EFS-KYRKAN
HELSINGBORG
1994

Innehållsförteckning:

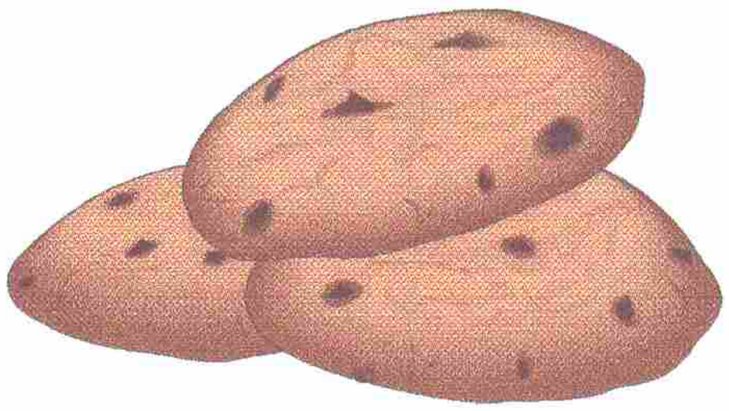
Sidan:

3	"Professorer med Choklad"
4	"Chokladkakor från Falun"
5	Kanelprickar
6	Havrekakor
7	Mazarinkaka
8	"Fin fiskrätt"
9	Laxtårta
10	Drömsufflé
11	Skinkgratäng
12	Skink- och broccolipaj
13	Skånsk "äggakaga"
14	Kinagryta
15	Kassler på svampstuvning/Spenattimbaler
16	Fläskfilé i apelsinsås
17	Kasslergryta med rödkål
18	Kryddstekt revbensspj äll
19	Mandeltårta
20	Dajmtårta
21	Hemlagad glass
22	Apelsinmarmelad

"Professorer med choklad"

4 dl vetemjöl
1 tsk bakpulver
1 dl cacao
1 msk vaniljsocker
400 g margarin
5½ dl socker
5 ägg
Hasslenötter

Bakas i långpanna.



Gör så här:

Blanda vetemjöl,
bakpulver, cacao och
vaniljsocker.
Rör 400 g margarin poröst med 5½ dl socker.
Vispa ner 5 ägg - ett i taget.
Vänd försiktigt ner mjölblandningen och bred ut smeten i en långpanna.

Grädda i 175° i 20-30 min.
Strö på hackade nötter.

"Chokladkakor från Falun"

1 kkp mjöl
4 kkp havregryn
1½ kkp socker
175-200 gr margarin
4 msk vaniljsocker
4 msk cacao
4 msk kokt kaffe
1 tsk bakpulver

Bakas i långpanna.(1½ sats av smeten är lagom till en långpanna på ca 30x40 cm).

Gör så här:

Medan smöret smältes, blandas de torra ingredienserna i en skål. Blanda sedan i smöret och kaffet.
Bred ut degen jämnt i en väl smord långpanna.

Gräddas i 200° ca 10 min (tills smeten börj ar puttra).
Skäres varma, får därefter kallna på plåten.

Kanelprickar

(ca 45 st)

100 g smör
½ msk sirap
1 dl socker
2 dl vetemjöl
1 tsk kanel
1 tsk bakpulver
1 äggula

Gör så här:

Rör smör, sirap och socker poröst. Blanda i mjöl och kanel. Rör ut bakpulvret i äggulan och blanda det i degen.
Låt degen vila i kylskåp ca 30 minuter.

Sätt ugnen på 155°.

Dela degen i fyra bitar. Rulla ut varje bit till en fingertjocka längd. Skär den i centimeterstora bitar och rulla till kulor.
Lägg på bakplåtspappersklädd plåt.

Grädda ca 20 minuter.

Havrekakor

1½ hg margarin
1 kkp socker
2 kkp havregryn
1 kkp vetemjöl
1 tsk jästpulver

Gör så här:

Allt blandas ihop på bakbordet.
Rullas till 3 stänger.

Gräddas i 200°.

Skäres sedan de svalnat en aning.

Mazarinkaka

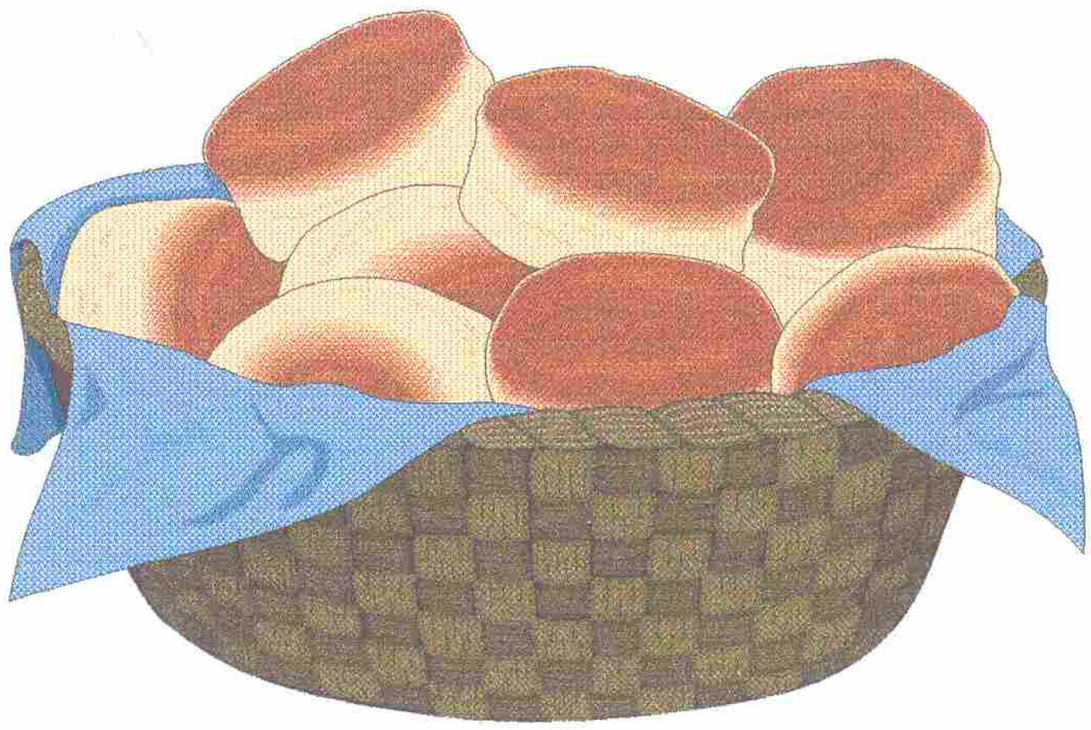
25 st sötmandlar (ej skalade)
4 st bittermandlar
3 dl socker
3 dl vetemjöl
1 tsk bakpulver
1msk vaniljsocker
1½ dl mjölk
1 ägg
150 g smör eller margarin
Florsocker

Gör så här:

Mal mandeln. Smält smöret och låt det svalna. Blanda alla torra ingredienser. Rör ner mjölk, ägg och det smälta smöret. Blanda smeten väl!
Häll blandningen i en väl smord och bröad bakform.

Grädda i ugnens nedre del i 175°, ca 40 minuter.

När kakan svalnat sikta över lite florsocker.



"Fin fiskrätt"

(4 portioner, rätten går också att göra som gratäng)

200 g färska champinjoner
1 gul lök
smör salt och peppar
600 g djupfryst torsk eller spättfilé
100 g rensade räkor eller 350 g orensade
4 portioner hollandaisesås
dillkvistar
½ citron

Gör så här:

Skiva champinjonerna grovt. Skala och hacka löken. Fräs alltsammans i smör (margarin). Salta och peppra. Håll det varmt!
Tina och skär torsken i fyra lika stora bitar. Salta och peppra. Sjud i ca 5 minuter.

Laga hollandaisesåsen.

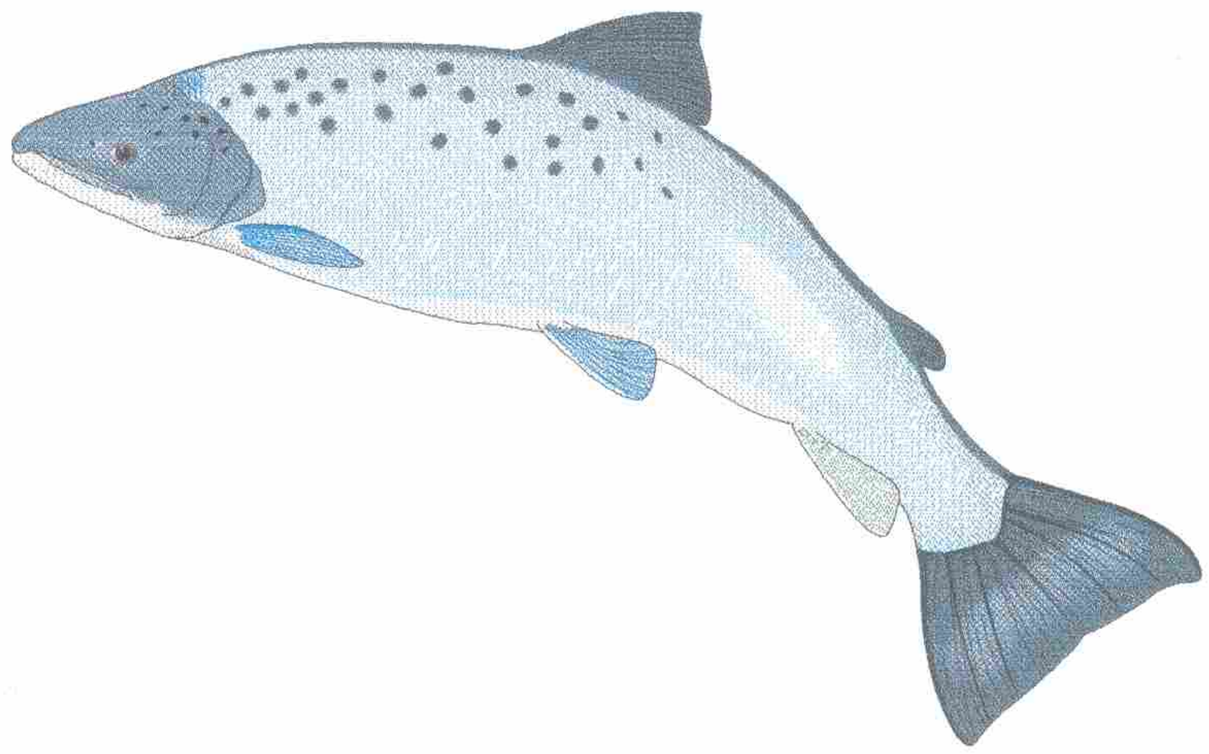
Lägg upp fisken på 4 tallrikar och fördela champinjonerna och lök och räkor. Häll en klick sås över fisken. Garnera med dill och citron.

Servera ris eller potatis till och resten av såsen.

Laxtårta

(12-15 portioner)

Ca 800 g fryst lax
Gul lök
Salt
Vitpepparkorn



2 dl vispgrädde
3 dl majonäs
3 dl gräddfil
1-2 msk riven pepparrot
2 tsk salt
Peppar
2 tsk vitvinsvinäger
2 msk hackad dill
27 skivor vitt formbröd

Garnering:
½ färsk gurka
6-8 skivor rökt lax
1 citron.

Gör så här:

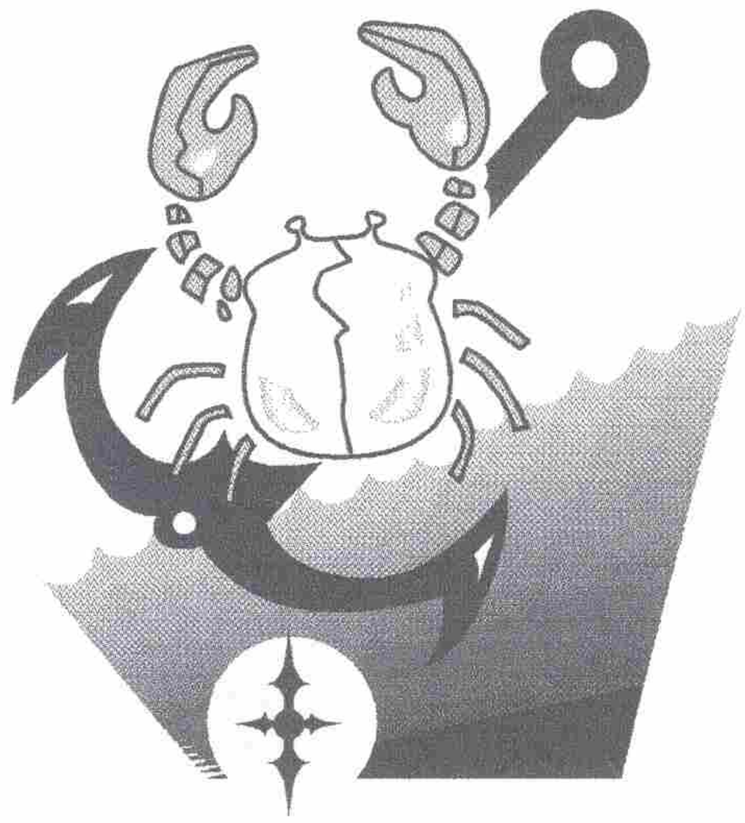
Halvtina laxen och sjud den i vatten med salt, vitpepparkorn och gul lök i ca 20 minuter. Låt laxen svalna i spadet. rensa den och låt köttet bli riktigt kallt.
Vispa grädden och blanda ned majonäs, gräddfil, kryddor, vinäger och dill.
Mosa eller hacka laxkött och blanda i gräddmajonäsen.
Kantskär brödskivorna. Lägg 9 st på ett fat eller en bricka. Bred på 1/3 av fyllningen. Täck med 9 nya skivor och 1/3 fyllning. Lägg på resten av brödskivorna och täck med resten av fyllningen.

Garnera med rökt lax i strimlor, finhackad gurka och citron.

Gör gärna tårtan dagen innan den skall serveras.

Drömsufflé

(4-5 personer)



5 dl snabbris
4½dl vatten
1 tsk salt
1 burk sparrissoppa
2 burkar krabba
1½ msk smör
2 tsk curry
4 äggvitor
8 msk majonäs

Gör så här:

Sätt ugnen på 250°. Koka riset med vatten och salt. Lägg i smord ugnssäker form. Häll den outspädda sparrissoppan ovanpå.
rensa krabban. Bryn smöret tillsammans med curry, lägg ner krabban, fräs hastigt! Fördela krabban i formen.
Vispa äggvitorna till hårt skum. Blanda försiktigt ner majonäsen.
Klicka smeten ovanpå krabban.

Sätt formen på nedersta falsen och grädda 15-20 minuter, tills ytan fått fin färg.

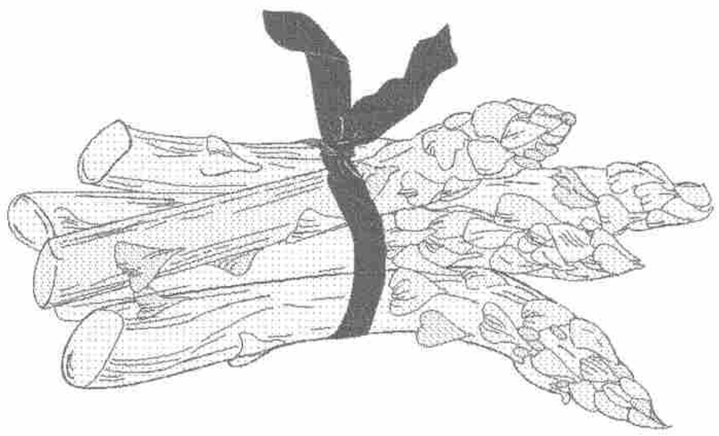
Serveras genast med grönsallad.

Skinkgratäng

(4 personer)

8 skivor varmrökt skinka
1 burk sparris
1 liten burk champinjoncréme
1 dl tjock grädde

Smör
Grevéost



Gör så här:

Linda en sparrisknopp i varje skinkskiva som lägges i en smord eldfast form. Rör samman grädden med champinjoncrémen och bred över skinkrullarna. Hyvla ost ovanpå.

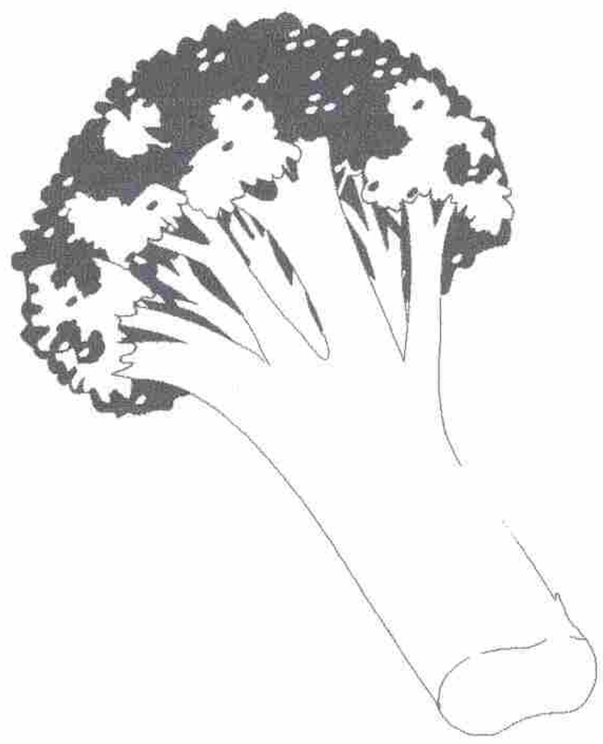
Gräddas i 250° ugn i ca 15 minuter.

Bröd och grönsallad serveras till.

Skink- och broccolipaj

(4-5 personer)

3 dl vetemjöl
125 g kallt smör eller margarin
1-2 msk kallt vatten



Till fyllningen:

1 pkt (250 g) djupfryst broccoli
150 g rökt skinka eller bog
3 ägg
3 dl mjölk
2 dl riven ost
Salt
Peppar
Riven muskot

Gör så här:

1. Blanda samma ingredienserna till paj degen och låt den vila i kylskåp ca 30 minuter. Värm under tiden ugnen till 200°.
   Låt broccolin tina.
2. Tryck ut degen i en paj form, ca 23 cm i diameter, nagga botten med en gaffel och förgrädda paj skalet ca 10 minuter.
3. Skär broccolin i bitar, använd inte de grövsta stj älkarna och skär skinkan eller bogen i småtärningar eller strimla den. Lägg broccolin och skinkbitarna i det förgräddade paj skalet.
4. Vispa upp äggen lätt och blanda med mj ölken och den rivna osten. Smaksätt blandningen med salt, peppar och riven muskot. Häll blandningen i paj skalet och grädda paj en 20-25 minuter eller till fyllningen stannat och paj en fått fin färg.

Servera gärna med en grönsallad.

Skånsk "äggakaga"

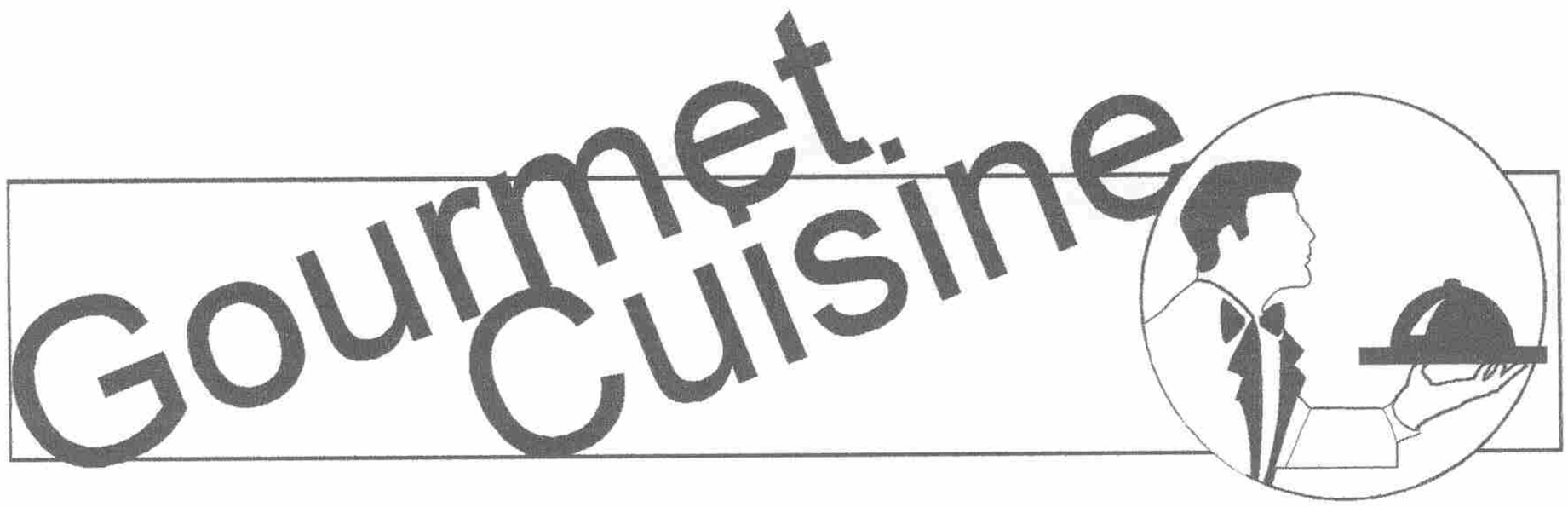
8 ägg
3 dl vetemjöl
8 dl mjölk
1½ tsk salt
500 gr rökt sidfläsk
Smör
Rårörda lingon

Gör så här:

Sätt stekjärnet på hög värme. Lägg på en smörklick. Bryn smöret nötbrunt och häll i smeten. Rör sakta och försiktigt med en träspade. Lossa stora sjok från botten. Sänk värmen till hälften. Rör tills smeten är krämig, men inte i kanterna som ska vara kvar som stöd. När smeten är krämig över hela utan "samlar vi ihop" kanterna med stekspaden och ökar värmen till det högsta.
Vi tar ett grytlock eller fat och skölj er av med kallt vatten. Lägg locket över låt kakan samla sig i någon minut. Vänd upp kakan på locket.
Sätt j ärnet på stark värme igen, lägg i en klick smör och fös försiktigt på äggakagan. Jämna till kagan lite, endast någon minut. Fortfarande på stark värme.
Nu tar vi serveringsfatet och lägger det över stekj ärnet samt vänder upp och ner på hela härligheten.

Lättrökt sidfläsk skärs tunt, steks och läggs på äggakagan.
Rårörda lingon serveras till. Grovt bröd, smör kall öl eller mj ölk serveras till.

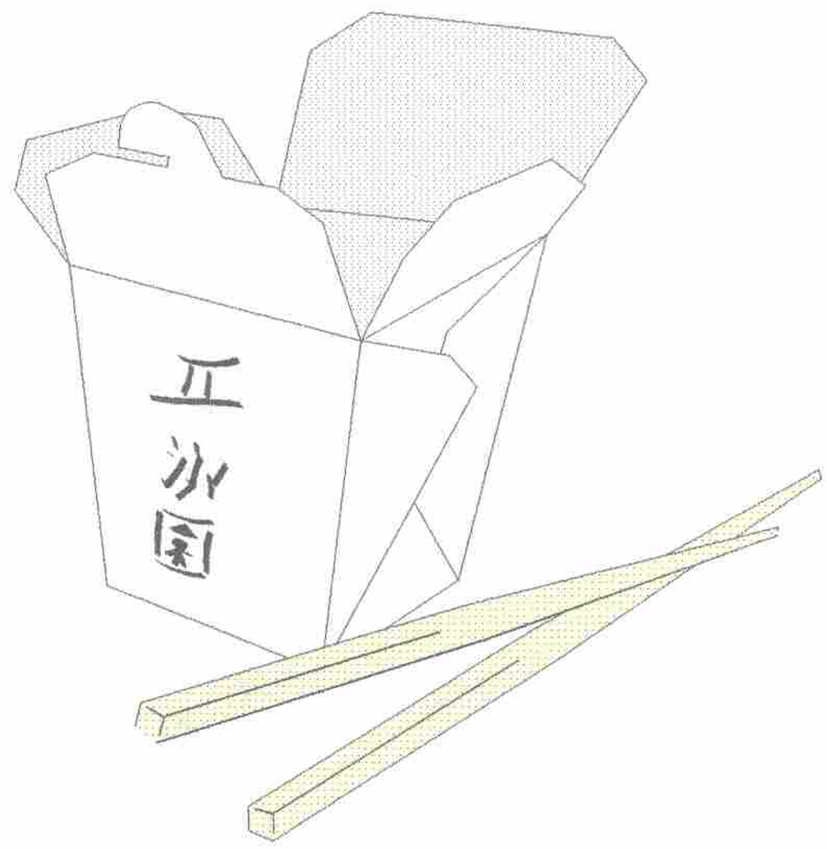
"DE´E´MAD DE´."



Kina-gryta

(4 personer)

3 hg strimlat oxkött
2-3 gula lökar
1 burk svamp (eller färsk)
Kinesisk soja
Salt
Svartpeppar
Curry
2 dl créme fraiche
1 liten burk ananas i skivor
Smör
Socker
Grädde
Salta jordnötter
Bananer



Gör så här:

Köttet brynes, kryddas och slås över i en gryta. Löken skivas och steks. Slå över lite socker.
Svampen brynes och allt blandas i grytan och får puttra till köttet känns mört. Späd därefter med créme fraiche och soja.
Så långt kan rätten göras i förväg.
Grytan värms och spädes eventuellt med grädde och lite ananasspad. Lägg i ananasbitarna och krydda, om det behövs.

Ris och sallad serveras till. Saltajordnötter och skivade bananer serverar var och en över sin portion.

Kassler på svampstuvning

(4-5 personer)

600 g benfri kassler
250 g färska champinjoner
2 msk smör
1 msk mjöl
2 dl grönsaksbuljong
1½ dl vispgrädde
Salt
Peppar
150 g ädelost

Gör så här:

1. Skär kasslern i ½ cm tjocka skivor.
2. Skiva champinjonerna och fräs dem i smör, rör tills all vätska har ångat bort. Pudra över mjöl, rör om och späd med buljong och grädde. Salta och peppar och sjud såsen ett par minuter.
3. Häll såsen i botten på ett eldfast fat och placera kasslerskivorna i rad ovanpå. Smula osten över köttet och gratinera i 225 ° ugnsvärme i 15 minuter. Serveras tillsammans med spenattimbaler och kokt potatis eller ris.

Spenattimbaler (5 st)

1 pkt fryst bladspenat
3 små ägg
2 dl kaffegrädde
2 msk finhackad lök
Salt
Peppar

Gör så här:

1. Tina spenaten och krama ur vattnet.
2. Vispa samman ägg, grädde, lök, salt och peppar och blanda i spenaten. Fördela röran i 5 smörade cocotteformar.
   Grädda i 175° i 30 minuter. Skär med vass kniv runt kanten och stjälp upp på serveringsfat.

Kasslergryta med rödkål

8 skivor benfri kassler (5-6 hg)
1 burk rödkål (ca 400 g)
3 tsk fransk, ljus senap
2 tsk kinesisk soja
2 dl tjock grädde

Gör så här:

1. Skär kasslern i tärningar. Lägg dem i en vid gryta.
2. Häll över rödkålen och sätt till senapen, soja och grädden. Rör om. Låt det puttra i 8-10 minuter, utan lock, så att grädden kokar in något.
   Smaka av!

Fläskfilé i apelsinsås

2 fläskfiléer (ca 600 g)
50 g margarin
1 dl vitt vin
1 lagerblad
1 tsk arrowrot eller potatismjöl
2 små gula lökar
Salt
Peppar
3 apelsiner
1 kvist persilja

Gör så här:

Bryn fläskfiléerna väl runt om. Lägg mot slutet i den finhackade löken. Salta och peppra. Späd med vinet och saften av 2 apelsiner. Låt steka på svag värme ca 20 minuter.
Skala under tiden den sista apelsinen med potatisskalare och skär några tunna skal i fina strimlor. Koka dem i vatten några minuter. Gör i ordning några fina apelsinklyftor, helst renskalade från de tunna hinnorna.
Ta fläskfiléernaoch skär dem i skivor på snedden. Lägges på varmt fat och sila den redda skyn över. Garnera med apelsinklyftorna och skalstrimlorna.

Gott med ris.

Kryddstekt revbenspjäll

1 kg revbenspjäll
1½ tsk salt
1 krm malda kryddnejlikor
1 tsk smulad rosmarin

Gör så här:

Gnid köttet med en blandning av salt, malda kryddnejlikor och smulad rosmarin.
Lägg spjället med feta sidan upp på galler i en långpanna.

Stek i 175° ungsväme ca 1½ timme. Vänd köttet en gång under stekningen.

Serveras med äppelmos och rödkål.

Mandeltårta

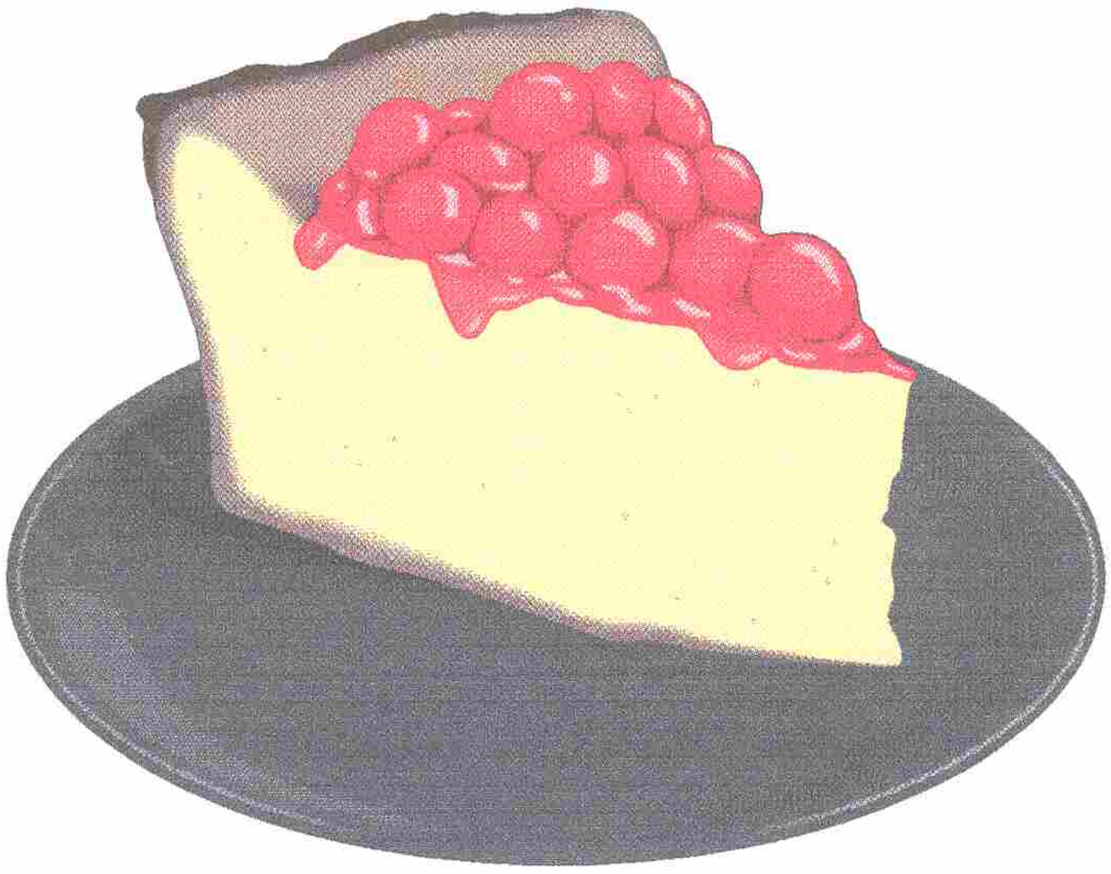
4 ägg
2 dl socker
2 hg mandel

Gör så här:

Äggvitorna vispas till hårt skum. Gulorna och sockret röres. Mandeln skalas och males, sen blandas allt tillsammans.

Bakas i 175° i 1 timma.

Garneras med hallon och vispgrädde.



Dajm-glasstårta

175° i 30 minuter

150 g mandel
2½ dl socker
4 ägg
3 dl vispgrädde
2 dajmchoklad

Gör så här:

Tårtbotten:

150 g mandel males (eventuellt först skållad)
4 äggvitor vispas hårt. Rör ner 1½ dl socker och mandel. Allt sedan ner i smörad form med löstagbar botten.

Glassen:

4 äggulor vispas luftigt med 1 dl socker. 3 dl vispgrädde vispas upp.
2 krossade dajmchoklad och vispgrädden blandas med äggröran.
Slå den ovanpå tårtbottnen och frys in!!

Hemlagad glass

3 ägg
1½ dl socker
3 dl vispgrädde
1 liten pkt Philadelphiaost

Gör så här:

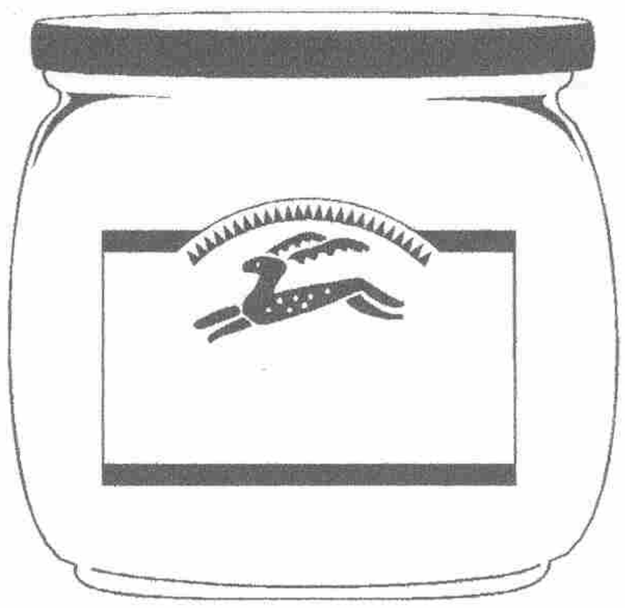
Skilj gulor och vitor.Vispa vitorna hårt.Vispa gulorna och sockret. Vispa gräd-den och börj a så nätt med att ta osten med i lite grädde och öka på efter hand.
Sen blandas grädd-/ostblandningen med gul-/sockerblandningen och sist röres vitorna i.
Vågar Du Dig på lite extra smak så gör det med t ex arracspunch så sätter det extra piff. Häll ner smeten i skölj d form (man kan lägga krossade digestivekex i botten om man känner för det!).

Frys in!

Ta upp 20-30 minuter före användningen.

Apelsinmarmelad

500 g apelsiner i tunna skivor
450 g krossad ananas
2 dl vatten
3 tsk certo frukpektin
drygt 6 dl socker
1 krm natriumbensoat

Gör så här:

Blanda samman apelsinerna, ananasen och vattnet samt låt koka under lock ca 30 minuter.
Blanda ner 3 tsk certo fruktpektin + 3 msk socker i fruktmassan och låt koka 1 minut. Rör därefter ner 6 dl socker och koka ytterligare 3 minuter. Grytan lyftes av och rör ner 1 krm natriumbensoat.