

Tour the
NORDIC ISLES



AROUND THE WORLD IN 80 DISHES

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**

SMART, SMARTARE, SMARTAST!



Våra recept märkta med en jordglob är klimatsmartare än många traditionella storköks- och restaurangrecept och motsvarar ett utsläpp av CO₂e på mer än 1,4 men max 2,4 kg per portion.



Recept med två jordglober ger betydligt lägre klimatpåverkan än ett "genomsnittsrecept" och motsvarar ett utsläpp av CO₂e på mer än 0,7 men max 1,4 kg per portion.



Våra allra mest klimatsmarta recept är märkta med tre jordglober och motsvarar ett utsläpp av CO₂e på max 0,7 kg per portion.

Fotnot: CO₂e (koldioxidekvivalenter) är ett mått på utsläpp av växthusgaser som tar hänsyn till att olika gaser bidrar olika mycket till växthuseffekten.



DE NORDISKA ÖARNAS KÖK

Så nära och ändå så långt borta

Det är lätt att glömma, men vi behöver inte färdas särskilt långt för att hitta nya kulinariska influenser. Faktum är att de alla de nordiska länderna har öar med sina egna, distinkta matkulturer och som bjuder på spännande maträtter som vi fastlänningar normalt sett inte finner på våra bord. Och om vi talar om Färöarna, Island och Grönland så hittar vi mat och tillagningsmetoder som de flesta av oss knappt hört talas om.

För inte så hemskt länge sedan var det inte lika enkelt som idag att hoppa ombord

på en båt till fastlandet för att proviantera. Istället fick öborna förlita sig på vad havet och de lokala omgivningarna kunde erbjuda. Och med tanke på de långa vintrarna blev öbefolkningarna experter på att röka, torka, syra och på andra sätt bevara mat, vilket också satte sina spår i köken. Vi sände ut våra kockar på lite "island-hopping" för att hitta det mest spännande i matväg från våra natursköna, nordiska övärldar.



RÖDBETSSOPPA MED TORSK OCH FRAICHE

Svalbard betyder kall kant på fornnordiska. Där finns orörd natur och med det kalla klimatet trivs isbjörnen där. Närheten till Ryssland präglar maten, som här i en rödbetssoppa med torsk.

INGREDIENSER

10 personer



1,5 kg	rödbetor, rivna
20 g	rödlök, finhackad
30 g	Milda Flytande Mjölkfritt Margarin
3 l	Knorr Grönsaksfond, koncentrerad
15 g	Knorr Professional, Vitlökspuré
2	lagerblad
5 g	torkad timjan
20 g	pressad citronsaft
10 g	citronskal, finrivet
500 g	torskfilé
500 g	Knorr Fraiche

Gör så här

1. Fräs rödbetorna och löken i Milda Flytande Mjölkfritt Margarin i en kastrull. Häll över grönsaksfonden och tillsätt kryddpuré, lagerblad och timjan. Koka upp, sänk värmen till låg och sjud tills betorna är mjuka.
2. Värm ugnen till 100 grader. Skär torsken i portionsbitar och lägg på bleck. Strö över salt och baka fisken i ugnen till inner-temperatur 40 grader.
3. Servering: Ta upp lagerbladen ur soppan, rör ner citronsaften och citronskalet, och mixa den slät. Servera fisken i soppan och toppa med Fraiche.



INKOKT LAX MED DILLMAJONNÄS OCH ROSTAD BLOMKÅL

En klassisk inkokt lax som serveras med dillmajonnäs och rostad blomkål.

INGREDIENSER

10 personer



1,2 kg lax
10 g salt
100 g morot, i tärningar
100 g fänkål, i tärningar
3 l vatten
200 g **Winborgs**
Vitvinsvinäger
10 st dillfrön
2 st lagerblad

Rostad blomkål

1,2 kg blomkål
6 g salt
20 g neutral olja

Dillmajonnäs

500 g **Hellmann's**
Real Mayonnaise
100 g dill, hackad
30 g pressad citronsaft
8 g salt

Gör så här

1. Skär laxen i 10 portionsbitar. Lägg bitarna i ett bleck med höga kanter, salta och låt stå 1 timme.
2. Dillmajonnäs: Blanda samman Hellmann's Real Mayonnaise med dillen och krydda med citron och salt.
3. Rostad blomkål: Värm ugnen till 230 grader. Putsa blomkålen och spara blasten. Lägg den i ett bleck, salta och spraya med olja. Rosta ca 25 minuter, spraya med olja var 10 minut.
4. Lägg morot och fänkål i en kastrull. Häll på vattnet och tillsätt Winborgs Vitvinsvinäger, dillfrön och lagerblad. Häll den kokande lagen över laxen och sjud den sedan till 40 grader.
5. Servering: Servera laxen med dillmajonnäs och den rostade blomkålen.



ÅLÄNSK FISKPANNA

Det rustika åländska köket är känt för sin enkelhet, det jobbas med några få utvalda råvaror. Närheten till havet gör fisken till ett kännetecken i det åländska köket. Här en typisk åländsk fiskpanna på vit fiskfilé.

INGREDIENSER

10 personer



1,3 kg vit fiskfilé (t ex sik, gös eller piggvar)
700 g potatis, skalad
200 g gul lök, finhackad

Vitsås
1 l Vatten
300 ml Knorr Visp
25 g Knorr Fiskfond, koncentrerad
100 g Knorr Cold Base Stärkelse, Redning
4 g salt
4 g malen svartpeppar
20 g Winborgs Pepparrot
200 g äpple, rivet
1 g Winborgs Ättikssprit 12%

Gör så här

1. Skär fisken i grytbitar. Koka potatisen och kyl ner den. Dela den i mindre bitar.
2. Vitsås: Blanda samman vatten, Knorr Visp och Knorr Fiskfond. Vispa ner Knorr Cold Base och fortsätt att vispa ordentligt. Låt stå i 5 minuter.
3. Tillsätt salt, peppar, ättikssprit, äpple och pepparrot. Smaka av och justera eventuellt kryddningen. Lägg ner fisken och sjud den tills den är klar. Lägg ner potatisen och låt allt bli genomvarmt.
4. Varva fisk, potatis och lök i en form, slå över såsen. Grädda i ugn vid 175 grader i 20-30 minuter.



DINKELRISOTTO FRÅN ÖLAND

Istället för ris har vi använt oss av dinkel i en variant på risotto. Det fungerar även bra att använda matvete eller korngryn i den här rätten.

INGREDIENSER

10 personer

400 g	dinkelkorn
800 g	vatten
20 g	Knorr Grönsaksfond, koncentrerad
150 g	gul lök, i 2 cm kuber
500 g	rotselleri, i 2 cm kuber
50 g	äpple, i 2 cm kuber
150 g	Västerbottensost, riven
200 g	Knorr Fraiche
50 g	persilja, hackad
20 g	pressad citronsaft



Gör så här

1. Koka dinkelkornen mjuka i vattnet och Knorr Grönsaksfonden på låg värme.
2. Fräs löken och rotsellerin. Lägg över dinkelkornen.
3. Tillsätt osten och Knorr Fraiche. Avsluta med salt, citron saft, äpple och persilja. Är risotton för stabbig, tillsätt extra vatten.



FLATBREAD MED TORSK, CITRONMAJONNÄS, PICKELS OCH KRASSE

I det isländska köket är det väldigt vanligt med lamm och självklart fisk genom Islands närhet till havet. Många traditionella tekniker kommer från det gamla köket där sättet att förvara maten på även blir en smak – t.ex. marinera, mjölksyra, torka och röka.

INGREDIENSER

10 personer

400 g	torsk
10 g	salt
200 g	Hellmann's Real Mayonnaise
25 g	citronjuice
4 g	salt
500 g	fint rågmjöl
10 g	salt
280 g	vatten
25 g	buskkrasse

Inlagd blomkål, gulbeta,
rödlök

Gör så här

1. Stycka torsken och salta den, baka på 100 grader tills en innertemperatur på 40 grader.
2. Blanda Hellmann's Real Mayonnaise med citron juice och salt.
3. Blanda salt och vatten slå över det kokande vattnet och blanda i en degblandare. Kavla ut degen ca 5 mm och picka små håll i den utkavlade degen med en gaffel, förvärm en torr panna, stek på båda sidorna, se till att sidorna har ordentligt med färg.



FÄRSKA BÖNOR MED ÖRTDRESSING

Från Öland har vi i inspirerats av sommarens färska bönor och höstens torkade bruna bönor.

INGREDIENSER

10 personer

700 g	färska bönor, brytbönor eller vaxbönor
500 g	tomat, grovhackad
200 g	gul lök, finhackad
100 g	Knorr Professional, Medelhavsörtpuré
150 g	olivolja
5 g	Maille Dijon Original
50 g	persilja, hackad



Gör så här

1. Koka bönorna nått och jämnt mjuka i lättsaltat vatten.
2. Mixa tomat, lök, Knorr Professional Medelhavsörtpuré, olivolja och senap.
3. Blanda samman bönorna med tomatblandningen och persiljan, och salta.



KRÄM AV BRUNA BÖNOR MED SIRAP OCH ÄTTIKSKOKT BACON

Öland är känt för sina fina bruna bönor, som odlas lokalt. Här en variant på klassiska bruna bönor, kryddad med ättika och sirap.

INGREDIENSER

10 personer



300 g	torkade bruna bönor
5 g	Knorr Kycklingfond, koncentrerad
250 g	Knorr Fraiche
30 g	sirap
20 g	Winborgs Ättikssprit, 12%
8 g	salt
250 g	bacon
75 g	Winborgs Ättikssprit, 12%
150 g	sirap
50 g	persilja, hackad

Gör så här

1. Blötlägg bönorna i 12 timmar. Skölj av dem och koka dem mjuka i vatten med Knorr Kycklingfond. Mixa bönorna med Knorr Fraiche, sirap och Winborgs Ättikssprit.
2. Skär ner baconet i kuber. Koka upp Winborgs Ättikssprit och sirap, lägg ner baconet och sänk värmen till låg. Sjud tills ¼ av vätskan återstår.
3. Servering: Toppa bönkrämen med baconet.



ROSTAD SPETSKÅL MED CITRON OCH TIMJAN

Ett gott tillbehör att servera i skördetid när den färska spetskålen är som bäst.

INGREDIENSER

10 personer

- 2 ½ st spetskål
- 1 st citron, skalet
- 20 g färska timjankvistar
- 50 g olja
- 20 g **Knorr Professional, Medelhavsortpuré**
- 6 g salt
- 100 g **Hellmann's Citrus Vinaigrette**



Gör så här

1. Dela spetskålen i 4 klyftor. Värm ugnen till 210°.
2. Mixa Knorr Professional Medelhavsorter och oljan, gnid in kålen med blandningen och salta. Tryck in citronskal och timjan kvistar i mellan kålbladen.
3. Lägg klyftorna i oljade bleck och rosta ca 10 minuter. Vänd och rosta ytterligare 10 minuter. Ta ut från ugnen och avsluta med att ringla över Hellmann's Citrus Vinaigrette.



BETOR MED ROSTAT BOVETE, BLEKSELLERI OCH ÄPPLE

Ett läckert och höstligt tillbehör av olika sorters betor, rostat bovete och äpple.

INGREDIENSER

10 personer

600 g gulbetor
500 g rödbetor
100 g blekselleri
120 g äpple
15 g bovete
15 g libbsticka
50 g **Hellmann's Citrus Vinaigrette**



Gör så här

1. Koka 500 g gulbetor och rödbetorna mjuka i lättsaltat vatten. Kyl ner dem och skär sedan i klyftor.
2. Hyvla 100 g rå gulbeta tunt på mandolin. Hyvla även bleksellerin tunt på mandolin, och lägg i isvatten. Hyvla äpplet tunt och plocka libbstickan.
3. Rosta bovetet i torr, het panna. Vänd ner betorna, bleksellerin, äpplena och libbstickan i Hellmann's Citrus Vinaigrette tillsammans med salt och peppar.



LAMMGRYTA

Lammet har en självklar plats på Gotland. Här serveras lammkött i en gryta med smak av örter, citron, bönor och tomat.

INGREDIENSER

10 personer



1000 g grytbitar av lamm
200 g gul lök, hackad
30 g **Milda Flytande**
Mjölkfritt Margarin
300 g matvete
60 g **Knorr Grönsaksfond,**
koncentrerad
1,5 l vatten
700 g **Knorr Tomatino**
30 g **Knorr Professional,**
Medelhavsörtpuré
30 g **Knorr Professional,**
Vitlökspuré
400 g rotselleri, tärnad
100 g pressad citronsaft
8 g salt
2 g malen svartpeppar
50 g bladpersilja

Gör så här

1. Bryn grytbitarna och löken i Milda Flytande Mjölkfritt Margarin. Koka upp Knorr Grönsaksfond, tillsätt matvetet och sjud det mjukt.
2. Lägg köttet och löken i en gryta och häll på vattnet. Tillsätt Knorr Tomatino och Knorr Professional kryddpuréer, och koka upp. Sänk värmen till låg och sjud tills köttet är mört. Lägg i rotsellerin och låt den sjuda med i 15 minuter.
3. Servering: Häll ner matvetet, bönorna och citronsaften. Smaka av och justera kryddningen med salt och peppar. Garnera med persilja.



GRILLAD SPARRIS MED TRYFFELMAJONNÄS OCH OST

På Gotland har vi tagit vara på det svarta guldets, alltså tryffeln. Här i en kombination med sparris, majonnäs och ost.

INGREDIENSER

10 personer

20 st	grön sparris
5 g	tryffelolja
400 g	Hellmann's Real Mayonnaise
10 g	vitvinsvinäger
5 g	salt
100 g	svensk hårdost, riven
30 g	färs gotländsk tryffel, hyvlat



Gör så här

1. Blanda samman tryffelolja, vinäger och Hellmann's Real Mayonnaise. Krydda med salt efter smak. Riv osten.
2. Grilla sparrisen på båda sidorna, lägg över på ett fat och spritsa sedan på majonnäsen.
3. Avsluta med att strö över den rivna osten och hyvlat tryffel.



INLAGD ROTSELLERI OCH FLÄDERBLOMMA

På Bornholm finns ett kulturarv och hantverksskicklighet, där gamla traditioner har sin naturliga plats. Grönsaksodlare, fiskare och små rökerier var grunden och på Bornholm finns nu även en av Danmarks bästa restauranger där konservering har en stor del i deras kök. Därifrån har vi hittat inspirationen till våra inläggningar.

INGREDIENSER

10 personer

1000 g rotselleri, i tärningar
2 knippor fläderblom

Lag

100 g Winborgs
Vitvinsvinäger
200 g strösocker
300 g vatten

Gör så här

1. Börja med att sterilisera burkarna. Värm sedan ugnen till 70°.
2. Häll ingredienserna till lagen i en kastrull, koka upp och sänk värmen till låg. Sjud tills sockret lösts upp. Lägg ner sellerin i lagen och koka den mjuk, men med lite kärna kvar.
3. Lägg ner sellerin och fläderblommorna i de varma burkarna. Häll över lagen. Ställ burkarna i bleck och ställ in dem i ugnen ca 20 minuter, så att det bildas ett vacuum i burkarna.



INLAGD MOROT OCH INGEFÄRA

På Bornholm finns ett kulturarv och hantverksskicklighet, där gamla traditioner har sin naturliga plats. Grönsaksodlare, fiskare och små rökerier var grunden och på Bornholm finns nu även en av Danmarks bästa restauranger där konservering har en stor del i deras kök. Därifrån har vi hittat inspirationen till våra inläggningar.

INGREDIENSER

10 personer

1000 g morot, i tärningar
20 g ingefära,
i små tärningar

Lag
100 g Winborgs Ättikssprit,
12%
200 g strösocker
300 g vatten

Gör så här

1. Börja med att sterilisera burkarna. Värm sedan ugnen till 70°.
2. Häll ingredienserna till lagen i en kastrull, koka upp och sänk värmen till låg. Sjud tills sockret lösts upp. Lägg ner moroten i lagen och koka den mjuk, men med lite kärna kvar.
3. Lägg ner moroten och ingefäran i de varma burkarna. Häll över lagen. Ställ burkarna i bleck och ställ in dem i ugnen ca 20 minuter, så att det bildas ett vacuum i burkarna.



INLAGD TOMAT MED TIMJAN OCH ROSMARIN

På Bornholm finns ett kulturarv och hantverksskicklighet, där gamla traditioner har sin naturliga plats. Grönsaksodlare, fiskare och små rökerier var grunden och på Bornholm finns nu även en av Danmarks bästa restauranger där konservering har en stor del i deras kök. Därifrån har vi hittat inspirationen till våra inläggningar.

INGREDIENSER

10 personer

1000 g små hela tomater,
ansade
20 g färsk timjan, repad
20 g färsk rosmarin, repad

Lag

100 g Winborgs Ättikssprit,
12%
200 g strösocker
300 g vatten

Gör så här

1. Börja med att sterilisera burkarna. Värm sedan ugnen till 70°.
2. Häll ingredienserna till lagen i en kastrull, koka upp och sänk värmen till låg. Sjud tills sockret lösts upp. Lägg ner tomaterna i lagen och koka dem en kort stund.
3. Lägg ner tomater, timjan och rosmarin i de varma burkarna. Häll över lagen. Ställ burkarna i bleck och ställ in dem i ugnen ca 20 minuter, så att det bildas ett vacuum i burkarna.



INLAGDA GRÖNA TOMATER MED LAGERBLAD

På Bornholm finns ett kulturarv och hantverksskicklighet, där gamla traditioner har sin naturliga plats. Grönsaksodlare, fiskare och små rökerier var grunden och på Bornholm finns nu även en av Danmarks bästa restauranger där konservering har en stor del i deras kök. Därifrån har vi hittat inspirationen till våra inläggningar.

INGREDIENSER

10 personer

1000 g gröna tomater,
ansade
2 g lagerblad

Lag

100 g Winborgs Ättikssprit,
12%
200 g strösocker
300 g vatten

Gör så här

1. Börja med att sterilisera burkarna. Värm sedan ugnen till 70°.
2. Häll ingredienserna till lagen i en kastrull, koka upp och sänk värmen till låg. Sjud tills sockret lösts upp. Lägg ner tomaterna i lagen och koka dem en kort stund.
3. Lägg ner tomater och lagerblad i de varma burkarna. Häll över lagen. Ställ burkarna i bleck och ställ in dem i ugnen ca 20 minuter, så att det bildas ett vacuum i burkarna.



INLAGDA KANTARELLER MED ENBÄR

På Bornholm finns ett kulturarv och hantverksskicklighet, där gamla traditioner har sin naturliga plats. Grönsaksodlare, fiskare och små rökerier var grunden och på Bornholm finns nu även en av Danmarks bästa restauranger där konservering har en stor del i deras kök. Därifrån har vi hittat inspirationen till våra inläggningar.

INGREDIENSER

10 personer

1000 g färska kantareller,
rensade
1 g enbär

Lag

100 g Winborgs Ättikssprit,
12%
200 g strösocker
300 g vatten

Gör så här

1. Börja med att sterilisera burkarna. Värm sedan ugnen till 70°.
2. Häll ingredienserna till lagen i en kastrull, koka upp och sänk värmen till låg. Sjud tills sockret lösts upp. Lägg ner kantarellerna i lagen och koka dem en kort stund.
3. Lägg ner kantareller och enbär i de varma burkarna. Häll över lagen. Ställ burkarna i bleck och ställ in dem i ugnen ca 20 minuter, så att det bildas ett vacuum i burkarna.



INLAGD FÄNKÅL OCH KORIANDERBLOMMA

På Bornholm finns ett kulturarv och hantverksskicklighet, där gamla traditioner har sin naturliga plats. Grönsaksodlare, fiskare och små rökerier var grunden och på Bornholm finns nu även en av Danmarks bästa restauranger där konservering har en stor del i deras kök. Därifrån har vi hittat inspirationen till våra inläggningar.

INGREDIENSER

10 personer

1000 g fänkål, tärnad
3 st knippor
korianderblomma
100 g Winborgs Ättikssprit,
12%
200 g strösocker
300 g vatten

Gör så här

1. Börja med att sterilisera burkarna. Värm sedan ugnen till 70°.
2. Häll ingredienserna till lagen i en kastrull, koka upp och sänk värmen till låg. Sjud tills sockret lösts upp. Lägg ner fänkålen i lagen och koka den nött och jämnt mjuk.
3. Lägg ner fänkål och korianderblommor i de varma burkarna. Häll över lagen. Ställ burkarna i bleck och ställ in dem i ugnen ca 20 minuter, så att det bildas ett vacuum i burkarna.



INLAGD BLOMKÅL OCH KRONDILL

På Bornholm finns ett kulturarv och hantverksskicklighet, där gamla traditioner har sin naturliga plats. Grönsaksodlare, fiskare och små rökerier var grunden och på Bornholm finns nu även en av Danmarks bästa restauranger där konservering har en stor del i deras kök. Därifrån har vi hittat inspirationen till våra inläggningar.

INGREDIENSER

10 personer

1000 g blomkål, i buketter
3 st dillkronor
100 g **Winborgs**
Vitvinsvinäger
200 g strösocker
300 g vatten

Gör så här

1. Börja med att sterilisera burkarna. Värm sedan ugnen till 70°.
2. Häll ingredienserna till lagen i en kastrull, koka upp och sänk värmen till låg. Sjud tills sockret lösts upp. Lägg ner blomkålen i lagen och koka den nått och jämnt mjuk.
3. Lägg ner blomkål och krondill i de varma burkarna. Häll över lagen. Ställ burkarna i bleck och ställ in dem i ugnen ca 20 minuter, så att det bildas ett vacuum i burkarna.



INLAGDA GULBETOR I ÄPPELCIDERVINÄGER

På Bornholm finns ett kulturarv och hantverksskicklighet, där gamla traditioner har sin naturliga plats. Grönsaksodlare, fiskare och små rökerier var grunden och på Bornholm finns nu även en av Danmarks bästa restauranger där konservering har en stor del i deras kök. Därifrån har vi hittat inspirationen till våra inläggningar.

INGREDIENSER

10 personer

1000 g gulbetor, tärnade

Lag

100 g Winborgs
Äppelcidervinäger

200 g strösocker

300 g vatten

Gör så här

1. Börja med att sterilisera burkarna. Värm sedan ugnen till 70°.
2. Häll ingredienserna till lagen i en kastrull, koka upp och sänk värmen till låg. Sjud tills sockret lösts upp. Lägg ner betorna i lagen och koka den nätt och jämnt mjuk.
3. Lägg ner betorna i de varma burkarna. Häll över lagen. Ställ burkarna i bleck och ställ in dem i ugnen ca 20 minuter, så att det bildas ett vacuum i burkarna.



PUMPA- OCH MOROTSOPPA MED RÄKOR OCH MUSSLOR

Det grönländska köket har väckt intresse på senare år tack vare en starkt lokal prägel, ovanliga rätter som val och råvaror från ishavet. Att skaldjuren från Grönland hör till världens bästa beror på den extremt långsamma tillväxten i det iskalla vattnet, vilket gör köttet i räkorna blir fastare och smaken mer koncentrerad.

INGREDIENSER

10 personer



500 g	morot
500 g	pumpa
20 g	ingefära
100 g	lök
30 g	Milda Flytande Mjölkfritt Margarin
3 l	vatten
60 g	Knorr Hummerfond, koncentrerad
300 g	pressad apelsinsaft
5 g	chili, hackad
6 g	salt
1 st nät	blåmusslor
500 g	skalade räkor
20 g	dill, plockad

Gör så här

1. Fräs morot, pumpa, ingefära och lök i Milda Flytande Mjölkfritt Margarin.
2. Häll på vatten, Knorr Hummerfond och apelsinsaft. Koka upp, sänk värmen till låg och sjud grönsakerna färdiga. Krydda med chili efter smak, och salt. Mixa soppan

Servering

Ånga musslorna och toppa soppan med dem, räkorna och dillen.



NORDISK DASHI

En dashi-buljong med japansk inspiration gjord på nordiska råvaror.

INGREDIENSER

10 personer

40 g	torkad kombu-alg
20 g	torkade röda alger
20 g	torkade trattkantareller
2 l	vatten
5 g	Knorr Fiskfond, koncentrerad

Gör så här

1. Torka av algerna med en fuktig trasa. Lägg dem i en kastrull tillsammans med svampen och häll vattnet över. Tillsätt Knorr Fiskfond.
2. Hetta upp, men passa noga så att det inte börjar koka. Precis före uppkok, ta av kastrullen från värmen.
3. Sila sedan av buljongen genom ett kaffefilter.



LAXPANNA

Det rustika åländska köket är känt för sin enkelhet, det jobbas med några få utvalda råvaror. Närheten till havet gör fisken till ett kännetecken i det åländska köket. Här en panna på lax.

INGREDIENSER

10 personer



1,3 kg	laxfilé
800 g	potatis, tvättad
300 g	fänkål, tärnad
1 l	vatten
300	Knorr Visp
25 g	Knorr Hummerfond, koncentrerad
200 g	gul lök, finhackad
100 g	Knorr Cold Base Stärkelse
4 g	salt
4 g	malen svartpeppar
1 g	Winborgs Ättikssprit, 12%

Gör så här

1. Skär fisken i grytbitar. Koka potatisen och fänkålen var för sig, och kyl ner dem. Dela potatisen i mindre bitar.
2. Vitsås: Blanda samman vatten, Knorr Visp och Knorr Hummerfond. Tillsätt löken. Vispa ner Knorr Cold Base och fortsätt att vispa ordentligt. Låt stå i 5 minuter.
3. Tillsätt salt, peppar och ättikssprit. Smaka av och justera eventuellt kryddningen.
4. Varva fisk, potatis och lök i en form, slå över såsen. Grädda i ugn vid 175 grader i 20-30 minuter.



SKREI FRÅN LOFOTEN MED FÄNKÅL, BROCCOLI OCH HUMMERSÅS

Skrei, betyder skrida, vandra. Skreien leker under januari till och med april. Det är ungefär en halv miljard torskar som ger sig iväg för att leka, framför allt vid Lofoten, och det är bara under den här tiden som skrei finns. Det är en gammal väletablerad tradition att fiska och äta skrei i Norge.

INGREDIENSER

10 personer



1300 g skreifilé eller torskefilé
8 g salt
400 g fänkål, i tärningar
400 g broccoli,
i små buketter
30 g **Hellmann's Citrus**
Vinaigrette
6 g salt

Hummersås

200 ml vatten
200 ml **Knorr Visp**
10 g **Knorr Hummerfond,**
koncentrerad

Gör så här

1. Skär fisken i portionsbitar, lägg på bleck och strö över salt.
2. Ånga broccolin och fänkålen. Blanda samman med vinägretten och salta.
3. Hummersås: Koka upp Knorr Visp, vatten och Knorr Hummerfond.
4. Värm ugnen till 100°. Baka fisken i ugnen till innertemperatur 45°. Servera fisken nykokt tillsammans med såsen och grönsakerna.



BOVETE OCH HASSELNÖT MARÄNGER MED VANILJKRÄM OCH FÄRSKA BÄR

Bovete kan användas till så mycket mer än bara gröt. En kul variant är de här goda makronerna med söt kräm och underbara skandinaviska bär.

INGREDIENSER

10 personer

110 g hasselnötter
250 g florsocker
35 g bovetemjöl
110 g äggvita
25 g rörsocker
200 ml topping,
Carte d'Or Caramel,
topping
500 ml **Knorr Visp**
40 g akaciahonung
10 g vaniljsocker
400 g blandade bär, färska

Gör så här

1. Förvärm ugnen till 145 grader.
2. Mixa hasselnötterna till mjöl i en matberedare.
3. Blanda hasselnötsmjölet med florsocker och bovetemjöl.
4. Vispa äggvitorna och sockret till en fast konsistens och vänd försiktigt ner massan i mjöl- och nötblandningen.
5. Vänd slutligen försiktigt ner Carte d'Or Caramel-toppingen till en makronmassa.
6. Spritsa ut makronmassan i runda cirklar på en bakplåt i önskad storlek. Låt dem torka i cirka en kvart. Baka mitt i ugnen i 12–15 minuter.
7. Vispa Knorr Visp med vaniljsocker och akaciahonung till en hård kräm.
8. Fyll kräm mellan makronerna och servera med färska bär.

Tips

Lägg hackade torkade bär i makronerna och/eller garnera desserten med riven choklad.



PANNKAKOR MED BLÅBÄRSKRÄM

Pannkakor finns överallt – i Danmark, Sverige, Tyskland, USA och Mexiko – och de kan användas i både söta och salta rätter. Den stora frågan är bara: ska de bakas eller stekas?

INGREDIENSER

10 personer

Pannkakor

500 g hela ägg
220 g socker
650 g vetemjöl
200 ml öl
20 g vaniljsocker
100 ml **Milda Flytande**
Mjölkfritt Margarin
500 ml **Knorr Mat**
200 ml vatten

Blåbärskräm

80 g dessertkräm,
Carte d'Or Vanilla
500 ml mjölk
200 ml **Knorr Visp**
50 g florsocker
10 g vaniljsocker
400 ml topping,
Carte d'Or Caramel
300 g blåbär
citronmeliss till
garnering

Gör så här

1. Rör ihop helägg, socker, vetemjöl, öl, vaniljsocker och Milda Flytande Mjölkfritt Margarin.
2. Tillsätt Knorr Mat och lite vatten i taget. Låt smeten vila medan du gör krämen.
3. Vispa Carte d'Or Vanilla-krämen luftig med mjölk.
4. Vispa Knorr Visp luftig med florsocker och vanilj och vänd i krämen. Krämen används till pannkakorna.
5. Häll Carte d'Or Caramel-toppingen i en gryta och koka upp. Reducera toppingen en aning och glaser sedan blåbären lätt med den.
6. Servera pannkakorna med vaniljkräm och glaserade blåbär. Garnera med citronmeliss.



POTATISKROKETTER MED RIMMAD OXBRINGA, ÄRTOR, TIMJAN OCH PEPPARROTS- OCH SENAPSMAJONNÄS

Kokt rimmad oxbringa med traditionella tillbehör har nog de flesta av oss ätit någon gång. Danskarna älskar den här gamla klassikern. Här har vi valt att göra om den till en streetfood-rätt. Så här en sann dansk klassiker i "nya kläder".

INGREDIENSER

10 personer

1 kg oxbringa
1,5 l vatten
30 g Knorr Oxbuljong, pasta

Potatiskroketter

900 ml oxbuljong från köttet, kall
900 ml vatten
540 g Knorr Potatismos, kallrört
5 g Knorr Umami
100 g Milda Flytande Mjölkfritt Margarin
100 g lök, frystorkad
6 g salt
1 g peppar
150 g ärtor
50 g Knorr Professional Kryddpasta, Timjan

Dipsås

400 g Hellmann's Real Mayonnaise
20 g riven pepparrot
20 g Maille Dijon Original
15 g Knorr Kycklingfond, koncentrerad

Panering

500 g panko
400 g hela ägg
200 g vatten till panering

Gör så här

1. Koka upp vattnet med Knorr Oxbuljong och oxbringan och låt det koka tills det blir riktigt mörkt.
2. Sila buljongen, ta isär köttet och ställ in i kylan.
3. Rör ihop Hellmann's Real Mayonnaise, riven pepparrot, Maille Dijon Original och Knorr Professional Kycklingfond till en dipsås.
4. Blanda buljong (från köttet) och vatten med Knorr Potatismos, Knorr Umami, Milda Flytande Mjölkfritt Margarin, lök, salt och peppar. Rör om tills blandningen blir slät.
5. Lägg i den kalla oxbringan, ärtorna och Knorr Professional Kryddpasta Timjan. Låt stå i kylan i 2 timmar.
6. Rulla ut moset och skär upp det i 5- 6 centimeter stora kroketter.
7. Panera kroketterna och frys dem innan de friteras. Servera dem varma och spröda med dipsåsen av pepparrot och senap.



SPETSKÅLSSALLAD MED RÖDBETOR, ÄPPLEN OCH HASSELNÖTTER

En spetskålssallad med rödbetor, äpplen och hasselnötter, kan det blir mer danskt än så? Här kombineras olika nordiska råvaror i en spröd sallad som är både salt, sur, söt och bitter.

INGREDIENSER

10 personer

1 kg	rödbetor
600 g	spetskål
10 dl	vatten
15 g	Knorr Grönsaksfond, koncentrerad
150 g	hasselnötter
0,5 dl	Hellmann's Citrus Vinaigrette
20 g	Maille Dijon Original
600 g	äpple
150 g	ärtskott

Gör så här

1. Koka rödbetorna till de blir mjuka. Skala dem när de har svalnat lite och skär dem i rustika bitar.
2. Skiva spetskålen grovt och koka upp den snabbt i vatten med Knorr Grönsaksfond. Håll av kålen i ett durkslag och låt den svalna.
3. Rosta hasselnötterna lätt i en stekpanna. Lägg rödbetsbitarna i en marinad av Hellmann's Citrus Vinaigrette och Maille Dijon Original.
4. Blanda spetskål, rödbetor, äpple och ärtskott och strö över hackade hasselnötter.

Tips

Den här salladen är supergod till en bit stekt fågel eller fisk. Spetskålen kan ersättas med rå, tunnskuren grönkål.



FISKPINNAR DELUXE MED NORDISK TARTARSÅS OCH STORA POMMES FRITES MED CITRONSALT

Fiskpinnar kan spåras tillbaka till tidigt 1900-tal. Efter andra världskriget, då det fanns ett överflöd av sill, försökte man sig på att göra sillfiskpinnar, dock utan någon större framgång. Folk ville ha dem av torsk och annan vit fisk. Här har vi gjort en variant med suffléfärs för att ge dem en nordisk prägel.

INGREDIENSER

10 personer

1 kg fiskfärs
10 g havssalt
100 g äggula
300 g Knorr Mat
10 g Knorr Professional, Paprikapuré
20 g Knorr Umami
120 g lök
200 g Hellmann's Real Mayonnaise
100 g Knorr Fraiche
25 g äpple, tärnat
25 g ättiksgurka, fint tärnad
25 g kapis
60 g ägg, hårdkokt och hackat
1,5 kg bakpotatis
10 g citronskal

Panering

700 g panko eller ströbröd
500 g hela ägg
400 g vatten
2 l Phase Vegetabilisk Frityrolja

Gör så här

1. Finhacka och salta fiskfärsen.
2. Blanda i ägg och Knorr Mat tills färsen får en elastisk konsistens.
3. Tillsätt Knorr Professional Paprikapuré, Knorr Umami, lök och peppar och rör om ordentligt. Ställ in färsen i kylan i 2 timmar.
4. Rulla in färsen i plastfolie och forma 2 x 8 centimeter stora korvar. Panera dem i vatten, helägg och panko och fritera dem spröda i Phase Vegetabilisk Frityrolja.
5. Rör ihop Hellmann's Real Mayonnaise och Knorr Fraiche med salt, peppar, äpple, gurka, kapis och hårdkokt ägg.
6. Tvätta bakpotatisen och skär dem i båtar. Koka potatisbåtarna mjuka i salt vatten, låt svalna och torka.
7. Fritera potatisen tills den är spröd och strö över havssalt och rivet citronskal.



SPRÖD SALLAD MED MORMORS-DRESSING, ÄRTOR, PERSILJA OCH TRANBÄR

Det finns inga som helst bevis för att det verkligen var en mormor som uppfann den här dressingen, men den påminner många danskar om det ljuvliga 60-talet.

INGREDIENSER

10 personer

1 kg	blandade salladsblad
50 g	slätbladig persilja
300 ml	Knorr Visp
75 g	florsocker
100 ml	citronsaft, färskpressad
500 g	ärtor
100 g	tranbär, torkade

Gör så här

1. Riv salladen i lagom stora bitar och skölj den ordentligt.
2. Skölj persiljan och skaka bort vattnet.
3. Vispa ihop Knorr Visp, florsocker och citron till en lätt, krämig konsistens.
4. Vänd salladen, persiljan, ärtorna och tranbären i dressingen.

Tips

Persiljan kan även friteras, vilket ger extra krispighet åt salladen. Ett alternativ är att servera dressingen vid sidan av.

ufs.com

