



Husmanskost

Harry Holmström
Kaj Degerman

19.4.2017

INNEHÅLLSFÖRTECKNING

Kvällens program	3
Tomatsoppa	4
Fläksås	5
Renskav	6
Stroganoff	7
Potatismos	8
Sallad	9
Fattiga riddare.....	10



Kvällens program

- Presentation av kvällens program och arrangemang, samt genomgång av recepten
- Tillredning av kvällens rätter
- Dukning
- Middag

STÄDNING!

Tomatsoppa

Ingredienser (4 pers.)

2 stora gula lökar
4 vitlöksklyftor
2 burkar krossade tomater
Vatten
Rosmarin
Grönsaksfond
Salt och svartpeppar
Lite socker
Crème fraiche
Basilika

Skala och hacka löken och vitlöken, fräs i olivolja (smör) i några minuter i en stor kastrull.

Häll i krossade tomaterna, rosmarin, grönsaksfond, salt och svartpeppar. Tillsätt vatten vid behov för att skapa rätt konsistens.

Tomatsoppan blir godast om den får stå och småkoka på svag värme upp mot en timme.

Mixa ev. tomatsoppan med stavmixer eller i matberedare om du vill ha en slät tomatsoppa.

Smaka av tomatsoppan med salt och svartpeppar. Lägg basilikablåd på i soppan och blanda om innan.

Lägg till en klick crème fraiche och basilika blad på soppan då den serveras.

Tomatsoppan är klar att serveras varm eller kall med gott bröd.

Fläksås

Ingredienser (4 pers.)

Recept enl. generalkonsul Heikki Tavela

400 g Rimmat sidfläsk i tunna skivor (ordentligt med fläsk!)

2 Gula lökar, finskurna

2-3 msk Halvgrovt vetemjöl

Kryddpeppar och salt

Skär sidfläsket i ca 2 cm:s bitar och bryn dem – utan smör – vackert bruna på medelvärme i en stekpanna. Tag upp det stekta fläsket och sätt det åt sidan. Lämna dock allt fett kvar i pannan.

Bryn vetemjölet i fettet och rör försiktigt om.

Tillsätt lökhacket och sautera helt lätt.

Slå i hett vatten – akta den heta ångan – så mycket att det bildas en toffée-aktig lös sås. Rör om väl.

Sätt i köttet och smaka av med salt och kryddpeppar.

Koka såsen under lock ca 30-40 min. tills köttet är mjukt.

Servera helst med oskalad potatis och t.ex. inlagda rödbetor.

Kaj Degerman 6.4.17

Renskav

Ingredienser (4 pers.)

750 g renskav

1 stor lök

3 klyftor vitlök

100 g smör

3 dl vatten

salt och kryddpeppar

lingon

saltgurka

Bryn renskav i smör, tillsätt skuren lök och vitlök. Tillsätt salt, kryddpeppar och vatten.

Låt koka åtminstone 1 timme. Fortsätt koka tills renskaven blir relativt torr.

Servera med potatismos, lingon och saltgurka.

Stroganoff

Ingredienser (6 pers.)

1 kg nötkött (t.ex. rostbiff)
smör
2 st. stora gula lökar
5 vitlöksklyftor
salt och peppar
100 gr tomatpuré
2 st. köttbuljong
2 dl crème fraiche
4 st. saltgurkor

Skala och skiva lök och vitlök. Skär köttet i bitar.

Stek lök och vitlök mjuk i smör, ta upp den. Bryn köttet i omgångar i smör. Tillsätt vetemjöl och rör om, därefter håll varmt vatten försiktigt samtidigt som det blandas. Krydda köttet med salt och peppar och tomatpuré. Tillsätt vatten och köttbuljong och koka 1-1 1/2 timme eller tills köttet är mört. Blanda ner crème fraiche och saltgurka. Låt sjuda ca 5 minuter. Servera med ris och dragonmorötter.

Potatismos

Ingredienser (10 pers.)

3 kg Potatis

250 gr Smör

Salt och vitpeppar

Koka potatisen tills den är mjuk helt igenom. Häll ut kokvattnet men spara en del av det. Låt potatisen ånga en stund. Blanda i smöret och mosa med en mosare. Späd med vatten om det behövs. Tips! Om du vill ha en riktigt mjuk mos så passera den genom en fin sil innan du serverar den. Använd inte elvisp, moset blir då lätt klisteraktigt. Moset kan tillredas på förhand och hållas varmt i ugn.

Sallad

Ingredienser (4 pers.)

Rucola sallad (t.ex. färdigt skuren rucola)

0,5 st. Granatäpple

Salladsdressing:

Olivolja

1 tsk Dijon senap

Lite socker

Salt

Peppar

Lite äppelvinäger

Tvätta rucola salladen noggrant och torka av.

Skär granatäpplet i mitten. Använd en träslev som du slår mot granatäpplets skal för att fröna skall ramla ut i en underliggande skål.

Blanda ihop salladsdressingens ingredienser.

Blanda ihop dressingen med rucola salladen och granatäpple frön ordentligt innan servering.

Fattiga riddare

Ingredienser (10 pers.)

1 st. bullängd
2 ägg
4 dl mjölk
1ts vaniljsocker
smör
jordgubbssylt och grädde

Skär bullängden i skivor. Blanda ihop äggen, mjölken och vaniljsocker. Blöt skivorna mjölkblandningen. Sätt smör i pannan och stek skivorna på pannan så att de får brun färg. Serveras varma med sylt och grädde på.