

Lägg tillbehören på grillen

Passa på att lägga grönsaker och potatis på grillbädden så får du godaste tillbehören snabbt och enkelt!

8 små Recept



Foto: Ulrika Pousette

Glaserad färskpotatis

Ingredienser 8 personer

1,6 kg	färskpotatis
16 st	vitlösklyftor
0,75 dl	tikka masala-pasta
0,75 dl	olivolja, mild
3 msk	mango chutney
3 msk	smör, rumstempererat
8 st	rosmarinkvistar
2 tsk	flingsalt
2 krm	svartpeppar , nymald

Tillagning

Foliepaket är ett praktiskt sätt att tillaga färskpotatis på grillen.

1. Skrubba potatisen i ljummet vatten. Picka skalet på potatisen med en gaffel. Skala och krossa vitlösklyftorna.
2. Vispa samman tikka masala-pasta, olja, chutney och smör till en jämn smet. Blanda i potatisarna och se till att de blir ordentligt insmorda.
3. Riv 8 stora bitar aluminiumfolie. Fördela potatisen med marinaden mitt på foliearken. Lägg vitlösklyftor och rosmarin på potatisen. Krydda med salt och peppar. Vik ihop folien till tättslutande paket.
4. Lägg paketen på grillen och grilla dem ca 30 min tills potatisen är mjuk, prova med provsticka. Paketen kan också tillagas på plåt i ugnen i 225° 35-40 min.



Foto: Svante Sjöstedt

Grillad sparris med pinjenötter och pecorino

Ingredienser **10 personer**

600 g	sparris, späd grön
1 msk	olivolja
50 g	pinjenötter
50 g	pecorinoost, flagad

Garnering

1 tsk	flingsalt
1 krm	svartpeppar, nymald
1 msk	olivolja

Tillagning

Grillad sparris är många favorit så räkna med att gästerna tar om. Pecorinoost kan bytas ut mot parmesanost.

1. Skär av 2–3 cm längst ner på sparrisstjälkarna. Koka dem i lättsaltat vatten ca 30 sekunder. Ta upp sparrisen och spola den kall. Pensla sparrisen med olivoljan och grilla ca 1 minut på varje sida så att den får fina grillränder och blir färdig inuti.
2. Rosta pinjenötterna i en torr stekpanna tills de blir gyllenbruna. Passa så att de inte bränns!
3. Lägg sparrisen på ett fat och strö över pinjenötter och pecorino. Garnera med flingsalt, svartpeppar och olivolja.



Foto: Agneta Thorsèn

Halloumi- och paprikapaket

Ingredienser 4 personer

4 st	paprikor, gärna i olika färger
2 st	halloumiostar, (à 200 g)
2 msk	tapenade, svart
3 msk	oregano, hackad färsk
1 st	citron, rivet skal

Tillagning

Tapenade, citron och oregano smaksätter halloumiosten.

1. Klyv paprikorna i två delar och kärna ur dem. Lägg dem på grillen, eller under grillelementet i ugnen på högsta värme, tills skalet är svart och bubbligt. Lägg dem i en plastpåse och låt ligga ca 30 min. Dra av skalet.
2. Halvera varje ost på längden. Vänd osten först i tapenade, sedan i oregano och det rivna citronskalet.
3. Lägg paprikorna runt varje ostbit och bind om med bomullssnöre.
4. Grilla på direkt värme tills paprikorna fått fin färg, ca 5 min. Servera genast



Foto: Ulrika Pousette

Sallad med färsk lök, grillat äpple och sparris

Ingredienser 4 personer

2 st	äpplen
250 g	grön sparris
1 msk	olivolja
1 krm	salt
200 g	färsk lök
200 g	blandade salladsskott och groddar
	dressing
	flingsalt

Tillagning

Det går att ersätta groddarna med t ex strimlad ekbladssallad, som också har en nötig smak.

1. Kärna ur äpplena och skär dem i klyftor. Bryt av den nedersta delen på sparrisarna och dela dem på längden. Vänd äppelklyftor och sparris i olivolja och salt.
2. Grilla äppelklyftor och sparris i grillpanna 2–3 min så att de får fin färg. Låt kallna.
3. Ansa och skiva den färska löken. Blanda den med salladsskott och groddar. Smaksätt med dressing och flingsalt. Servera med sparris och äppelklyftor.



Foto: Lars Paulsson

Grillad potatissallad

Ingredienser 4 personer

0,75 kg	potatis, färsk
1 st	rödlök
4 st	tomater
0,5 tsk	salt

Dressing:

1 msk	apelsinskal, strimlat
1 msk	apelsinsaft, pressad
2 tsk	rosmarin, hackad färsk
1 krm	salt
1 krm	svartpeppar
4 msk	olja

Tillagning

Här kokar jag först potatisen och grillar den sedan i sista stund. Det går utmärkt att förbereda. Gör dressingen och koka gärna potatisen i förväg. Men grilla och blanda inte ihop salladen förrän strax före servering.

1. Borsta potatisen och koka den knappt mjuk i lättsaltat vatten.
2. Skala och skiva löken. Dela tomaterna i bitar. Blanda ihop dressingen och rör ner grönsakerna.
3. Låt potatisen rinna av. Blanda den med lite olja och salt.
4. Grilla potatisen över glöden några minuter tills den får färg. Rör ner potatisen i tomatsalladen.



Foto: Lars Paulsson

Grillade grönsaker

Ingredienser 4 personer

200 g	aubergine eller squash, i skivor
1 msk	olivolja
2 krm	salt
125 g	mozzarella
1 st	tomat
8 st	basilikblad
1 krm	svartpeppar

Tillagning

En läcker förrätt vid grillen eller som tillbehör till grillad kyckling eller fisk. Här har jag grillat hälften aubergine och hälften squash.

1. Doppa grönsaksskivorna i olja och krydda med salt.
2. Skär osten i skivor. Dela och kärna ur tomaten. Skär den i bitar.
3. Grilla grönsakerna på ena sidan över glöden 3-4 minuter. Vänd dem och lägg på osten. Grilla på andra sidan tills osten börjar bli varm.
4. Lägg upp grönsaksskivorna på ett fat och lägg på tomat och basilika. Krydda med svartpeppar.



Foto: Ulf Svensson

Förrätt med biffomat

Ingredienser **4 personer**

80 g	babyspenat
2 st	avokador
3 st	biffotomater
2 msk	avokado- eller olivolja
1 tsk	flingsalt
1 krm	svartpeppar
0,5 dl	riven pecorino, riven, eller parmesanost
	mynta, några blad, färska

Tillagning

Grillad biffomat, krispig sallad & pecorino med sälta på assiett.

Pensla med olja och grilla på hett galler 1 minut/sida.

2. Servera tomatskivorna med sallad och skuren avokado.

3. Salta, peppra, strö över pecorino och mynta. Ringla över avokadoolja.



Foto: Henrik Frithiof

Grillad lök med parmesan och pinjenötter

Ingredienser 4 portioner

4 knippe	kullök
50 g	parmesanost
20 g	pinjenötter
2 st	skivor vitt bröd
2 msk	smör
2 msk	rapsolja
1 st	vitlösklyfta
1 st	citron
	olivolja
	gourmetsalt och svartpeppar

Garnering:

ärtskott
lökblasten, skurna ringar av det gröna

Tillagning

1. Skär bort det gröna längst ut på löken och skala eventuellt bort det yttersta lagret på löken om det skulle vara lite torrt eller fult. Dela lökarna på längden och gnid in dem med lite olivolja. Värm upp grillpannan och sätt ugnen på 160 grader.
2. Skär bort kanterna och tärna brödet i fina kuber. Stek dem i rapsolja, smör och en krossad vitlösklyfta. Stek dem tills de är gyllene och håll sedan upp dem på hushållspapper så att det värsta av fett försvinner. Glöm inte att salta dem lite.
3. Rosta pinjenötterna i en torr stekpanna, salta och låt dem svalna något.
4. Grilla nu löken och lägg gärna lite tyngd på så att allt inte krullar ihop sig. Jag brukar använda en kastrull som tyngd. Baka dem någon minut i ugnen så att de blir mjuka.
5. Servera löken i botten och strö allt annat ovanpå. Toppa med olivolja, salt och peppar. Det hela avslutas med en citronklyfta.