



KROGKLASSIKER

—

RECEPT

138

BARIGOULE

Grönsakslag från Provence, innebär i praktiken att koka in grönsaker.

Lag:	Grönsaker för 4 portioner:
0,5 dl olivolja	2 skalade kronärtskockor
2 timjankvistar	2 turnerade majrovor
50 g rökt sidfläsk	2 fint skurna morötter
1 morot	12 turnerade potatisar
2 lagerblad	1 skivad schalottenlök
4 vitpepparkorn	
5 dl kycklingbuljong	01.
1 morot	Sjud lagen och låt grönsakerna
1 dl vitt vin	koka in. Kronärtskocka,
3 msk champagnevinäger	majrova, morot, turnerad
1/2 citron	potatis, mot slutet av
2 klyftor vitlök	kokningen lägg i några skivade
2 schalottenlökar	schalottenlökar. Servera
	grönsakerna i lagen och
	garnera med plockad timjan.

139

EPICE

Epice är franska för kryddor, och över hela världen finns olika kryddblandningar. Exempelvis curry madras (indisk), quatre epice (fransk) och five spice (asiatisk). Att husmanskosten innefattar en nyans av det franska köket kommer vi inte ifrån – och det ska vi vara glada över.

Tore Wretman skapade sin legendariska kryddblandning epice riche. Enligt många i branschen är receptet hemligt, men efter ett drygt decennium av sökande och testande har jag kommit fram till att detta är de proportioner och ingredienser som jag föredrar. Detta är inte Tore Wretmans originalrecept utan min egen blandning.

2 delar muskot	01.
1 del vitpeppar	Mal samtliga kryddor fint.
1 del svartpeppar	Tänk på att även torkade och
1 del kryddpeppar	malda kryddor är en färskvara,
1 del kryddnejlika	så gör inte för stora satser
	som kan riskera att tappa smak
	på kryddhyllan.

140

BOEUF BOURGUIGNON

Rödvinmarinerad och mustig köttgryta. Inte helt svensk, men har funnits med oss så länge att den har en självklar plats bland våra rätter. Ett smakrikt sätt att ta vara även på vilt som älg, hare med mera.

Högre	03.
Rött vin	Häll på marinaden och bräsera,
Rökt sidfläsk	skumma av det första uppkoket.
Smålök	Lägg på lock och låt koka cirka
Champinjon	2 timmar, tills köttet börjar
Kalvfond	bli mört.
Timjan	
Vitlök	04.
Salt och svartpeppar	Lägg sidfläsk i en stekpanna,
Vatten	stek tills lite av fett
	börjar släppa.
Samma tillagningsmetod	Lägg i skalade smålökar,
som Tupp i vin (sid 215).	champinjoner, vitlök och
	timjan, stek tills allt blivit
01.	gyllenbrunt.
Stycka högreven i mindre bitar,	
2x2 centimeter. Marinera	05.
högreven helt täckt i rödvin	Deglasera stekpannan med
över natten.	vatten, lägg allt från
	stekpannan i grytan.
02.	Sjud grytan tills köttet är
Häng av köttet från marinaden,	helt klart och servera sedan
behåll marinad. Bryn köttet i	med potatispuré, ris eller
smör i rymlig gryta, salta och	kokt pasta.
peppra.	

141

FRITERAD ANSJOVIS
MED BEARNAISE

För många en märklig kombination, men redan efter första tuggan är de flesta i beroendeställning till detta tilltugg.

Panerad ansjovis:

1 burk ansjovisfiléer, sila
av spadet
1 uppvispat ägg
Vetemjöl
Rivebröd
Olja till fritering
Persilja

Bearnaisesås:

4 ägg
500 g osaltat smör
0,5 dl rödvinsvinäger
0,5 dl vatten
1 schalottenlök
5 vitpepparkorn
1 lagerblad
1 knippe dragon
1 knippe körvel
Salt
1 knivsudd cayennepeppar

01.

Dubbelpanera. Salta vetemjöl lätt, lägg i en form. Knäck ägg i en egen form och vispa upp dem lätt med 1 msk vatten. Lägg rivebröd i en form. Vänd ansjovisfiléer i vetemjöl, vänd sedan i ägg och vänd till sist i rivebröd.

02.

Hetta upp olja (170 grader). Sänk ner persiljan hastigt, lyft upp och lägg på hushållspapper och salta lätt direkt.

03.

Fritera sedan ansjovisfiléerna i den upphettade oljan (170 grader) och lägg ner försiktigt i den varma oljan tills de fått en fin gyllene färg.

04.

Bearnaisesås (sid 93).

142

OXSVANSRAGU

2 kg sågad oxvans
1 flaska rött vin
0,5 liter kalvfond
3 msk tomatpuré
6 schalottenlökar
2 morötter
1 liten bit rotselleri
Timjan
1 vitlök

01.

Bryn oxsvansen i stekpanna, krydda med salt och peppar. Lägg i kastrull, häll på vin och kalvfond så att det täcker. Låt oxsvansen bräsa i 3 timmar.

02.

Lyft upp köttet på ett fat, låt skyn reducera tills 5 dl

återstår. Plocka bort köttet från oxsvansen när köttet svalnat något.

03.

Skär ner morötter och rotselleri i mindre bitar, fräs i gryta med smör, tillsätt schalottenlökarna, vitlöken i klyftor, repad timjan och tomatpuré.

04.

Häll på skyn från oxsvanskoket, låt det hela småputtra i 20 minuter, lägg i oxsvansen. Smaka av med salt, strö finhackad persilja över.

143

BIFF STROGANOFF

En sauté med rötter i det forna Ryssland. Tillkom enligt sägnen när tsaren ville ha en lättuggad rätt. Detta är inte ett originalrecept, men en ihopslagnings av flera matlagares egna tolkningar. Viktigt är att såsen inte blir för tunn.

700 g ryggbiff	01.
2 gula lökar	Strimla biffen i 1x4 cm stora bitar. Bryn köttet och lägg åt sidan.
2 klyftor vitlök	
200 g champinjoner	
1 msk paprikapulver	
2 msk tomatpuré	02.
2 msk grönpeppar	Lägg i vitlök, lök, champinjoner, paprikapulver, tomatpuré och grönpeppar och låt svetta i stekpannan en stund.
2 dl vispgrädde	
3 dl mjölk	
Smör och olja	
Gräddfil, saltgurka och pressad potatis eller kokt ris.	03.
	Tillsätt mjölk och grädde, koka ihop till simmig sås. Smaka av med salt och peppar. Lägg sedan i köttet, värm upp och servera.

144

HAMBURGARE

Kungen i gatuköket, en stor del av svensk matkultur. Roligt att laga själv hemma, och det brukar uppskattas av de flesta.

800 g grovmalen något fet nötfärs, förslagsvis högre	01.
8 skivor bacon	Använd helst nymalen högrevsfärs. Dela upp färsen i fyra bollar. Blanda inte färsen, forma bara snabbt till platta biffar.
4 rejäla skivor lagrad cheddarost	
2 tomater	
1 rödlök	
Isbergssallad	02.
Saltgurka	Salta och peppra under stekningen. Stek så att burgarna blir saftiga.
Hamburgerbröd (sid 296)	
Hamburgerdressing:	
1 dl majonnäs	03.
4 msk chilisås	Stek bacon. Lägg på cheddarost. Rosta brödet under tiden. Bygg världshistoriens godaste hamburgare efter eget huvud.
3–4 msk bostongurka	
1/2 hackad rödlök	
Salt, peppar	

145

BIFF RYDBERG

Paradrätt från Hotell Rydberg med anor som sträcker sig från tiden före sekelskiftet 1800–1900.

600–800 g oxfilé	03.
Salt och peppar	Skär upp oxfilén i tärningar, 2x2 cm. Hetta upp en stekpanna, håll i olja, stek potatisen på medelhög värme tills den blir klar, ej för mycket färg. Klicka sedan i en rejäl bit smör och stek tills potatisen är gyllenbrun.
1 kg potatis	
Ölkokt lök:	
5 gula lökar	
1 tsk socker	
1 dl öl	
3 msk smör	
2 lagerblad	04.
Smör	Lyft upp potatisen ur fett och sila av i durkslag eller lägg på papper. Salta potatisen.
4 ägg	
Senapsgrädde:	
2 dl vispgrädde	05.
2 msk Colmans senapspulver	Hetta upp en stekpanna med olja på hög värme, stek köttet snabbt så det får en fin färg men ej blir genomstekt. Klicka i smör i slutet av stekningen samt salta och peppra för att få god smak.
1 msk dijonsenap	
Salt, nymalen peppar	
1 tsk blandade senapsfrön	06.
01.	Lägg upp potatis, kött och lök. Servera med äggula.
Tärna potatisen, lägg i kallt vatten. Spola potatisen tills stärkelsen försvunnit och vattnet är klart och genomskinligt.	
02.	07.
Hacka löken och stek på låg värme i smör tills den blir gyllenbrun. Tillsätt lite socker. Häll ölet och lägg lagerblad över löken, låt ölet koka in och smaka av med salt och peppar.	Senapsgrädde: Mortla senapsfrön. Rör ihop senapspulver, mortlade senapsfröna och dijonsenap, håll på vispgrädde och vispa hårt. Smaksätt med salt och peppar.

146

KANTARELLTOAST

En av de godaste mackor som går att göra. Löken och smöret förstärker smaken av kantarellerna. Tänk på att inte steka kantarellerna för hårt så att de blir torra.

1 portion

1 skiva vitt bröd
100 g kantareller
2 msk smör
1/2 schalottenlök
3 msk grädde
Salt och nymalen svartpeppar
Finskuren gräslök

01.

Stek kantarellerna på medelhög värme i smör, sänk värmen och svetta schalottenlök hastigt

i pannan. Krydda med salt och nymalen peppar.

02.

Häll ett par matskedar grädde i pannan och låt det precis koka in så att grädden glaserar kantarellerna.

03.

Lägg upp kantarellerna på en skiva rostat vitt bröd. Toppa med finskuren gräslök.

147

KALVBRÄSS

Inkokt i god lag, paneras i mjöl, steks och öses med rejäla mängder smör. Lambrässa går också bra att använda. Murklor till brässa är en naturlig kombination, då kalven är redo för slakt samtidigt som murklorna finns kring hagen.

1 kalvbrässa

Lag:

2 liter vatten
1 gul lök
1 msk vinäger
2 dl vitt vin
Några lagerblad
3 msk salt

01.

Spola av kalvbrässen i kallt vatten för att bli av med eventuellt blod.

02.

Koka upp lagen, lägg i kalvbrässen, låt den sjuda i 10 minuter. Lyft upp brässen med en hålslev, låt den svalna.

03.

Plocka bort hinnor, skär ner i generösa bitar. Panera brässen i vetemjöl och stek gyllenbrun. Servera tillsammans med murkelsås

148

OMELETT MED CHAMPINJONSTUVNING

Ett enkelt men förnämnt sätt att förädla ägget. Kräver sitt hantverk men med lite träning har du snabbmat inom två minuter.

3 ägg

1 msk vatten
Salt, nymalen peppar
1 msk smör
100 g champinjoner
1 msk smör
1 tsk vetemjöl
1/2 gul lök
0,5 dl grädde
0,5 dl mjölk
Salt och peppar
Persilja

01.

Stek champinjonerna vackert i en stekpanna, håll av överblivet fett.

02.

Tillsätt bechamelsås och låt koka ihop till en kort stuvning. Smaksätt med salt och peppar.

03.

Knäck äggen i en bunke, tillsätt 1 msk vatten, rör hastigt runt äggen tills det blandat sig.

04.

Värm en stekpanna på medelhög värme med smör, utan att det börjar bryna. Salta och peppra omelettsmeten strax före stekning. Häll omelettsmeten i pannan, rör hastigt i smeten med en träslev tills omeletten börjar stelna.

05.

Ställ pannan åt sidan, cirka 15 sekunder, och låt eftervärmen göra omeletten klar. Den ska vara krämig, inte stelnad. Höj värmen och ställ stekpannan på plattan, låt stå tills omeletten släpper från pannan. Lägg på stuvningen, vik ihop omeletten och njut.

149

MARIOS KALVSTEKSMACKA

Smörad kavring
Kall kokt potatis
Salladsblad
Kalvstek
Raspad pepparrot
Rostad lök
Smörgåskrasse
Dansk remoulade
Cornichons

01.
Skiva och smöra kavring.
Lägg på skivad kall potatis,
salta och peppra.

02.
Lägg på ett salladsblad och
140 gram tunt skivad kalvstek.
Raspa över rikligt med peppar-
rot, 2 matskedar rostad lök,
1 stor nypa smörgåskrasse.
Servera med dansk remoulade
(sid 92) och cornichons.

150

MÄRGTOAST

Skandinavien är inte någon självbärande region vad gäller nya råvaror, och att ta in råvaror från andra länder är en viktig del i utvecklingen. Att köpa en burk kaviar är exempel på ett trevligt sätt att göra vardagen roligare. Sven Philip Sörensens toast är enligt upphovsmannen själv "något av det godaste du kan äta".

TOAST SVEN PHILIP SÖRENSEN

1 portion

En skiva danskt rågröd
Smör
En skiva sågat mörben
30 g kaviar, gärna salt

01.
Smörstek rågrödet. Stek
mörbenet på båda sidorna
tills mörbenet blivit ljummen.
Låt mörbenet försiktigt glida

ut ur sin kopp och låt den
sedan rinna av något på ett
papper.

02.
Lägg mörbenet på den smörstekta
brödsdskivan. Toppa med 30 g
kaviar. Om kaviaren är ordent-
ligt saltad behöver inte
mörbenet saltas. Salta annars
mörbenet något efter stekning.
Servera med vodka av god
kvalitet.

151

NJURSAUTÉ

Ett enkelt sätt att tillreda njure. Rätten anses av somliga vara "gubbat", men efter att ha provat detta recept lär de flesta ändra uppfattning.

1 kalvnjure
8 champinjoner
2 gula lökar, skivade
1 msk fransk senap
2 msk akvavit
3 dl grädde
1 dl kalvfond
350 g bacon
Smör

01.
Skala av njurfettet. Skär ner
njuren i cirka 3x3 centimeter
stora bitar. Bryn njuren i smör
i het panna på alla sidor så
att den får behålla en kärna
inuti. Bränn av njuren med
akvavit.

02.
Lägg upp njuren på ett fat.
Lägg strimlat bacon i pannan

och låt det steka knaprigt.
Lägg sedan i champinjoner
och låt dem brynas tillsammans
med baconet.

03.
Lyft upp bacon och champinjoner
och lägg tillsammans med
njuren. Klicka 2 msk smör i
pannan, låt löken stekas
långsamt på låg värme.

04.
När löken blivit vackert brun,
klicka i dijonsenap, häll i
kalvfond och grädde.
Låt alltsammans koka ihop till
en lagom simmig sås. Lägg sedan
ner njure, bacon och champin-
joner i pannan och låt allting
hastigt värmas upp.

152

PEPPARSTEK

Att konjaksflambra oxfilé och sedan göra en god pepparsås är både festligt och gott. Flamberingen är inte nödvändig att göra hemma om det finns risk att sätta eld på köket. Se till att spriten får koka bort.

4 skivor oxfilé à 170–200 g
Grovmalen svartpeppar
Smör
2 schalottenlökar
3 msk grönspeppar, grovkrossad
3 msk dijonsenap
0,5 dl konjak
1 dl kraftig kalvfond
5 dl grädde

01.
Stek oxfilén så att den fortfarande är röd. Häll konjak i kanterna av stekpannan och tänd på. Låt brinna ut.

02.
Lägg upp oxfilémedaljongerna på ett fat, fräs sedan schalottenlök, grönspeppar och dijonsenap i stekpannan.

03.
Häll på grädde och kalvfond. Låt såsen koka ner något. Rör i ett par matskedar smör. Lägg oxfiléerna i såsen och ös med såsen.

04.
Servera med kokta gröna bönor, bakad tomat och hasselbackspotatis.

153

ROSTAD LÖK

Krispigt och gott till korv eller kalvstek. Enkelt att göra själv.

2 gula lökar
Mjöl
Salt
Vetemjöl
Olja till fritering

01.
Hacka löken och lägg den i mjöl över natten.

02.
Häll av mjölken. Vänd löken i vetemjöl, sikta av överblivet mjöl i ett durkslag.

03.
Hetta upp oljan till 140 grader i en gryta. Friter löken tills den blivit gyllenbrun och frasig.

04.
Lyft upp löken med en hålslev och låt den rinna av på papper och svalna. Salta den rostade löken.

154

WALLENBERGARE

En maträtt med mycket historia och som omges av många spännande spekulationer. Säkert är att rätten är en komposition gjord för Amalia Wallenberg, hustru till häradshövdingen Marcus Wallenberg.

1 kg kalvkött, helt fritt från senor och hinnor
27 g salt
6 äggulor
1 liter grädde
Epice riche
Färskt rivebröd från inkråmet av dagsgammalt vitt formbröd

01.
Mal kalvköttet två gånger på köttkvarnens fina skiva. Lägg köttet tillsammans med salt, äggulor och epice riche i en matberedare, blanda cirka en minut till en slät smet.

02.
Flytta över smeten till en bunke, häll i grädden under omrörning lite i taget. Forma biffar, vänd i färskt rivebröd.

03.
Stek wallenbergarna i smör på låg temperatur. Stek dem vackert gyllenbruna, lätt rosa i mitten (60 grader). Servera med smörslungade ärter, schalottenlök, råörda lingon och potatispuré.

155

ÅNGBÅTSBIFF

Som många andra av våra svenska favoriter har kärt barn många namn. Ångbåtsbiff kallas även "biffstek med lök".

4 skivor ryggbiff à 200–250 g, beroende på om du vill ha kappan på köttet kvar
6 gula lökar i skivor
Smör
Salt och vitpeppar
Kalvsky
Saltgurka
Nykokt potatis
Persilja eller gräslök

01.
Stek löken på medelhög värme

i smör cirka 20 minuter, smaka av med salt och peppar.

02.
Stek biffarna till önskad stekgrad.

03.
Lägg upp biffarna på ett fat, toppa med lök, ringla över lite uppvärmd kalvsky. Servera med saltgurka och potatis samt persilja eller gräslök.

156

SJÖTUNGA AU VIN BLANC

En maträtt där sjötungan kommer till sin fulla rätt och där fiskens ben får sätta smak på den goda såsen som hör till.

- | | |
|---|--|
| 1 sjötunga, flådd | de två på ovansidan och de två mindre under fisken. |
| 2 schalottenlökar, finskurna | |
| 3 dl vitt vin | |
| 2 dl vatten | 04. |
| 3 dl grädde | Lägg tillbaka benet i buljongen och låt sjuda i 15 minuter. |
| Smör | Sila buljongen, skumma av ordentligt. Tillsätt grädde och låt koka ihop till simmig konsistens. |
| Salt och vitpeppar | |
| 01. | 05. |
| Koka upp vin, vatten och lite salt med schalottenlöken. Låt sjuda 2 minuter. | Dra kastrullen åt sidan och montera i ett par matskedar smör. Smaka av såsen med salt och nymalen vitpeppar. |
| 02. | 06. |
| Lägg sjötungan i vinet, lägg på lock och låt den sjuda ett par minuter, tills den släpper från benet. | Värm fisken på ett fat under smörat papper i ugnen på 100 grader i cirka 15 minuter, håll sås över filéerna, servera extra sås vid sidan om. |
| 03. | |
| Lyft upp sjötungan ur pocheringsvätskan. Ta ut filéerna på fisken, | |

157

BIFF I SNÖRE

Franskinspirerad ”boeuf à la ficelle” är ett elegant sätt att tillaga oxfilé utan att behöva steka. Milda fina smaker. Var under 1900-talet en populär restaurangrätt som sedan tråkigt nog försvunnit. I dag tas det nästan för givet att oxfilé bara steks som en tournedos, men att koka oxfilén är ett fint sätt att tillaga kött. Att rödvinskoka exempelvis oxfilé öppnar en värld av smaker.

- | | |
|---|---|
| Oxfilé skuren i portionsbitar à 180 g | varma buljongen och låt oxfiléerna dra så länge så att de fortfarande är röda i mitten. |
| 1 liter kalvbuljong | |
| 3 dl rödvin | 03. |
| 1 mærgben | Servera med lätt kokta grönsaker och tillbehör. |
| Blomkål | |
| Socketärter | |
| Savojkål | |
| Nykokt potatis | |
| Morötter | |
| Rovor | |
| Nybakat bröd, smör | |
| Senap, cornichons, inlagda grönsaker | |
| 01. | <i>Alla grönsaker har olika koktid, men här kommer vårt allra viktigaste råd:</i> |
| Koka upp kalvbuljongen tillsammans med vin och mærgben, smaka av med salt och peppar. | <i>Koka grönsakerna längre än du tror. Lägg på ett par minuter och låt sötman framträda i all sin prakt. Socker är gott!</i> |
| 02. | <i>Halvkokta grönsaker kanske är snyggare eftersom de behåller mer av sin färgprakt, men de är i så fall ännu vackrare och definitivt godare råa. Fast då är det en helt annan sak. Hellre lite överkokt än halvrikt – men allra helst perfekt.</i> |
| Bind upp portionsbitar av oxfilé på snören. Lägg i den | |