

**WELCOME TO
NORTH AMERICA**

**AROUND THE
WORLD IN
80 DISHES**



**Unilever
Food
Solutions**

Support. Inspire. Progress.

LAGA VÄRLDENS BÄSTA RÄTTER!

Letar du efter ny inspiration? I så fall är du varmt välkommen att följa med på vår kulinariska jorden-runt-resa. Vi har plockat ut det bästa från en rad av planetens mest spännande kök och sedan anpassat recepten för att göra dem enkla att laga här hemma i Sverige, med ingredienser som du kan beställa hos din grossist.

Vi som arbetar professionellt med mat vet att det är snudd på omöjligt att hitta tid till att följa med i allt som händer i den kulinariska världen. Vad är trendigt? Vad vill dagens gäster se på sina tallrikar? Och var hittar man inspirationen till rätter som gör att de vill komma tillbaka? För att göra livet lite enklare för dig har vi skickat ut vårt nordiska kockteam på en resa för att ta pulsen på vad som händer i ett antal av världens mest spännande kök: det afrikanska, det asiatiska, det nordamerikanska, det sydamerikanska, köket i Mellanöstern samt köken på våra nordiska öar. Till stöd har de haft kockar från hela vår globala organisation som bidragit med expertis och lokalkännedom. Resultatet är mer än 100 moderna och lättlagade recept som gör det möjligt för dig att ska skapa spektakulära och autentiska "world food"-menyer, temaveckor och evenemang.

Eftersom hållbarhet alltid är vägledande för oss, är många av recepten CO2-beräknade och många är vegetariska. Väljer du dessutom att tillaga dem med råvaror som är i säsong så bidrar du ännu mer till en hållbar utveckling. Glöm heller inte att du kan ladda hem fler receptsamlingar från alla de regioner vi besökt på **www.ufs.com/aroundtheworld**



**WELCOME TO
NORTH AMERICA**

DET NORD-AMERIKANSKA KÖKET

Mycket mer än bara hamburgare och "steaks"

Det nordamerikanska köket förknippas ofta med skräpmat, men ingen annan kontinent har välkomnat så många invandrare och resultatet har blivit ett kök med influenser från världens alla hörn. Det har dessutom hänt mycket under det senaste decenniet och en kulinarisk roadtrip genom Kanada och USA bjuder idag på allt från storstädernas uppdaterade gatumat till söderns värmande comfort food.

Till skillnad mot i Norden, där vi under senare tid börjat använda nya och experimentella sätt att tillaga klassiska rätter, har

det nordamerikanska köket till stora delar rört sig i motsatt riktning. Det "nya amerikanska köket" handlar mycket om att återupptäcka traditionella och hantverksmässiga tillagningsmetoder. Detta kan ses som en reaktion mot det faktum att framförallt USA länge ledde utvecklingen mot allt mer industriellt framställda livsmedel. Den amerikanska kärleken till kött och rikliga mängder av kolhydrater i form av potatis, bröd och socker är dock fortfarande stark.



PULLED PORK, COLESLAW MED HONUNGSSENAP OCH BARBECUEVINÄGRETT

När spanjorerna kom till Nordamerika tog de med sig det spanska köket, men de lärde sig också nya saker av ursprungsbefolkningen. Indianerna kunde göra annat med rök än att bara signalera. De lärde sig att röka sin mat, vilket bidrog till att smaksätta köttet och få det att mogna, i det här fallet gris, ett billigt och lättkött djur.

INGREDIENSER

10 personer

Rub till fläskköttet

2 kg	nackfilé
20 g	söt paprika
20 g	brun farin
5 g	chilipulver
5 g	stött spiskummin
20 g	rörsocker
1 g	grovmalen peppar
10 g	salt

Gör så här

Alla ingredienserna blandas till ruben, som gnids in ordentligt i nackfilén. Tillaga köttet antingen som sous vide i ugn på 90 grader i 8–10 timmar eller ugnsbaka övertäckt på 150 grader i 4–5 timmar.

Mjuka bullar

50 g	jäst
450 g	standardmjölk, fingerljummen
1 kg	vetemjöl
90 g	socker
20 g	salt
113 g	ägg
113 g	flytande margarin, mjölkfritt
60 g	maltsirap eller honung

Gör så här

1. Blanda ingredienserna i en matberedare och kör degen tills den får en mjuk, elastisk konsistens.
2. Forma degen till bullar och låt dem jäsa under duk i 40 minuter.
3. Baka på 175 grader i 15–20 minuter.

Barbecuevinägrett

500 ml	Winborgs Äpelsidervinäger
180 g	Slotts ketchup
15 g	worcestersås
7 g	Knorr Professional Chilipuré
7 g	Maille Dijon Original

Gör så här

Blanda ingredienserna och koka upp dem snabbt, kyl och ställ in i kylskåpet.

Coleslaw

450 g	Hellmann's Real Mayonnaise
120 g	Maille Dijon Original
120 g	flytande honung
50 g	citronsaft
600 g	coleslawmix (morot/vitkål)
5 g	salt
1/2 g	peppar

Gör så här

Blanda ingredienserna och ställ in salladen i kylan i ett dygn.



JAMBALAYA

Jambalaya kom till Amerika med de spanska immigranterna. Spanjorerna ville göra paella, men eftersom de inte fick tag i saffran var de tvungna att hitta på något annat som gav dem en smak av sitt gamla hemland. Med tiden blev området starkt influerat av franska nybyggare och då fick den här paellan från Nya världen en fast plats i Sydstaterna som en egen rätt.

INGREDIENSER

10 personer

30 g	flytande margarin, mjölkfritt	30 g	Knorr Hönsbuljong, pasta
150 g	schalottenlök, skivad	6 g	stött spiskummin
400 g	kryddig korv, till exempel chorizo	1	lagerblad
1,5 kg	bladselleri, skivad	3 g	salt
150 g	grön peppar, skivad	600 g	fillning (kyckling, fisk eller skaldjur- eller grönsaker om man vill ha ett vegetariskt alternativ)
20 g	Knorr Professional, Vitlökspuré		
150 ml	Knorr Tomatino		
120 g	Knorr Professional, Paprikapuré		
5 g	Knorr Professional, Rökt Chilipuré		
15 g	worcestersås		
220 g	brunt ris		
1 l	vatten		

Gör så här

1. Häll flytande margarin, mjölkfritt i grytan och bryn löken och korven ordentligt. Tillsätt selleri, grön peppar och vitlök och fortsätt steka.
2. Tillsätt Knorr Tomatino, Knorr Professional Paprikapuré, Knorr Professional Rökt Chilipuré, worcestersås och brunt ris. Rör om.
3. Häll vatten och Knorr Hönsbuljong i grytan och tillsätt spiskummin, lagerblad och salt. Låt rätten sjuda under lock och rör om i grytan med jämna mellanrum tills riset är nästan klart.
4. Tillsätt fyllningen och låt rätten sjuda tills alla ingredienser är klara.
5. Strö gärna över lite färsk persilja när rätten serveras.



FISKKROKETTER MED DRAGONREMOULAD

Vi älskar fiskkroketter. Det är en rätt precis i vår smak, eftersom de både smakar fantastiskt och är perfekta för att undvika matspill. Fiskkroketter har alltid lagats för att avnjuta dagens sista fisk. Vem älskar inte en sprödstekt fiskkrokett med en god dipsås och en skvätt citron? Kärt barn har som bekant många namn och fiskkroketterna är inget undantag – satsumage, chiftele de peste, bacalhal är bara några.

INGREDIENSER

10 personer

Fiskkroketter

- 1,5 kg** vit fisk
- salt
- 240 g** helägg
- 40 g** Knorr Professional, Paprikapuré
- 50 g** vetemjöl
- 10 g** valfria örter, färska
- 400 g** ströbröd eller panko
- 500 g** flytande margarin, mjölkfritt

Gör så här

- Skär fisken i mindre bitar. Mixa till en grov konsistens med lite salt, hälften av äggen och Knorr Professional Paprikapuré. Färsen ska inte vara för finmalad.
- Häll i vetemjölet i färsen och ställ den i kylan i cirka en timme.
- Finhacka örterna och blanda dem i färsen. Forma färsen till kroketter, vänd dem i äggen och panera.
- Stek kroketterna i flytande margarin, mjölkfritt tills de är spröda och gyllenbruna.

Remoulad

- 200 g** ättiksgurka, grovhackad
- 150 g** Hellmann's Real Mayonnaise
- 15 g** Knorr Professional, Dragonpuré

Gör så här

Blanda ättiksgurka, Hellmann's Real Mayonnaise och Knorr Professional Dragonpuré till en grov remoulad. Om man vill ha remouladen tunnare kan man finhacka gurkan innan den blandas.

Sallad

- 1 kg** gurka
- 400 g** rödlök
- 40 g** mynta
- 200 ml** Hellmann's Citrus Vinaigrette
- 10 g** Knorr Umami rödpepparkorn

Gör så här

- Skölj och kärna ur gurkan.
- Skala och skär rödlöken i tunna skivor. Finhacka myntan och blanda i den.
- Vispa ihop Hellmann's Citrus Vinaigrette med Knorr Umami.
- Blanda dressingens med rödpepparkorn och grönsaker och servera till kroketterna.



STORA, SPRÖDA POMMES FRITES

Potatisens väg från ogudaktig och olämplig som människoföda, eftersom den inte nämns i Bibeln, till grönsakernas rockstjärna är både lång och intressant. Denna fantastiska knöl av släktet *Solanum* har räddat många människor från svältdöden, och dess många användningsområden har gjort den älskad i hela världen. Vem älskar inte pommes frites eller ett krämigt mos? Potatisen används i många språkliga uttryck. Vi svenskar har till exempel ramsan "polis, polis, potatisgris", och "en het potatis" är ju ett uttryck för ett ämne som ingen vill kännas vid. På danska kan man vara en heldig kartoffel ("en lyckans ost", som vi skulle säga). Och på engelska kallar man småkriminella personer small potatoes.

INGREDIENSER

10 personer

2 kg bakpotatis
1000 ml Phase Vegetabilisk
Frityrolja
5 g Knorr Oxbuljong,
granulat

Gör så här

1. Skär potatisen i antingen båtar eller stavar.
2. Koka den nästan mjuk, skölj i kallt vatten och lägg över på en handduk för att torka.
3. Friter sedan potatisen i 120 grader varm olja tills den blir mjuk. Ta upp och lägg över på hushållspapper.
4. Friter sedan potatisen i 180 grader varm olja tills den blir spröd och gyllenbrun.
5. Ta upp, lägg över på hushållspapper och strö över Knorr Oxbuljong.



RANCHDRESSING

Ranchdressing uppfanns i Alaska av Steve Henson och hans fru Gayle år 1954. Steve var kontraktsanställd i Alaskas vildmark och hans fru drev ett litet pensionat. Ranchdressing, som kom till i pensionatets kök, blev en omedelbar succé. Det dröjde inte länge förrän folk köpte med sig såsen hem – och det blev början på ett såsimperium.

INGREDIENSER

10 personer

200 g	filmjolk
200 g	Hellmann's majonnäs
200 g	crème fraîche
30 g	Maille Dijon Original
20 g	äppelcidervinäger
10 g	Knorr Professional, Vitlökspuré
50 g	hackad gräslök
50 g	hackad persilja
10 g	Knorr Professional, Paprikapuré
2 g	chili
3 g	salt
1/2	tsk svartpeppar

Gör så här

Mixa alla ingredienserna och smaksätt eventuellt dressing, med ytterligare salt och nymalen peppar.



SPRÖDA LÖKRINGAR I ÖLSMET MED TVÅ SORTERS DIPSÅS

De första i USA som hade lökringar på menyn var Kirby's Pig Stand, som öppnade i Texas år 1921. Kirby's, som också var USA:s första drive-in-restaurant, revolutionerade amerikanernas sätt att äta och bildade skola för andra, däribland McDonald's och Burger King.

INGREDIENSER

10 personer

Ölsmet

- 500 g vetemjöl
- 60 g ägg
- 20 g **Knorr Umami**
- 200 ml vatten, ljummet
- 5 g socker
- 400 ml öl
- 100 ml flytande margarin, mjölkfritt
- 5 g salt
- 2 g peppar
- 120 g äggvitor
- 600 g lök, skivad
- 2 l **Phase Vegetabilisk Fritylolja**

Gör så här

1. Vispa ihop mjöl, ägg, Knorr Umami, socker, vatten, öl, flytande margarin, mjölkfritt, salt och peppar till en slät smet. Låt smeten stå i kylan i minst 1 timme.
2. Vispa äggvitorna hårda och vänd ner i smeten.
3. Doppa lökringarna i smeten och fritera dem i 175 grader varm olja tills de är knapriga och gyllenbruna. Lägg upp dem på hushållspapper och smaksätt gärna med salt eller någon annan krydda.

Spicy Hellmann's dipsås

- 200 ml **Hellmann's Real Mayonnaise**
- 20 g **Knorr Professional, Paprikapuré**
- 10 g **Knorr Professional, Rökt Chilipuré**
- 10 g **Knorr Professional, Vitlökspuré**
- 15 g **Knorr Kycklingfond, koncentrerad**

Gör så här

Rör ihop ingredienserna och smaka av med salt och peppar.

Sötsur dipsås

- 150 ml **Knorr Sunshine Chili**
- 150 ml äppelcidervinäger
- 150 ml rörsocker
- 15 g korianderblad, hackade
- 50 g rödlök, fint tärnad
- 75 g äpple, tärnat

Gör så här

Vispa ihop Knorr Sunshine Chili, äppelcidervinäger, rörsocker och koriander. Tillsätt rödlök och äpple.



TATER TOTS

Receptet på tater tots skapades för att man ville minska matspillet efter att ha skurit pommes frites. När tater tots lanserades år 1953 såldes de billigt. Till en början var det inte många som köpte dem, eftersom det billiga priset fick folk att betrakta dem som en produkt av låg kvalitet. När man höjde priset ökade emellertid försäljningen, och i dag äter amerikanerna 35 miljoner ton tater tots om året.

INGREDIENSER

10 personer

1200 ml vatten
100 ml flytande margarin,
mjölkfritt
20 g Knorr Professional,
Vitlökspuré
360 g Knorr Potatismos,
kallrört
200 g lök, frystorkad
10 g Knorr Umami
300 g parmesanost, riven
5 g salt
1/2 g peppar

Panering
500 ml ägg
300 ml vatten
500 g panko eller
ströbröd

Gör så här

1. Häll vatten, flytande margarin, mjölkfritt och Knorr Professional Vitlökspuré i en bunke.
2. Tillsätt Knorr Potatismos, lök, Knorr Umami, parmesanost, salt och peppar och rör moset slätt och fint.
3. Forma en cirka 3 centimeter tjock korv av massan och skär ut 5 centimeter långa bitar.
4. Låt massan vila i kylen i ett par timmar och panera bitarna i ägg och panko/ströbröd.
5. Friterar bitarna gyllenbruna och servera dem ljumma och spröda med en god dipsås.



SLOPPY JOE

Rätten Sloppy Joe ("Slarvige Joe") har en lång och i vissa stycken oklar historia, men den tycks ha uppstått under 1930-talets depression som ett sätt att dryga ut nötfärs. Flera historiker hävdar att rätten skapades i ett litet kafé i Sioux City i den amerikanska delstaten Iowa, där den kallades loosemeat sandwich. Ingen vet om det var den ursprungliga Sloppy Joe, men den var säkert slarvigt gjord.

INGREDIENSER

10 personer

40 g	flytande margarin, mjölkfritt
120 g	lök, hackad
40 g	Knorr Professional, Vitlökspuré
40 g	Knorr Professional, Rökt Chilipuré
2 kg	nötfärs
320 g	ketchup
20 g	Maille Dijon Original
10 ml	vinäger
150 ml	vatten
15 g	Knorr Oxbuljong, pasta
15 g	socker
8 g	salt
1 g	peppar
10	hamburgerbröd

Gör så här

1. Värm flytande margarin, mjölkfritt i antingen en stekpanna eller en gryta. Tillsätt lök och sautera tills den blir mjuk. Tillsätt Knorr Professional Vitlökspuré och Knorr Professional Rökt Chilipuré och sautera i ytterligare 1–2 minuter.
2. Tillsätt nötfärsen och sautera tills den är brynt. Häll bort eventuellt överflödigt fett.
3. Tillsätt ketchup, senap, vinäger, vatten, Knorr Oxbuljong, socker, salt och peppar. Sänk värmen och låt sjuda i 10–15 minuter. Servera i hamburgerbröd.

Variant på Sloppy Joe: Maid-Rite Sandwich (Iowa, USA)

Hoppa över ketchup, vatten, vinäger och socker och tillsätt i stället antingen en flaska öl eller 3 deciliter Knorr Hönsbuljong. Låt köttet sjuda tills det mesta av vätskan är borta (15–20 minuter). Servera i hamburgerbröd med senap, ättiksgurka och hackad lök.

Tips

Sautera med en hackad grön paprika om du vill ha mer grönsaker i din Sloppy Joe. Tillsätt worcestershiresås som extra krydda. Det går också bra att använda kyckling- eller kalkonfärs i stället för nötfärs.



SAUTERAD GRÖNKÅL

Den här rätten äts året om, men den är förknippad med både en högtid och en särskild föreställning. Det sägs nämligen att om man äter rätten på nyårsdagen så får man lycka resten av året.

INGREDIENSER

10 personer

100 ml	flytande margarin, mjölkfritt
250 g	bacon, tärnad
200 g	lök, hackad
20 g	Knorr Professional, Vitlökspuré
1 kg	grönkål, grovhackad
750 ml	vatten
25 g	Knorr Hönsbuljong, pasta
3 g	salt
1/2 g	peppar
1	knivsudd chili

Gör så här

1. Värm flytande margarin, mjölkfritt i en stor gryta på medelhög värme. Tillsätt bacontärningarna och stek tills de är spröda. Lägg i löken och stek tills den blir mjuk, cirka 5 minuter. Tillsätt Knorr Professional Vitlökspuré och stek ytterligare 1 minut. Tillsätt grönkålen och sautera.
2. Värm vattnet i en gryta och tillsätt Knorr Hönsbuljong. Häll buljongen över kålblandningen och smaka av med salt, peppar och chili. Sänk värmen och låt rätten sjuda under lock i 30 minuter, eller tills kålen är mjuk.



STEKTA GRÖNA TOMATER

Stekta gröna tomater blev en allmänt känd rätt efter filmen Stekta gröna tomater på Whistle Stop Café. Dessförinnan var stekta gröna tomater en rätt som tillagades i Sydstaterna för att ta vara på de sista tomaterna som inte hann mogna.

INGREDIENSER

10 personer

1 kg gröna tomater
300 ml kärnmjök
15 g Knorr Professional,
Rökt Chilipuré
200 g polenta
20 g Knorr Umami
7 g salt
1/2 g peppar, nymalen

Dipsås

200 g Hellmann's Real
Mayonnaise
15 g Knorr Kycklingfond,
koncentrerad
10 g Knorr Professional,
Rökt Chilipure
40 g Knorr Professional,
Paprikapuré
1/2 g peppar, nymalen

Gör så här

1. Skär tomaterna i halvcentimetertjocka skivor. Vispa ihop kärnmjök och Knorr Professional Rökt Chilipuré i en skål och ställ den åt sidan.
2. Blanda polenta, Knorr Umami, salt och peppar.
3. Doppa tomatskivorna i kärnmjölksblandningen och vänd dem sedan i polentablandningen.
4. Friterar tomaterna tills de blir mjuka och gyllengula och lägg över dem på ett galler.
5. Strö eventuellt salt eller grillkrydda över tomaterna.
6. Vispa ihop ingredienserna till dipsåsen och smaksätt med peppar.
7. Servera tomaterna med den kryddiga dipsåsen.