

Husmanskost i Nordeuropa

## Norra Tyskland

9. maj 2012

### Köket under våren

Våren hämtar alltid med sig många intressanta och länge väntade favoriträtter för familjen. Efter vintern smakar det extra gott med det första grönsakerna, potatisarna och till och med ung fisk. Av alla de möjliga recepter har jag valt med hänsyn till åtkomlighet av råvaror i Finland och att de är lätta och snabbt att laga.

Många av er känner till **Bratkartoffeln** (knappigt stekta potatis) och **Bauernfrühstück** (äggröra med potatis och skinka, därtill inlagda gurkor). Båda rätter hör sedan länge till favoriterna för finka turister i Hamburg.

**Bratheringe** (stekt strömming, inlagd i ättikalake) och **Matjes Hausfrauenart** (ung saltad fetsill, serverad med en kräm av gräddfil, griva lökringar och äppelbitar) är lika så okända som oåtkomliga i Finland som **Scholle**

**Finkenwerder Art** (knappigt smörstekt flunder, fylld med stekta fläsktärningar), en av mina personliga favoriter.

En i Finland helt okänd tradition är varma, söta huvudrätter. I många familjer äts det oftast på lördagen en söt huvudrätt: **Milchreis mit Kirschen** (mjölkris med sötsur körsbärkräm) och **Gefüllte Pfannkuchen**<sup>1</sup> (plättar på äggdeg, söt fyllning t. ex. kanelsocker, äppelmos eller chokladsås) är bland barnens älsklingsrätter.

På dagens evenemang skall vi bekanta oss med några andra specialiteter, lite mindre kända men lätt att koka i Helsingfors.

Smaklig måltid!  
Volker Krambrich



*Volker i sitt kök i Hamburg*

<sup>1</sup> I Berlin kallas de för **Eierkuchen** (äggplättar); Pfannkuchen heter fyllda munkar där (Berliner munkar).  
Gillekockarna, 9.5.2012, Volker Krambrich, Tysk husmanskost

## Miesmuscheln im Gemüsesud

(blåmuslor i grönsaksspad)

Recept för 4 personer:

- 3 kg levande blåmuslor (finns under säsongen i Hagnäs hall och vid Stockmann Delikatesser)
- 1 knippe sopp grönsaker (morrot, selleri knöl, purjolök, en bit pasternacka, persilja)
- 2 stora gula lökar
- 2 msk olja
- 1 lagerblad
- 1 msk pepparkorn (hela, svarta & vita blandade)
- 2 dl vitt vin (Riesling föredras)



*Muscheltopf*

Tvätta musslorna under rikligt rinnande kallt vatten, de kan vara sandiga. Skadade eller öppna muslor måste noggrant tas ut och slängas.

Putsa och tillrätt grönsakerna för spaden (tvätta, skala, finhacka). Skala löken och skär i 3 mm tjocka ringar. Värm en kastrull och låt grönsakerna och löken få lite färg i het olja. Tillsätt lagerblad ock pepparkorn, blanda och släck (*deglaze*) med vittvin. Låt lätt sjuda under lock för 5–10 minuter.

Tillsätt musslorna och stäng locket. Vätskan måste vara ångande het. Ångkoka musslorna i ca. 10 minuter med locket på. Skaka kastrullen nu och då så att musslorna blir jämt färdiga och spaden med kryddorna fördelas.

Serveras het på djupa tallrikar. Som tilltugg passar mörkt bröd (Schwarzbrot) med rikligt smör och ett kraftigt vitt eller rosé vin. Som nymodigt alternativ kan man servera ett kraftigt vetebröd därtill, t. ex. franskt batong.

Man äter musslorna med fingrarna och med hjälp av deras egna skal. Ta ett tomt skal och använd det som en tång för att lösa köttet från nästa mussla. Spaden får sugas ur skalen. Som hjälpmedel dukar man en matsked för att underlätta ätandet av avrunnen buljong.

Den som undrar: blåmuslor lever i Nordsjön och innehåller rikligt med saltvatten när de kommer levande i heta buljongen. Därför saltas buljongen aldrig. Säsongen är under r-månaderna, det är alltså från september till april.

Förberedning 60 min., koktid ca. 10 min.

## Backblechkartoffeln mit Kräuterquark

(potatis på plåt med örtig kvargsås)

Recept för 4 personer:

1 kg nypotatis (jämnstora, inte för små)

olja för plåten

2 msk grovt salt

3–4 msk kumminfrön

färskmalen svartpeppar

smör enl. smak

sås:

2 dl kvarg (1 burk)

1 dl gräddfil (1 burk)

1 mellanstor gul lök

färska örter (gräslök, persilja, estragon enl. smak)

salt

färskmalen svartpeppar



*Backblechkartoffeln*

Tvätta och borsta potatisen. Skär de itu längs mitten.

Doppa skurna sidan först i grovt salt, sedan i kummin och sätt dem på bakplåten med skuren sida nedåt. Skär ett litet kors på övre sidan av varje potatis och sätt på en klick smör.

Strö över restliga salt och kumminet och grädda potatisen i uppvärmd ugn. Temperatur 225°C, låg position, 40 – 60 min., tills de är mogna inne och gyllenbruna på utsidan.

Under tiden blanda ihop kvargen och gräddfilen, rör in det finhackade gräslöken och de övriga örterna. Avsmaka med salt och peppar. Låt såsen stå en stund tilltäckt och tillåt örtaromen att fördela sig.

Servera de heta potatisen på tallrik. Servera såsen skilt.

En grönsallad med lätt vinägersås eller en salad på skivade tomater passar utmärkt som tillägg.

(Smakar med vitt vin, rosée eller en ljus öl, typ lager eller pilsner – eller mineralvatten)

Förberedning 15–20 min., kottid ca. 60 min.

## Festmat på vardagen

# Spargel und Schinken

(Sparris med kallrökt skinka)

Sparris är vårens mest exotiska och dyraste grönsak. Den finns i norra Tyskland från början av maj till mitten av juni. Johannisdagen är sista skördedag för sparris.

Sparrisen är dyr, för den måste skördas för hand och tilltäckas flera gånger under växtperioden. Ätbara är enbart de skotten som inte kommit till dagsljuset än. Tjocka och tunna stångar smakar lika, men man skall koka stångar av samma tjoklek ihop. Sparris är väldigt känslig för att överkokas.

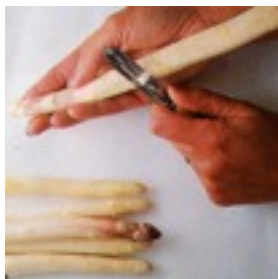
Varan skall vara så färsk som möjligt: ändorna måste vara saftiga och fasta. Stångarna skall helst vara spänstiga, måste bryta lätt och "låta" när man slår de lätt mot varann.



*Spargel und Schinken*

(Nyförtiden finns det i Finland framförallt ungersk, peruansk och greskisk sparris. Ofta rätt smakliga sorter, men nästan alltid för länge lagrad. Vit sparris och gröna sparris från Italien får absolut inte förväxlas. Tillredningen som beskrivs här gäller enbart vit sparris.)

## Arbetssteg för vit sparris



1. Skala sparris noggrant, alla träiga tråder måste avlägsnas. Enklast är det att använda en grönsaksskalare. Håll i stångarna som på bilden och akta att de inte bryta.
2. Kolla ändorna till slut. Skär av träiga ändorna. Man känner där best om sparrisen är bra skalad. Om spetsar står ut som på bilden (t.h.) måste skalas lite mera.



3. Kokning lyckas enklast om man bindar sparris till portioner med hjälp av kökstråd. Som huvudrätt räknar man  $\frac{1}{2}$  kg oskalad sparris per portion.



4. Koka upp saltvatten i en tillräklig stor kastrull (det finns avlånga kastrull speciellt passliga för sparris). Tillsätt en matsked socker och en matsked smör (en matsked citronsaft ger extra god smak). Lägg knipet i sjudande vattnet och låt sedan drar det färdigt i ca. 15 min.
5. Tar ut sparris, låt rinna av och servera från uppvärmt serveringsfat.



**Recept för 4 personer:**

2 kg sparris (oskalad)

8 skivor Katenschinken (kallrökt, svagt saltad skinka) á 80 gr.  
nymalen svartpeppar ur kvarn

nypotatis

200 g smält smör,  
alternativt sås Hollandaise.

Tillred sparris som angiven. Förbereda potatisen, koka med skal och skala förre serveringen. Smält lite av smöret i potatiskastrull, tillägg skalade, kokade potatis och finhackad persilja. Omskaka så att alla potatis får en fin umhyllning av persilja smör.

Servera gärna skinkskivorna på ett extra bräde, sätt på färsk malen peppar.

Till kokt sparris äta man mycket smält smör.

(Förberedning 40 min., koktid 20 min. )

\*\*\*