

Saffransfräst Fänkål

Fräst fänkål som fått smak av saffran och vitt vin. Perfekt att servera till fisk, kyckling eller som en del av en buffé. Rätten är gluten- och laktosfri.

Tid: ca 30 min

Ingredienser:

2 ansade och strimlade fänkålsstånd
(spara fänkålsdillen)
3 vitlösklyftor
½ dl extra jungfruolivolja (Classico)
1 påse saffran (0,5g)
2 dl vitt matlagningsvin (eller torrt vitt vin)
salt och nymalen svartpeppar



Gör så här:

Fräs fänkål och vitlök i olivolja i 2 minuter utan att de tar färg

Tillsätt saffran och fräs försiktigt i ytterligare 1 minut

Häll på vinet och koka sakta utan lock i ca 20 minuter

Smaka av med salt och nymalen svartpeppar

Garnera med lite fänkålsdill om du har och servera

Vegetariska grillspett med pesto

Rostade grönsaksspett smaksatta med citron och rosmarin. Servera med hemmagjord pesto. Rätten är glutenfri och vill ni göra den även laktosfri så uteslut parmesanosten.

Tid: ca 45 min + marinad ca 60min

Ugn: 225 grader

Ca 10 - 15 spett

Ingredienser:

½ aubergine

12–15 små fina potatisar

1 liten zucchini

1 röd paprika

1 gul paprika

3 msk extra jungfruolivolja (Classico)

1 citron, saft och det yttersta skalet

2 msk hackad rosmarin

1 finhackad vitlöksklyfta

Salt och nymald peppar

2 msk riven parmesan (gärna Parmigiano Reggiano 22 månader)

2 msk panco (eller ströbröd)



Pesto:

1 kruka basilika

1 dl pinjenötter eller skållade mandlar

½ vitlöksklyfta

½ - 1dl extra jungfruolivolja (fruttato)

1 dl riven parmesan (gärna Parmigiano Reggiano 22 månader)

Grillspett gör så här:

Skär aubergine i tärningar och lägg på en tallrik. Strö över salt och låt stå och salta ur i cirka 30 minuter. Koka potatisen i saltat vatten i cirka 10 minuter, håll av och låt rinna av på hushållspapper. Skär zucchini i halvmånar och paprikorna i tärningar.

Vispa ihop olivolja, citronsaft, skal, rosmarin och vitlök i en bunke. Smaka av med salt och peppar. Lägg i grönsakerna i marinaden och rör om. Låt stå i ca 30 – 60 minuter.

Trä upp alla grönsakerna på grillpinnar. Lägg på en plåt med bakplåtspapper och strö över parmesan och panco/ströbröd. Rosta i ugnen cirka 15 - 20 min eller tills de fått fin färg

Pesto gör så här:

Lägg vitlöksklyftan och nötter i en stavmixer och mixa ett par sekunder på högsta hastighet. Lägg sedan i basilikabladen och mixa igen. Håll i den rivna parmesanosten och en liten skvätt olja. Mixa lite och håll sedan, lite i taget, i resten av oljan.

Panettone, italiensk julkaka

Panettone är en klassik italiensk kaka som serveras under jul och nyår. Utmärkt att bjuda på vid glöggminglet, julbordet eller som efterrätt. Ifall du vill testa att baka denna ståtliga julkaka serverar vi dig här ett medelsvårt recept. Den som inte känner att bak kunskaperna är på topp kan köpa färdig panettone i delikatessbutiken.

Tid ca 2h + 2h marinering
Ungstemperatur: 175grader (150 grader varmluftsugn)

Ingredienser

100 g Torkad frukt, till exempel hackade russin och aprikoser
100 g Korinter
3 msk rom (alternativt 3 msk Earl Grey te)
7 ½ dl vetemjöl
2 påsar torrjäst (14g)
2 dl rumstempererad mjölk
1 tsk vaniljsocker
½ riven citron (skalet på en ekologisk sådan)
120 g smör eller margarin
1 ¾ dl florsocker
6 st äggulor
Florsocker att toppa kakan med



Gör så här:

Blanda korinter med de torkade fruktblandningen och rom (eller te). Låt dra några timmar, helst över natten.

Blanda mjöl och torrjäst.

Tillsätt övriga ingredienser under omrörning. Knåda samman till en deg.

Låt jäsa tills degen blivit dubbelt så stor. Slå ner degen och låt jäsa en gång till, ca 25 minuter.

Tillsätt fruktblandningen och knåda in den i degen.

Forma degen till en rundel och lägg den på plåtklädd med bakplåtspapper.

Ställ en ring från en löstagbar form runt degen (cirka 20 cm). Låt jäsa tills degen är dubbelt så stor.

Grädda i nedre delen av ugnen i ca 50 min. Strö över florsocker över kakan medan den ännu är varm.