

10 grillröror på 10 minuter.
Snabbt och gott med röra till det grillade. Här är våra favoriter!

10 Recept



Foto: Bo Ingvar Jönsson

Parmesan-creme fraiche

Ingredienser 8 personer

4 dl	lätt crème fraiche
3 dl	parmesanost, finriven
0,5 st	rödlök
1 knippa	gräslök
0,5 st	citron, rivet skal och saft
1 tsk	salt
1 krm	svartpeppar, nymald

Tillagning

1. Blanda creme fraiche och ost. Skala och finhacka rödlöken. Hacka gräslöken.
2. Blanda ner de båda löksorterna, citronsaft och citronskal. Smaka av med salt och peppar.



Jordgubbssalsa

Ingredienser 4 personer

250 g	jordgubbar, färska
1 st	schalottenlök, finhackad
1 st	Röd spansk pepparfrukt, finhackad
2 msk	muscovadosocker
1 krm	salt
0,5 msk	balsamvinäger

Tillagning

En somrig fredagsgourmet med bland annat färskpotatis och jordgubbar. Fast jordgubbarna här serveras på ett ovanligare sätt, nämligen som kryddigt tillbehör till oxfilén.

I jordgubbssalsan ingår muscovadosocker, som blivit allt vanligare i våra matbutiker. Det går dock att ersätta med det vanligare farinsockret.

Ansa och skiva jordgubbarna.

Lägg dem i en skål och blanda med finhackad schalottenlök och pepparfrukt, muscovadosocker, salt och vinäger.

Låt stå svalt.



Foto: Arne Adler

Salsa med lime och koriander

Ingredienser 4 portioner

4 st	tomater
2 st	salladslökar, finhackade
1 msk	jalapenochili, finhackad
1 msk	färsk koriander
2 st	limefrukter, saft från
1 msk	olivolja
0,5 st	vitlöksklyfta, finhackad
	salt och peppar

Tillagning

1 Skär tomaterna i små bitar. Blanda allt och smaksätt med salt och peppar.



Foto: Lena Holmsäter

Coleslaw med valnötter

Ingredienser 1 sats

4 dl	finstrimlad vitkål
4 dl	riven morot
1 st	rödlök, hackad
3 msk	majonnäs
3 tsk	dijonsenap
1 dl	crème fraiche
1 dl	valnötter
	salt
	grovmalen svartpeppar

Tillagning

1. Riv morötterna, finstrimla vitkålen och hacka löken och valnötterna.
2. Blanda dijonsenapen, majonnäsen och crème fraichen separat till en röra. Smaka av med salt och peppar.
3. Blanda grönsakerna med röran och strö valnötterna över.



Foto: Ove Lindfors

Örtostcrème

Ingredienser 4 - 6 personer

100 g	philadelphiaost, rumsvarm
250 g	kesella
1 st	vitlösklyfta, pressad
1 dl	grovriven parmesanost
1 krukor	finhackad basilika
0,5 dl	hackad bladpersilja
	flingsalt
	peppar, nymald

Tillagning

God till de flesta grillrätter, men också att dippa bröd och grönsaker i.

1. Rör ihop philadelphiaost och kesella.
2. Blanda i vitlök, parmesanost och örter och smaka av med salt och peppar.



Foto: Ulrika Pousette

Gremolatasmör

Ingredienser 4 - 6 personer

100 g	smör, rumsvarmt
1 st	vitlösklyfta, pressad
1 st	citron, rivet skal
1 dl	bladpersilja, hackad
2 krm	salt
1 krm	svartpeppar, nymald

Tillagning

Vitlök, persilja och citron ger smak åt gremolatasmöret. En klick av det här smöret på grillat nötkött, som till exempel ryggbiff eller entrecôte, är svårt att motstå.

Rör smöret mjukt, gärna med elvisp. Blanda ner vitlök, citronskal, persilja, salt och peppar.



Foto: Ulrika Pousette

Coleslaw med fänkål

Ingredienser 8 pers på buffé

250 g	vitkål
150 g	stjälkselleri
1 st	fänkål, liten
1 st	morot
0,25 st	lök, gul

Dressing:

1 st	vitlösklyfta
1 msk	strösocker
0,5 tsk	salt
2 msk	rödvinsvinäger
0,5 dl	majonnäs
1,5 dl	yoghurt, naturell
1 krm	svartpeppar, nymald

Tillagning

En krämig kåsallad som passar till allt från grillen.

1. Ansa kål, selleri och fänkål. Skala morot och lök. Strimla alla grönsaker fint.

2. Skala och finhacka vitlöken. Blanda socker, salt och vinäger och rör tills sockret löst sig. Tillsätt vitlök, majonnäs, yoghurt och peppar. Blanda de strimlade grönsakerna med dressing.

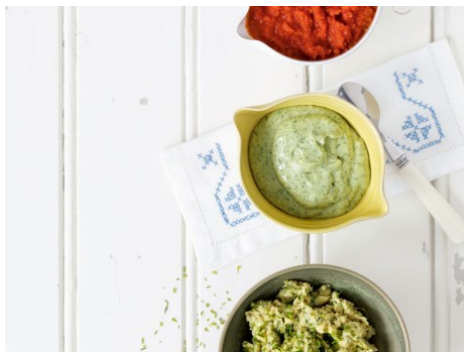


Foto: Ulrika Pousette

Kronärtskocksröra med prästost och gräslök

Ingredienser

1 burk	kronärtskockshjärtan, (390 g)
2 msk	olivolja
1 dl	prästost, grovriven
0,5 dl	gräslök, finhackad
1 tsk	vitvinsvinäger
0,5 tsk	salt
1 krm	svartpeppar, nymald

Tillagning

Gott till grillat kött och grönsaker.

1. Mixa kronärtskockorna grovt med mixerstav tillsammans med olivolja.
2. Rör i prästost och gräslök. Smaka av med vinäger, salt och peppar.



Foto: Ove Lindfors

Grov tapenade och tomater

Ingredienser 4 personer

3 dl	svarta urkärnade kalamataoliver
3 st	hackade vitlösklyftor
6 st	sardellfiléer
3 msk	kapris
1 msk	färsk timjan
0,5 st	pressad saft av citron
4 msk	olivolja
	nymald peppar
250 g	cocktailtomater

Tillagning

Tapenade, den provensalska kaviaren, är döpt efter kaprisen som är en av ingredienserna, la tapéno. Kaprisen förekommer ofta i kombination med sardeller och oliver, just som i tapenade. Den här smakrika röran är förstås perfekt att klicka på en skiva grillad baguette, men den är också god att servera till grillat lamm, lax och kyckling.

1. Hacka oliver, vitlök, sardeller, kapris och timjan för hand.
2. Blanda i citronsaft och olivolja och smaka av med peppar. Låt smakerna mogna i kylan.
3. Ta fram olivröran i god tid så att den blir rumstempererad. Blanda i klyftade tomater vid servering.



Foto: Ulf Svensson

Bos grillsås

Ingredienser 6 dl

1 dl	ketchup
1 dl	chilisås
1 dl	hp-sås
1 dl	ljus sirap
0,5 dl	tomatpuré
0,5 dl	olivolja
2 msk	worcestersås
2 msk	kinesisk soja
1 msk	herbes de provence
0,5 msk	sambal oelek
0,5 msk	tabasco chipotle
0,5 msk	hickory liquid smoke
0,5 tsk	salt

Tillagning

Efter den långa vintern är det många som snabbt plockar fram grillen. Den första grilldagen lagade han en mustig, god och snabblagad grillsås. Mängden sås är ganska stor men det går bra att spara den i en burk med lock i kylskåpet upp till 2 veckor.

1. Blanda samman alla ingredienserna i en skål. Smaka av med salt.
2. Låt såsen stå och mogna ca 1 timme i kylskåpet innan den serveras till grillat kött eller kyckling. Ugnstekt potatis och sallad är gott till.