

Taste the exotic Brazil



Unilever
Food
Solutions

Häng med på den brasilianska trenden 2016:

Taste the exotic Brazil

Ett enkelt och ekonomiskt sätt att skapa härliga upplevelser 2016

Kockar runtom i världen strävar varje dag efter att erbjuda läckra rätter och fina upplevelser till alla gäster som besöker deras restauranger.

Under 2016 kommer du att kunna överraska dina gäster med läckra brasilianska maträtter som du aldrig har lagat eller ens hört talas om förut. Inspirerande menyer som ger din restaurang och din matlagning en ny och spännande vinkel.



"Men hur ska jag lyckas laga autentiska brasilianska måltider till mina gäster?"
Svaret är: Med "Taste the exotic Brazil" från Unilever Food Solutions.

Vi åkte till Brasilien för att lära oss av professionella kockar och matälskare. Här besökte vi alla möjliga olika brasilianska kök och lärde oss av dem som älskar och brinner för denna mat. Sedan samlade vi alla idéer och "översatte" dem till det nordiska köket.

Nu kan vi erbjuda dig ett enkelt och kostnadseffektivt sätt att servera en stor mängd originella och autentiska brasilianska maträtter som skapats av brasilianska matälskare och stjärnkockar.

Vi lovar dig: du kan!

Den här foldern är ett resultat av det engagerade samarbetet mellan nordiska och brasilianska kockar som deltog i projektet. Vi är mycket nöjda med alla recept som skapades och vi är nu stolta över att kunna erbjuda dem till dig. Ta till vara på dem och gör dem till dina.

Det brasilianska köket är ett av de mest exotiska och varierade i hela världen

Brasilien har växt fram under flera århundraden till att bli ett mångkulturellt land med människor från hela världen. Mellan 1570 och 1888 kom över 3 miljoner afrikaner till Brasilien som slavar och framväxten av det brasiliansk-portugisiska köket tog sin början. Brasiliens självständighet 1822 öppnade landet för invandring från hela världen – först från Tyskland, sedan Schweiz, Italien, Spanien, Japan och Mellanöstern. Miljoner fann ett nytt hem i detta enorma land och gradvis kom nya vanor, nya ingredienser och olika tillagningsmetoder som lämnade sina ursprungliga kulinariska rötter och blev brasilianska. Av denna anledning har världens femte största land idag ett av världens mest inspirerande, spännande och exotiska kök. Detta är en unik kulinarisk berättelse som vi på Unilever Food Solutions vill dela och förmedla till det nordiska köket.

Exotiskt och varierande

På grund av Brasiliens storlek och mångfald är det nästan omöjligt att beskriva det som ett land. Detta enorma land sträcker sig över flera klimatzoner och är ett av de mest skiftande jordbruksländerna med en frodighet och bördighet som knappt något annat land i världen kan mäta sig med.

Det brasilianska sättet att vinna kundernas hjärta

Med "Taste the exotic Brazil" får du en unik chans att erbjuda ett stort utbud av autentiska brasilianska maträtter till dina gäster. I den här broschyren hittar du originalrecept från **berömda brasilianska gatukök**, autentiska tips och tricks, recept **till en lantlig barbecue**. En perfekt blandning av maträtter för en **läcker, kreativ och exotisk brasiliansk buffé**, spännande nya sätt att servera små och medelstora **brasilianska tilltugg** och **söta och mycket spännande brasilianska efterrätter**.

Feijoada – är en gryta med svarta bönor och fläskkött. Brasilianer avnjuter vanligtvis den här hjärtliga måltiden vid middagstid, med sällskap av en caipirinha och en efterföljande vilostund. Det tar ungefär två till tre dagar att sätta ihop den här magnifika maträtten. Vid en traditionell presentation serveras den med ångat ris, bräserad-, strimlad-, vitlökssauterad grönkål, faroffa och skivade apelsiner.



Churrasco - I Brasilien är churrasco ordet för barbecue, som har sitt ursprung i södra Brasilien och Gauchos (människor från området Rio Grande do Sul) . Termen churrasco hänvisar generellt till alla sorter av skuret kött som är tillagat på en bädd av hett kol eller på en gjutjärnspanna. Nästan alla tillfällen kan firas med en churrasco: födelsedagar, dop, politiska samlingar eller kanske en enkel sammankomst med din familj och vänner under helgen. Den har utvecklats till en fulländad måltid med olika sallader, såser och farofa som kompletterar köttet. Brasilianare dricker gärna caipirinha och kall öl till sin churrasco.

Churrascaria - Brasilianska stekhus som serverar en buffe, där du får äta så mycket du orkar av kolgrillat kött och tillbehör.

Moqueca - Är ett brasilianskt recept baserat på fiskgryta i salt med kokosmjölk, tomater, lök, vitlök, koriander och lite palmolja (dendê). Den kokas långsamt i en terrakotta-gryta och serveras helst med räkor och en blandning av utvalda benfria saltvattensfiskar.



Arroz e Feijão - Ris och bönor är basen i brasiliansk matlagning. De flesta brasilianer har den här rätten på matbordet varje dag till lunch. Den serveras oftast vid sidan av en stek och sallad.

Empadas – Brasiliansk paj som är en slags kött- eller grönsakspaj med en toppskorpa som vanligtvis görs av degflarn. Det finns butiker i Brasilien som endast säljer empadas med många olika variationer.

Bacalhau - Bacalhau är det portugisiska ordet för torsk och i ett kulinariskt sammanhang, torkad och saltad torsk. Bacalhau fresco är termen för färsk torsk. Den härstammar från den kraftiga portugisiska influensen på brasiliansk matlagning och är en mycket speciell rätt för brasilianer.

I Brasilien är Bacalhau vanligtvis importerad från Portugal och därför är den dyrare än de flesta lokala fiskarna, vilket gör den till en delikatess. Det finns tusen olika sätt att servera bacalhau, men det mest traditionella sättet är med potatis, oliver och olivolja.



Bobó de Camarão - Som ibland på engelska kallas "shrimp bobó", är en brasiliansk maträtt med räkor i en puré av maniok (eller kassava), kokosmjölk och andra ingredienser.

Liksom många andra liknande maträtter smaksätts den med palmolja, som kallas dendê på brasiliansk portugisiska. Den serveras traditionellt med vitt ris, men kan även vara en sidorätt i sig.

Faroffa – En mycket traditionell brasiliansk soppa som tillagas på kyckling och grönsaker.

Coxinha – Droppformade appetizers som görs av potatis, mjöl och är oftast fylld med kyckling, ost eller räkor.

Pao de Queijo – Friterad ostboll

Pastel – Typisk snabbmat och som består av tunna pajskal formade i en halvcirkel eller rektangel med blandade fyllningar, stekta i vegetabilisk olja.

Resultatet är en krispig, gyllenfriterad paj.

Den sägs ha uppkommit när japanska immigranter anpassade kinesiska friterade wontons för att sälja som tilltugg på gatumarknader.

Det här är den mest troliga hypotesen eftersom ännu idag många av försäljningsställena "pastelarias" ägs och drivs av kinesiska och japanska immigranter.





Carne seca - Från nordöstra Brasilien. Torkat saltat kött, "beef jerky" eller "solens kött".

Mandioca - Stapelvara hos Brasiliens indianer innan européerna anlände och är än idag en daglig näringskälla för miljoner brasilianer.

Brasiliansk arrowrot, maniok, tapioka är några av namnen för att definiera mandioca. Det finns tusentals olika varianter av maniok i Brasilien och den finns med i de flesta maträtter.

Palmito - Palmhjärta är en grönsak som skördas från palmträd. Den hittades i överflöd i atlantskogen

som förut fanns i stor utsträckning över den sydöstra delen av Brasilien. Skogen har blivit närapå utrotad och likaså palmträden.

Picanha – rostbifflock med kappa.

Ett tjockt lager av fett täcker ett mörkt och magert köttstycke och vid grillning ger fettlagret smak och saftighet till köttet. Picanha serveras med fettlagret på och fastän de flesta människorna skär bort fettet, anses det av något av juvelen i kronan.

Caju – Frukten som bär cashewnöten är också mycket populär i Brasilien, som finns att hitta på de flesta människors bord i form av juice.

Açaí - Skördas i Brasiliens regnskogar och smakar som en vitaliserande blandning av bär och choklad. Gömd i dess kungligt rödvioletta pigment finns magin som gör den till naturens perfekta energifrukt. I Brasilien serveras den som "açaí na tigela ". Frukten blandas med bananer och när den är frusen serveras i en skål med granola.



Goiabada – Tillverkad av guava och är kanske den mest traditionella sötsaken i Brasilien. När den paras ihop med färskost kallas det för "Romeo och Julia" och här kombinationen på många olika menyer. Brasiliens svar på kvittengele.

Brigadeiro – En annan extremt söt dessert från Brasilien, är gjord av söt kondenserad mjölk. Den finns att hitta på varenda födelsedagsfest över hela landet. Den görs i många varierande smaker och är ett givet inslag vid varje fest.

Gelada – Ordet som beskriver öl i Brasilien. Gelada betyder kall och ölen måste serveras vid näst intill frystemperatur. Det är mycket vanligt att kunder returnerar ölen till baren om inte temperaturen lever upp till deras krav. Man dricker i små glas, ölen tar på så sätt slut snabbare och ölen håller sig kall hela tiden.

Caipirinha – Brasiliens nationaldrink, gjord av lime, socker och Sockerrörsbrännvin – Cachaça.

Cachaca – Sockerrörsbrännvin som är basen för att göra en Caipirinha.



Veggie burger

INGREDIENSER:

Veggieburger:

- 800 g kikärter, kokta
- 80 g hackad lök
- 80 g morot
- 80 g blekselleri
- 80 g spansk paprika, gul
- 30 g Maizena, Majsstärkelse
- 35 g Knorr Professional Vitlökspuré
- 30 g Knorr koncentrerad Brynt Lökfond
- 20 g fint hackad persilja
- vitpeppar efter smak.

Dressing:

- 200 g Hellmann's Extra Thick majonnäs
- 15 g Knorr Professional Rökt chilipuré
- 10 g Knorr Professional Vitlökspuré
- 15 g citronsaft
- Milda Browning, efter behov

METOD:

1. Blanda samtliga ingredienser till dressingen.
2. Skölj kikärtorna väl och mosa grovt i matberedare.
3. Blanda lök, morötter, selleri, paprika, hackad persilja och Maizena med de mosade kikärtorna. Smaksätt med Knorr Professional Vitlökspuré och Knorr Brynt Lökfond.
4. Pensla eller spraya ett gastrobleck med Milda Browning. Forma färsen till biffar och lägg biffarna på plåten, pensla biffarna eller spraya med Milda Browning.
5. Stek biffarna i ugn vid 200°C i ca 10-15 minuter. Detta moment kan med fördel göras dagen före!
6. Skiva tillbehören. Servera biffarna med hamburgarebröd, tillbehör och dressing.

Tips!

För en mindre fet dressing:

Blanda en halv del Hellmann's Extra Thick Majonnäs med en halv del Rama Professional Fraiche 24% och smaksätt enligt anvisning.



10 personer

Tillbehör:

- 10 st hamburgerbröd
- 10 st cheddarost, skivor
- 100 g huvud isbergssallad
- 150 g tomat, skivad
- 50 g rödlök, skivad
- 150 g avokado, skivad



Peixe Alaranjado

Apelsinfisk à la Brazil

INGREDIENSER:

- 45 g Milda flytande mjölkfritt margarin, 78%
- 1,2 kg vit fisk, fil ex kummel, sej el. kolja
- 200 g schalottenlök, skivad
- 30 g pimento, hackad
- 20 g chili, hackad
- 43 g Knorr Professional Vitlökspuré
- 15 g apelsinzest
- 40 g apelsinfiléer
- 500 g Knorr Tomatino
- 250 g Rama Professional Mat 15%, laktosfri
- 250 g kokosmjölk
- 50 g spenat
- 20 g Knorr koncentrerad Fiskfond
- 30 g persilja, hackad
- 5 g salt

METOD:

1. Sätt på ugnen på 220 grader.
2. Mjukstek lök, vitlök, chili, pimento och apelsinzest.
3. Tillsätt Knorr Tomatino, Knorr Fiskfond, apelsinzest och kokosmjölk och låt koka ihop i 3-5 min.
4. Slå 1/3 del av såsen i ett GN gastro = gastrobleck så att såsen täcker botten, lägg fisken på såsen och täck fisken med spenat. Slå resterande sås över fisken.
5. Bakas ugn i ca 25 min, 220 grader.
6. När fisken är klar garneras den med apelsinfiléerna samt hackad persilja
7. Servera med ris och tillbehör.



10 personer



Sopa de vegetais

Sydamerikansk soppa med lime, kokos och curry

INGREDIENSER:

- 200 g blekselleri
- 400 g sötpotatis
- 270 g pumpa butternut
- 270 g morötter, kuber
- 15 g röd chili, skivad kärnfri
- 15 g vitlök, färsk hackad
- 20 g Milda flytande mjölkfritt margarin, 78%
- 10 g curry madrass
- 3 g kummin, mald
- 340 g Knorr Tomatino
- 270 g kokosmjölk, 24 %
- 140 g Rama Professional Mat 15 %, laktosfri
- 40 g schalottenlök, hackad
- 6 g Knorr Professional Ingefärapuré
- 1 l vatten
- 1 st lagerblad
- 30 g limejuice
- 400 g paprika, röd, grön gul
- 30 g Knorr koncentrerad Grönsaksfond
- 110 g linser, röda el. gröna
- 10 g koriander, hackad

METOD:

1. Skär selleri i skivor, skala och tärna potatis, morötter och pumpa i 2x2 cm tärningar.
2. Skala och hacka schalottenlök och vitlök fint. Skär chilin i tunna skivor.
3. Sautera grönsakerna tillsammans med schalottenlök, vitlök och chili i Milda flytande margarin i 3 minuter vid moderat värme.
4. Tillsätt Knorr Professional Ingefärapuré, curry, kummin och linser och fräs ytterligare någon minut.
5. Tillsätt Knorr Tomatino, kokosmjölk, Rama Professional Mat 15%, Knorr Grönsaksfond, vatten och lagerblad. Sjud alltsammans tills linser är mjuka.
6. Justera smaken med limesaft och salt, tillsätt färsk hackad koriander.



10 personer



Canja Caipira

Rustik kycklingsoppa

INGREDIENSER:

- 600 kg kyckling kött (lårfilé, bröst)
- 30 g Knorr koncentrerad Kycklingfond
- 20 g Milda flytande mjölkfritt margarin 78%
- 25 g Knorr Professional, Vitlökspuré
- 25 g ingefära, riven
- 40 g citronsaft
- 150 g lök
- 300 g morot, olika färger
- 200 g selleri
- 15 g olivolja
- 450 g ris
- 2,2 l vatten
- 40 g Knorr Kycklingbuljong, pasta
- 400 g bönmix, frysta
- 20 g citron saft
- 50 g vårlök
- 20 g persilja
- salt och peppar

METOD:

1. Blanda Milda flytande mjölkfritt margarin med Knorr Kycklingfond, citronsaft, Knorr Professional Vitlökspuré och riven ingefära med kycklingen. Marinera kycklingen över natten i en vacpåse.
2. Baka kycklingen i kombiugn vid 65°C i 2,5 timmar. Ta ut köttet ur påsen, dra isär kycklingen med en gaffel och blanda med köttsaft.
3. Skala och ansa grönsakerna, hacka löken, skär morötter i tärningar och selleri i skivor.
4. Fräs löken mjuk i Milda flytande margarin och tillsätt övriga grönsaker och fräs ytterligare någon minut.
5. Slå på ris tillsatt vatten, kycklingkött och Knorr Kycklingbuljong. Sjud soppan i 20 minuter.
6. Tillsätt bönmix.
7. Justera smaken med citron, salt och peppar.
8. Servera med skivad vårlök och hackad persilja.



10 personer



Feliz Porco Guisado

Glada grisens gryta med banan och apelsin

INGREDIENSER:

- 900 g fläsk karré, kyckling lår/bröst
- 400 g Knorr Tomatino
- 30 g Knorr Professional Rökt Chili
- 25 g Knorr koncentrerad Kalvfond
- 20 g socker
- 320 g banan, utan skal i skivor
- 1/2 apelsin, utan skal i skivor
- 300 ml Rama Professional Visp 31%
- 20 g persilja, hackad
- 100 g rökt sidfläsk

Tillbehör:

- 450 g ris
- 1 l vatten
- 25 g Knorr Ekologisk Grönsaksbuljong

METOD:

1. Blanda Knorr Tomatino, Knorr Professional Rökt Chilipuré och Knorr Kalvfond.
2. Häll hälften av "tomatbasen" över fläsk karrén och baka i ugn under lock vid 90°C i 8 timmar.
3. Koka riset med Knorr Ekologisk Grönsaksbuljong.
4. Dra isär köttet i grytbits storlek (spara tomat skysåsen från köttet separat). Stek det tärnade sidfläsket.
5. Halvera och skär apelsinen i skivor. Skiva den skalfria bananen.
6. Vispa Rama Professional Visp 31% tjock och blanda med resten av tomatsåsen.
7. Varva kött, banan, apelsin i skivor med hälften av det rimmade stekta fläsket i ett gastrobleck, fördela Rama Professional Visp 31% med tomat över.
8. Bakas i ugn vid 200°C i ca 15 minuter.
9. Servera med hackad persilja, stekt tärnat sidfläsk och nykokt ris.



10 personer



Salmão Feijoada

Laxgryta med butternut pumpa, bönor och oliver

INGREDIENSER:

- 160 g lök
- 30 g Milda flytande mjölkfritt margarin, 78%
- 40 g Knorr Professional Vitlökspurè
- 6 g bröd krydda (anis, fänkål, kummin)
- 500 g butternut pumpa
- 180 g selleri, blek
- 40 g Knorr, Fiskbuljong, lågsalt
- 1,2 l vatten
- 200 g Knorr Tomatino
- 50 g oliver, gröna
- 50 g citronsaft
- 800 g färsk lax
- 400 g bönmix, djupfryst
- 10 g persilja, hackad
- 10 g gräslök, hackad
- 1 st apelsin

METOD:

1. Koka riset med Knorr Ekologisk Grönsaksbuljong.
2. Skär skinnet av laxen och dela filen i tärningar (ca 3x3 cm).
3. Ånga pumpan i ugn vid 100°C i 15 min, skala och skär pumpan i kuber på 2x2cm.
4. Skala och skär sellerin i skivor.
5. Fräs grönsakerna i Milda flytande margarin utan att de tar färg.
6. Tillsätt brödkrydda, Knorr Professional Vitlökspurè, Knorr Tomatino, Knorr Fiskbuljong och vatten. Låt sjuda i 5-10 minuter.
7. Tillsätt skivade oliver och bönor. Justera smaken med citron, salt och peppar. Hit går att förbereda dagen före!
8. Värm grytbasen och lägg fisken i grytan. Ånga fisken klar under lock.
9. Strö hackad persilja och gräslök över grytan och servera med apelsinfiléer och nykokt ris.

Gryt bas:

Tips! Denna gryta går bra att göra på ex. kummel och sej. Lika så går det att byta ut pumpan mot en fast potatis eller sötpotatis.



10 personer

Till servering:

- 450 g ris
- 1 l vatten
- 25 g Knorr Ekologisk Grönsaksbuljong



Feijoada Completa

Fläsk med svarta bönor

INGREDIENSER:

- 50 g Milda flytande mjölkfritt margarin, 78%
- 330 g gul lök
- 65 g Knorr Professional Vitlökspuré
- 3 st kryddnejlikor, hela
- 5 st lagerblad
- 65 g pimento
- 15 g Knorr Professional Rökt Chili puré
- 260 g sidfläsk, rökt tärnad (1,5x1,5cm)
- 700 kg fläskkarré, tärnad (3x3cm)
- 340 g paprika, grovt tärnad
- 700 kg svarta bönor, blötlagda (ej kokta)
- 2 dl apelsinjuice, koncentrat
- 1,4 l vatten
- 50 g Knorr Brynt Köttbuljong

METOD:

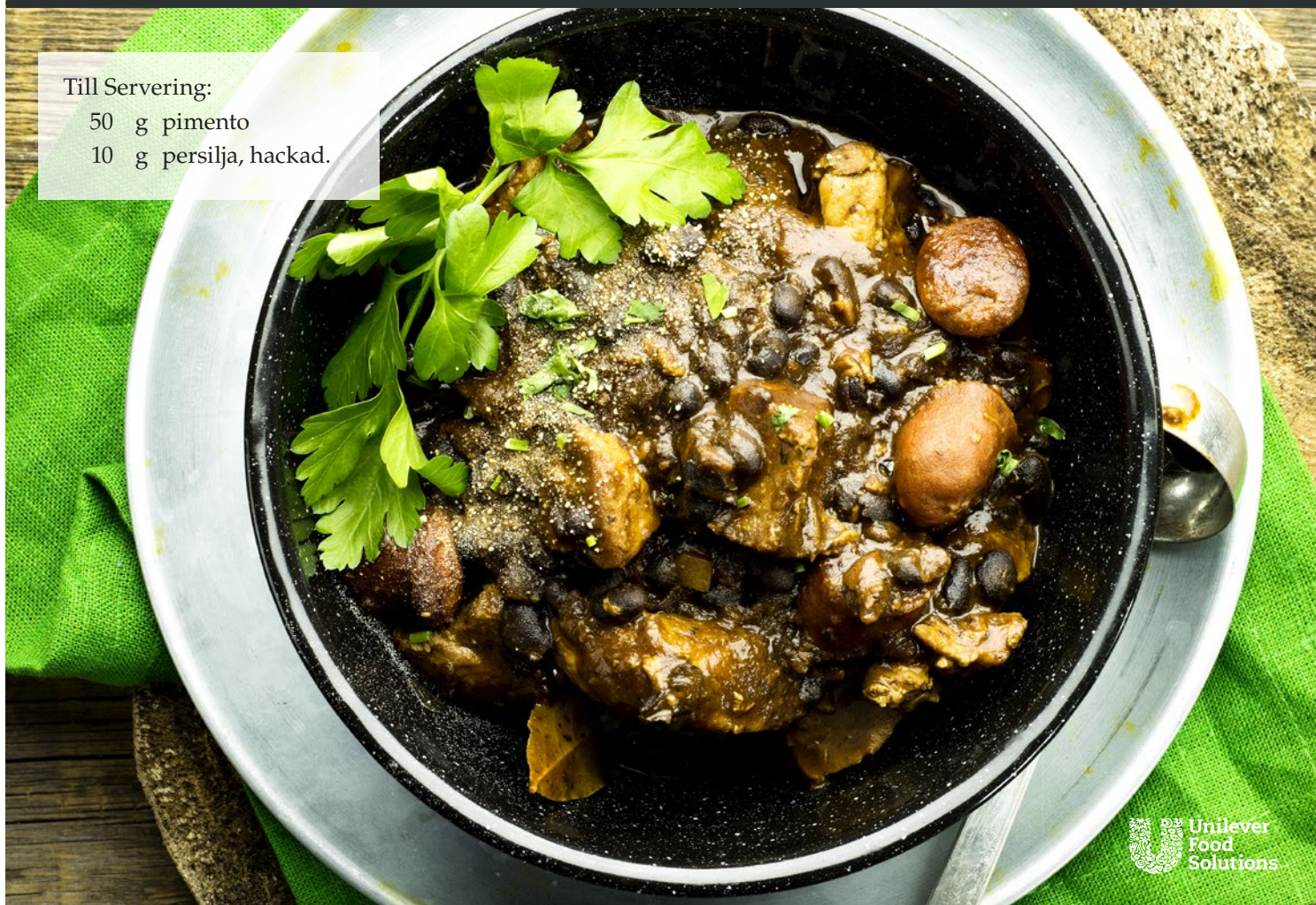
1. Bryn tärnat fläskkarré, sidfläsk och lök i Milda flytande mjölkfritt margarin. Tillsätt kryddor, pimento, Knorr Professional Vitlökspuré och Rökt Chili puré tillsammans med vatten och Knorr Brynt köttbuljong.
2. Sjud kött nästan mört i 50 minuter under lock.
3. Tillsätt avrunna svarta bönor och sjud därefter ytterligare 20 minuter, tills rätten är klar.
4. Smaksätt med apelsinkoncentrat och salt.
5. Garnera med färsk pimento och persilja.



10 personer

Till Servering:

- 50 g pimento
- 10 g persilja, hackad.



Farofa com Bacon e Ovo

Rostad panko med bacon, ägg och bönor

INGREDIENSER:

- 100 g panko, japanskt ströbröd
- 30 g Milda flytande margarin, mjölkfritt, 78%
- 200 g lök
- 400 g bönmix, frusen
- 100 g sidfläsk, rökt och tärnat
- 200 g ägg, kokt
- 30 g Knorr Professional Vitlökspuré
- 10 g persilja

METOD:

1. Rosta panko på en torr stekpanna vid moderat värme, detta kan även göras i ugn. Låt svalna.
2. Stek sidfläsk och mjukfräs lök i Milda flytande mjölkfritt margarin.
3. Tillsätt bönor, rivet ägg och rostad panko.
4. Krydda och garnera med finhackad persilja.



10 personer



Arroz de Brócolis

Broccoli ris

INGREDIENSER:

- 5 dl ris
- 30 g Knorr Örtagårdsbuljong
- 250 g broccoli, blancherad
- 50 g persilja, blancherad
- 2 st paprikor gul/röd- tärnat
- 2 st pimento, hackad
- 15 g Knorr Professional Vitlökspuré
- 50 ml olivolja

METOD:

1. Koka riset med Knorr Örtagårdsbuljong enligt instruktioner på förpackning.
2. Skär broccolin i mindre bitar och blanchera i vatten i 2 minuter.
3. Kyl ner broccolin.
4. Blanchera persiljan i vatten ca 1 minut och kyl omgående.
5. Mixa broccolin grovt tillsammans med hackad persilja, pimento, vitlök och olivolja.
6. Blanda broccoli dressingen med riset och smaka av med salt och peppar.
7. Serveras som tillbehör till fisk, skaldjur, fågel eller kött.



10 personer



Arroz e Feijão

Ris och bönor till kött, fisk eller vegetariskt

INGREDIENSER:

400 g ris
30 g Knorr Grönsaksbuljong
300 g bönmix, frysta
100 ml Hellmann's Citrus Vinaigrette
1 st citronzest
7 g vitlök
150 g grönkål, strimlad

METOD:

1. Koka riset med Knorr Grönsaksbuljong enligt instruktioner på förpackning.
2. Hacka vitlöken fint och blanda denna med bönmix och Hellmann's Citrus Vinaigrette.
3. Strimla grönkålen och sautera lätt i Milda flytande margarin. Blanda därefter grönkål med ris och bönmix.



10 personer



Milho e salada de pimentão

Krispig sallad med majs och Peperonata

INGREDIENSER:

500 g majs
20 g Milda flytande mjölkfritt margarin, 78%
260 g Knorr Peperonata
200 g bönmix, frusen
15 g Knorr Professional Rökt Chilipuré
15 g persilja
30 g limejuice
60 g Hellmann's Passion Fruit Vinaigrette
salt och peppar

METOD:

1. Rosta majs i Milda flytande mjölkfritt margarin tills majsens börjar karamellisera.
2. Tillsätt Knorr Professional Rökt Chilipuré, sautera i ytterligare 1 minut.
3. Blanda majsens med Knorr Peperonata, bön mix, hackad persilja.
4. Smaka av med limejuice, Hellmann's Passion Fruit Vinaigrette, salt och peppar.
5. Servera salladen till kött, fisk, fågel eller som sallad på en buffé.



10 personer



Salada de Feijão

Bönsallad med morot och apelsin

INGREDIENSER:

- 330 g bönmix, frusen
- 270 g morötter, orange, lila, gul
- 100 g apelsinfilé
- 20 g koriander, färsk strimlad
- 50 ml Hellmann's Citrus Vinaigrette
- 10 g sesamfrön, rostade salt och peppar

METOD:

1. Skala och skär morötter i halva slantar (eller i julienne 3 mm)
2. Vänd samman upptinade bönor med morötter, apelsinfilér och Hellmann's Citrus vinaigrette. Smaksätt med salt och peppar.
3. Rosta sesamfrön på en stekpanna och hacka koriander.
4. Tillsist blanda bönsalladen med sesamfrön och koriander, servera omgående.



10 personer



Molho Salsa

INGREDIENSER:

500 g tärnade tomater, färska
100 g gul lök
200 ml Hellmann's Passion Fruit
Vinaigrette
3 g bladpersilja
salt och peppar

METOD:

1. Finhacka den gula löken och bladpersilja.
2. Blanda samtliga ingredienser och justera smaken med salt och peppar.
3. Låt dra i några timmar.
4. Servera med grillat kött, kyckling, fisk eller grönsaker.



10 personer





Svarta bönor, majs & chipotle

Ingredienser:

- 500 g svarta bönor, avrunnen vikt på burk
- 140 g majs, burk
- 15 g Knorr Professional Rökt Chilipurè
- 100 ml tomat juice
- 12 g socker
- 5 g limejuice, färsk
- 5 g koriander, grovt hackad
- 6 g Knorr Professional Vitlökspurè
- 70 g gul lök, hackad
- 25 g Hellmann's Brazilian Spicy Churrasco

Metod:

1. Blanda alla ingredienser.



Nötsalsa

Ingredienser:

- 400 ml vatten
- 10 g Knorr Hönsbuljong, pasta
- 18 g Knorr Professional Vitlökspurè
- 20 g citronjuice
- 45 g olja
- 300 g paranötter eller solrosfrön

Metod:

1. Koka upp vatten och buljong, kyl ner.
2. Mixa alla ingredienser i en matberedare.

Mango & lime

Ingredienser:

- 460 g mango, färsk tärnad
- 75 g rödlök, hackad
- 15 g kruka koriander, nerskuren
- 45 g limejuice, färsk
- 5 g salt

Metod:

1. Blanda alla ingredienser.

Ananas, koriander & chili

Ingredienser:

- 1000 g ananas, färsk tärnad
- 200 ml tomatjuice
- 100 g gul lök, hackad
- 6 g Knorr Professional Vitlökspurè
- 30 g limejuice, färsk
- 15 g rödvinsvinäger
- 10 g koriander, hackad
- 6 g salt
- 12 g Knorr Professional Rökt Chilipurè
- 6 g socker

Metod:

1. Blanda alla ingredienser.

Mango, tomat & ingefära

Ingredienser:

- 300 g mango, tärnad
- 120 g tomat, tärnad
- 100 g silverlök, hackad
- 45 g limejuice, färsk
- 20 g Knorr Professional Vitlökspurè
- 20 g Knorr Professional Ingefärspurè
- 20 g risvinäger
- 6 g Knorr Professional Rökt Chilipurè

Metod:

1. Blanda alla ingredienser.

Tomatsås

Ingredienser:

- 100 g gul lök, hackad
- 200 ml tomatjuice
- 320 g tomater, tärnade
- 24 g Knorr Professional Vitlökspurè
- 200 ml vatten
- 5 g Knorr Grönsaksbuljong, pasta
- 6 g salt
- 15 g olivolja

Metod:

1. Koka upp vatten och Knorr Grönsaksbuljong, pasta, kyl ner.
2. Mixa alla ingredienser i en matberedare.

Avokado, ananas & gurka

Ingredienser:

- 400 g avokado, tärnad
- 350 g ananas, tärnad
- 250 g gurka, skalad, urkärnad och tärnad
- 35 g rödlök, hackad
- 50 ml citronsaft, färsk
- 6 g salt
- 6 g Knorr Professional Rökt Chilipurè

Metod:

1. Blanda alla ingredienser.





