

MATGLÄDJE MED ABROTOS



RECEPT

VILDA HÖSTSMAKER

29 OKTOBER 2017

SANDER G JOHANSSON
MATMÄSTARE

ABROTOS
EKOLOGISK MAT- OCH VINKULTUR

ABROTOS KOOPERATIV EKONOMISK FÖRENING

VILDA HÖSTSMAKER

Löjrom på Mandelpotatisplättar

ca 50 stycken

300 g mandelpotatis, skalad och ångkokt

1½ vetemjöl

1 ägg

1 äggvita

1½ dl crème fraîche

1 dl vispgrädde

½ dl mjölk

3 krm salt

1 tsk strösocker

smör till stekning

Passera den ångkokta potatisen genom en potatispress eller en sil.

Väg upp så att du har 300 g pressad potatis.

Tillsätt vetemjöl, ägg, äggvita, crème fraîche och grädde.

Vispa till en slät smet. Tillsätt mjölk, salt och strösocker.

Häll upp smeten i en sprits.

Hetta upp smör i en stekpanna på medelvärme och spritsa rundlar stora som femkronor (som de såg ut).

Stek dem 1-2 minuter på varje sida tills de är gyllenbruna.

Servera så nystekta som möjligt med löjrom och dill.

VILDA HÖSTSMAKER

Rödingfilé med Gräddkokta Ärtor, Dragon och Kantareller

10 portioner

1 kg rödingfile, utan skinn delad i små portionsbitar
salt och olja
2 schalottenlökar, finhackade
5 dl gröna ärtor
2 dl grädde
eventuellt 1½ tsk maizena + 2 tsk vatten
1 kruka dragon, bladen plockade och fint skuren i strimlor.
kantareller
smör till stekning
salt

Sätt ugnen på 125° varmluft.

Gnid in rödingen med olja och salta lätt.

Baka mitt i ugnen cirka 15 minuter till en innertemperatur på cirka 40°

Fräs löken i smör. Tillsätt ärtor och grädde och koka ihop till en tät stuvning.

Red eventuellt med maizena.

Tillsätt dragon och eventuellt salt.

Stek kantarellerna i smör i en stekpanna, salta.

Servera rödingen med ärtorna och toppa med svampen.

VILDA HÖSTSMAKER

Porterbräserad Vildsvinsgryta Gräddig Savojkål och Västerbottensost

10 portioner

3 kg vildsvinsstek skuren i 3x3 cm stora kuber
smör eller olja till stekning
3 gula lökar, skalad och hackad
4-5 vitlöksklyftor, skalade och fint hackade
10 palsternackor, skalade och delade i långa skivor
2 ½ msk honung
2-3 flaskor porter
5 msk japansk soja
4,mska viltfond, koncentrerad
3 msk enbär, krossade
2-3 kvistar rosmarin
salt och svartpeppar
3 msk potatismjöl utrört i lite vatten

Gräddig savojkål:

2-3 små savojkålshuvuden
5 dl vitt vin
6 dl grädde
2-3 msk kycklingfond, koncentrerad
2 tsk dillfrö
2 dl västerbottensost, riven
salt och svartpeppar

Brynköttbitarna lätt i smör/olja och lägg dem i en stor gryta.
Fräs lök och vitlök hastigt utan att det tar färg och lägg i grytan.
Häll på porter, soja, fond, enbär och rosmarin och låt det sjuda cirka en halvtimme.
Fräs under tiden palsternacksskivorna lätt, ringla över honung
och tillsätt till grytan efter en halvtimme. Låt sjuda vidare cirka 30 minuter tills köttet är mört.
Smaka av med salt och peppar och red av med potatismjölet.

Gräddig Savojkål:

Dela savojkålshuvudena i halvor och ta bort rotstocken. Skär sedan i klyftor.
Häll vin, grädde, fond samt dillfrö i en vid kastrull och låt det koka upp. Lägg i kålklyftorna,
lägg på lock och låt sjuda 6-8 minuter. Kålen ska vara mjuk men fortfarande spänstig.
Tillsätt ost, salt och peppar och vänd runt försiktigt.

Servera grytan med savojkålen och hasselbackspotatis med hackad mandel.

VILDA HÖSTSMAKER

Blåbärsdessert med Granskott

God Vaniljglass
Blåbär, djupfrysta
Granskott, inlagda
God ljus sirap

Lägg upp tinade blåbär i portionsskålar eller glas
Lägg på skopad glass.
Strö över granskott och ringla god sirap över.