålroten i mitten och svep in den i folien. Tillred 2–3 timmar i 150 °C. Tillred något längre, om kålroten väger över ett kilo.
- Tärna persimoner fint, lägg dem åt sidan. Lägg de andra sås ingredienserna i en kastrull och koka dem 10 minuter. Tillsätt persimoner, koka 5 minuter. Servera såsen till kålrotssteken.



## Dubbelrostad puikulapotatis

4–6 PORTIONER | G |

*"Steker man kokt, blir det gott", säger ett finskt talesätt. Koka och rosta inhemsk puikulapotatis à la Jamie Oliver.*

- 1 kg puikulapotatis
- 1 l vatten
- 1 tsk salt
- 4 msk smör
- 2 + 2 msk olja
- 2 vitlöksklyftor
- 4 msk färsk timjan
- 1 tsk torkad rosmarin
- ¼ tsk svartpeppar

- Ställ ugnen på 200 grader. Tvätta och skala potatisarna, eller tillred dem oskalade. Koka potatisarna 5 minuter i vatten smaksatt med salt. Låt dem rinna av väl. Tillsätt smör, 2 msk olja, hackad vitlök, örter och peppar Rör om.
- Bre ut potatisarna på en plåt och rosta dem 40 minuter. Ta ut plåten och platta till potatisarna något t.ex. med en trägaffel. Ringla 2 msk olja på potatisarna och rosta ytterligare 20 minuter.

### Tips

Ta olja i stället för smör, om du kockar veganskt.



# Gran med nutella och dadlar

6-8 PORTIONER

*Julgranen är gjord av bladdeg, dadlar och nöt-chokladspread.*

1 förp. (600 g) bladdeg (frysvara)  
1 ägg för pensling  
½ dl florsocker

## FYLLNING

15 dadlar  
1 dl vatten  
1 dl nöt-chokladspread (Nutella)  
1 tsk kanel  
1 tsk malen ingefära

- Tina degen enligt anvisningen på förpackningen.
- Kärna ur dadlarna. Koka dadlarna 3 minuter i vattnet. Purea dadlarna och vattnet. Rör i nötspread och kryddor.
- Dela degen i två delar. Kavla bägge delarna till lika stora, 5 mm tjocka plattor på en mjölad arbetsbänk. Skär plattorna i trianglar av julgransform och förse dem med en fot av deg. Lägg en bit på bakplåtspapper på en plåt. Fördela rejält med fyllning på degen. Lägg på den andra biten. Skär till kvistar: snitta från stammen utåt med ca 1 cm mellanrum. Vrid grenarnas spets ett varv.
- Använd den överblivna degen: forma en toppstjärna till granen och baka jultårtor med dadelfyllning.
- Pensla degen lätt med ägg. Grädda 25-30 minuter på nedre felsen i 200°C.
- Låt svalna ett ögonblick. Garnera med florsocker.



FOODIE.FI

Uppgifter om priser och sortiment i din egen butik hittar du i tjänsten Foodie.fi. Där kan du också se produktfakta och göra en köplista.







RUOKA  
Kalevala

Suomi  
Finland  
100

## Svinnpizza för mellandagarna

1 ST.

Använd resterna av julmaten i en pizza.  
Pröva friskt på olika smakkombinationer.

### BOTTEN

1 dl vatten  
¼ pkt jäst  
1 msk olja  
½ tsk salt  
2 ½ dl vetemjöl

### SÅS

2 dl smetana eller crème fraîche  
1 dl riven parmesanost  
1 tsk senap  
1 tsk oregano  
½ tsk salt  
¼ tsk svartpeppar

### FYLLNING

1 dl julsinka i små strimlor  
1 äpple  
½ dl blåmögelost  
½ dl djupfrysta örter  
(färsk basilika till garnering)

TEXT SUSANNA KARHAPÄÄ RECEPT ANU BRASK  
FOTO PANU PÄLVIÄ

# PIZZA PÅ RESTER & FOTBOLL

Brother Christmas, som hjälper mindre bemedlade,  
äter pizza i stället för sillsallad på annandagen.



”Vi samlas alltid på annandagen med kompisarna för att se på matcher från engelska Premier League. Vi är ett samsamsvetsat gäng som har sett matcher tillsammans i över tio år. Två dagar av sillsallad och jullådor är alldeles tillräckligt. Därför bakar vi pizza. En pizza kan man fylla med överbliven skinka, en annan till exempel med lax.”

- Värm vattnet fingervarmt, lös jästen i det. Tillsätt oljan och saltet. Arbeta i mjölet. Ställ degen varmt att jäsa till dubbel storlek (minst 30 minuter).
- Värm ugnen till 250 grader. Blanda till dressing. Stycka fyllningarna.
- Kavla degen tunn, lägg den på plåten över bakplåtspapper. Fördela smetana-blandningen och fyllningarna på pizzan. Grädda pizzan frasig i ugn, 15–20 minuter. Strö basilika på.

**MARKET** **PRISMA** **Sale** **alepa**



FOODIE.FI



Innehållschef Sanna Autio, SOK Media, sanna.autio@sok.fi Matproducent Tiina Valkonen

Fotoarrangemang Kaisa Jouhki ja Riikka Siusuoto Pärbild Tuomas Kolehmainen Rekvisita Prisma ja Sokos Översättning Christian Westerlund

EU Ecolabel: FI/028/004