



SILL OCH STRÖMMING

—

RECEPT

01

123-LAG

Hörnstenen i det kalla köket. Kallas ibland för Karin Chädströms lag, efter Sveriges kanske mest namnkunniga kallskänka. Utan tvivel är detta en lag som är lätt att memorera och att tillreda.

1 dl ättiksprit (12 %)	02.
2 dl socker	Låt sjuda på spisen på låg
3 dl vatten	värme tills sockret lösts upp.
01.	03.
Mätta upp socker och vatten i en kastrull.	När sockret har lösts upp, håll i ättikan. Rör runt och låt lagen svalna.

02

GRÄDDSTEKT SALT SILL

Urvattnad saltsill som får steka i smör och kokas klart i grädde med lök som sakta får koka ner till en nästan karamellsmakande sås. Nykokt mandelpotatis med skal och dill är de enda tänkbara tillbehören.

4 urvattnade sillfiléer	03.
Grovt rågmjöl	Skiva lökarna och stek dem på låg värme. Löken ska inte brynas hårt, bara stekas sakta så att dess söta karaktär kommer fram. Det kan ta upp till en halvtimme, sänk värmen om det börjar bli för brynt. Smaka av löken med ytterst lite salt, cirka ett kryddmått, samt några varv nymalen vitpeppar.
3 stora gula lökar	04.
1,5 dl grädde	Höj värmen något, slå samtidigt i all grädde i stekpannan. Rör om hastigt. Lägg de brynta sillfiléerna i stekpannan ovanpå den gräddkokta löken. Skaka om stekpannan hastigt så att löken och grädden glaserar sillen. Pannan får inte koka för länge!
Eventuellt salt	05.
Vitpeppar	Servera genast. Ställ pannan rykande varm på bordet, klipp dill över sillen och ät med nykokt mandelpotatis.
Smör	
Dill	
Nykokt mandelpotatis	
01.	
Vattna ur sillen. Smaka med fördel en liten bit av sillen så att den inte är för salt. Låt sillen rinna av på en handduk eller ett papper. Vänd sillfiléerna i grovt rågmjöl.	
02.	
Hetta upp en stekpanna på medelhög värme och stek sillfiléerna ordentligt på varje sida. Lyft upp sillfiléerna och låt dem ligga på ett fat så länge.	

03

KAVIARSTRÖMMING

En väldigt klassisk strömmingslåda.

1 kg strömming	Lägg den klippta strömmingen i en rymlig bunke, strö över lite salt och peppar.
2 dl crème fraiche	Blanda runt så att strömmingen blir jämnt kryddad.
3 dl grädde	03.
1/2 burk rökt kaviar	Smöra en ugnform. Lägg den strimlade purjolöken i botten av formen.
Det vita från en purjolök	04.
Vitpeppar, salt	Rulla ihop strömmingsfiléerna med skinnsidan utåt, packa tätt i ugnformen. Håll kaviarsåsen över strömmingen
Lite ansjovisspad	05.
Rivebröd	Grädda strömmingslådan i ugn, 250 grader i 15 minuter.
Smör	
Gräslök	
01.	
Skölj, ansa och finstrimla det vita från purjolöken. Rör ihop crème fraiche, grädde och kaviar. Smaka av såsen med salt och ansjovisspad.	
02.	
Klipp strömmingens ryggfena.	

04

KRÄFTSTRÖMMINGSLÅDA

Till mångas förvåning innehåller denna rätt inga kräftor utan får sin smak från tomatpuré och dillfrö.

1 kg strömmingsfilé	01.
2 msk dillfrö	Blanda ihop alla ingredienser förutom strömming.
0,5 dl tomatpuré	02.
HP Sauce	Salta strömmingsfiléerna, blanda runt så att saltet fördelas.
Worcestershiresås	03.
Dill	Smörj en ugnform, rulla strömmingsfiléerna med skinnsidan utåt. Håll över såsen, pudra med rivebröd och lägg över några smörklickar.
Rivebröd	04.
2 msk socker	In i ugnen på 250 grader i cirka 12 minuter.
1 1/2 msk salt	
0,5 dl vatten	
Lite av tomatjuicen går bra att ersätta med en aning kräftspad, men då måste saltet minskas.	



SILL I PAPPER

Att laga sill, eller för all del även andra råvaror, i papper påminner om Frankrikes "en papillote". Det är ett roligt och intressant sätt att laga mat på. Metoden går ut på att maten individuellt lagas och med rätt förutsättningar både ångas och steks samtidigt. Det tar även doften av nylagat till en helt annan nivå när paketen öppnas och ångpuffen slår an alla strängar i smak- och luktsinnet.

Urvattnad salt sill	02.
Smörkokt gul lök	Lägg skivad kall potatis, sedan
Några ansjovisfiléer	lök, ansjovis, sill, dill, ägg
En smörklick	och smör högst upp på toppen.
3 skivade kalla potatisar	
Finhackad dill	03.
1 löskokt ägg	Vik ihop till ett litet paket
	och skicka in i ugnen på 200
	grader i 5 minuter.
01.	
Lägg ut ett bakplåtspapper.	



MATJESSILL MED BRYNT SMÖR

Kanske har du hört talas om lerpottasill? Om inte må du vara förlåten, den rätten har sin storhetstid långt bakom sig. Lerpottasillen görs med salt sill i ett lerkrus som värms upp. Ett mer tillgängligt men besläktat recept är matjessill med brynt smör.

Matjessillen har sitt ursprung i Nederländerna och Polen och är kort sagt en kryddsill där kryddnejlika och kryddpeppar är framträdande. Den vackra färgen får matjessillen av sandelträ. I Sverige är matjessillen starkt förknippad med midsommarfirande, då den avnjutes med kokt potatis, gräddfil och gräslök. Den här varianten äts med fördel som varmrätt.

1 portion	i ett krus. Det viktigaste är
1 matjessillfilé	att dillan hamnar överst.
3 kokta potatisar	
1 msk rödlök	02.
1 msk gräslök	Bryn smöret och håll det direkt
1 hackat ägg	på dillan. Då fräser dillan
60 gram smör	– voff! låter det – och en smak-
2 msk hackad dill	explosion av dill, kryddorna
	från sillen och den nötiga
	smörsmaken uppstår.
01.	En gastronomisk treklang!
Arrangera på en tallrik eller	



SILL- OCH STRÖMMINGSSÅSER

Sill och strömming har intresserat många duktiga matlagare både i hemmen och på restauranger. När jag inför den här boken samtalande med Karl-Heinz Krücken, en gång i tiden krögare på legendariska Ulriksdals värdshus, blev jag varse hur unika just dessa råvaror är ur ett utländskt perspektiv.

Med sin internationella bakgrund insåg Karl-Heinz Krücken att kombinationen saltad sill, ättika och socker var både fantastisk och unik. Det ska vi njuta av och vara stolta över.

Efter att sillen legat ett par dygn i sin sillag, eller strömmingen legat i sin gravningslag, är de redo att läggas in i nästa sås som ska ge ytterligare smak, konsistens och karaktär till fisken.

Det finns hundratals goda såser och lika många recept om sillinläggning. Här är några favoriter:

KAVIAR OCH GRÄSLÖK

2 dl crème fraîche
1 dl rökt kaviar
3 msk majonnäs
(3 msk ansjovisspad)
1 liten rödlök, finhackad
1 dl skuren gräslök
Lite salt och nymalen vitpeppar

VÄSTERBOTTEN

2 dl majonnäs
2 dl crème fraîche
2 dl riven västerbottensost

ÖRT OCH VITLÖK

1 dl majonnäs
3 dl gräddfil
3 klyftor vitlök
Dill och dragon

SE NAP

Hovmästarsås utan dill, med ett per extra matskedar dijonsenap.

CURRY OCH ÄPPLE

3 dl dansk remoulade
1 rött äpple
Gräslök
1 dl gräddfil

SHERRY/TOMATSILL

0,5 dl ättiksprit (12 %)
1 dl socker
1 dl tomatjuice
2 msk tomatpuré
0,5 dl sherry

BRANTEVIKSSILL

Dra 1 kg strömming från skinnet.

Dag 1:

Lägg rå dragen strömming i lag på 1 dl ättiksprit (12 %) och 5 dl vatten, 1 msk salt och 1 tsk socker över natten.

Dag 2:

Gör en blandning på 1 gul lök, finhackad 2 röda lökar, finhackade 4 dl socker 0,5 dl salt 2 msk citronpeppar 3 msk kryddpeppar, grovkrossad 2 msk nymalen vitpeppar 200 g finhackad dill

Varva lök samt krydd- och sockerblandningen med strömming i en stor burk. Låt stå 3 dagar i kylskåp.

08

BÖCKLINGMACKA

En enkel macka på böckling, det vill säga varmrökt sill. Se till att få böcklingen benfri innan den anrättas. Eller ha knäckebröd inom räckhåll!

1 skiva kavring eller motsvarande mörkt, lite sött bröd	01. Lägg böcklingen i en bunke.
2 kalla kokta potatisar	02. Häll i en matsked hovmästarsås och blanda försiktigt – ett varv!
Smör	03. Lägg upp ingredienserna på smörgåsen efter tycke och smak.
1 rensad böckling	
1 msk hackad rödlök	
1 msk hackad kapris	
1 msk hovmästarsås	
1 äggula	
Salt och nymalen svartpeppar	

09

INLAGD SILL

Detta recept ger en god grundinlagd sill. Sedan tillsätts vad man vill, beroende på vad sillen ska användas till.

Saltsill, filéer	KRYDDSILL
Vatten	Vi tillsätter alltid morötter, gul lök, kryddpeppar och lagerblad.
123-lag	
Kryddor	GLASMÄSTARSILL
Tid	Här tillsätts senapskorn, purjolök samt ytterligare grönsaker i form av lök och morötter.
01.	JULSILL
Lägg saltsillen i kallt vatten över natten, för att dra ut saltet.	Vill du göra en julinspirerad sill går det bra att lägga exempelvis kanel, kryddnejlika, stjärnanis och varför inte lite glögg i lagen. Endast fantasin sätter gränser.
02.	<i>Så länge man håller sig till att sillen är bra urvattnad utan att bli för lös i köttet och att lagen har ordentlig smak och syra är det svårt att misslyckas.</i>
Kontrollera sältan genom att provsmaka en liten bit. Är sillen för salt behöver den vattnas ur ytterligare. Lättast är att sedan skära sillen i snygga bitar som passar till ändamålet.	
03.	
Sedan läggs den in i väl avkyld 123-lag.	

10

GUBBRÖRA

När kung Carl XVI Gustaf fyllde 50 år skulle det hållas vickning efter banketten. Vid grytorna stod hovtraktören Werner Vögeli och Operakällarens kökschef Erich Schaumburger. Kungen hade aviserat att cirka 300 av de ursprungliga 600 gästerna väntades stanna kvar, och vickningen skulle bestå av "ruskom-snusk", det vill säga ljummen gubbröra. Problemet var bara att ingen gick hem. Werner och Erich slet i köket men insåg att maten inte skulle räcka. Mitt under brinnande servering vrålar den bullrige Erich "hämta hit kungen", varpå han skäller ut honom. "Det är inte 300 personer som beställt, jag har minsann räknat, det är 600 personer!"

Om historien är helt sann eller inte låter jag vara osagt, men dubbelkolla aldrig en bra historia. Sant är i alla fall att gubbröra är en lika enkel som god rätt att laga. Ett ytterligare steg är att värma på gubbröran hastigt i brynt smör.

1 burk ansjovis	Blanda ägg med finskuren ansjovis plus spad, lök, örter, kaviar och en matsked brynt smör.
4 kokta ägg	
2 äggulor	03. Ät på knäckebröd eller smörstekt kavring. Servera gärna med en äggula eller med löj- eller sikrom. Gubbröran kan även serveras ljummen. Bryn på ett par matskedar smör, sautera gubbröran hastigt i smöret. Strö över ytterligare hackade örter och servera som vickning.
1 halv finskuren rödlök	
1 msk av vardera persilja, gräslök och finskuren dill	
1 msk orökt kaviar	
1 msk brynt smör	
Nymalen vitpeppar	
01.	
Koka äggen i 8 minuter, kyl ned i kallt vatten.	
02.	
Skala och hacka äggen.	