

## Lite av den norrländska maten



Foto: Björn Lindberg

### Rencarpaccio med syltade kantareller, hjortronsås och tunnbrödsticks

Ingredienser 4 portioner

1 dl	hjortron
1 msk	citron, pressad
200 g	gravat reninnanlår
0,5 påse	blandad sallad
1 tsk	rapsolja
1 tsk	balsamicovinäger
8 st	västerbottensost, i skivor flingsalt, svartpeppar

#### Syltade kantareller:

6 dl	kantareller
1 dl	ättika, 12%
1 dl	råsocker
2 st	nejlikor
2 st	kanelstänger
	ingefära, 2 cm, färsk skivar
0,5 st	röd chilifrukt, skivad
1 st	rödlök, skivad

#### Tunnbrödsticks:

	tunnbröd, en skiva
1 dl	västerbottensost, riven
0,5 tsk	kummin
1 tsk	flingsalt

## **Tillagning. Rencarpaccio med syltade kantareller, hjortronsås och tunnbrödsticks**

**En hyllning till våra älskade, norrländska råvaror. Smaker hemifrån på ett nytt sätt. Gravet reninnanlår går att byta ut mot gravad älg- eller oxfilé.**

### **Dag 1**

Gör kantarellerna dagen innan.

1)Fräs svampen i en kastrull tills vätskan kokat in. Koka ihop ättika, socker och kryddor till en simmig lag, tillsätt lök och svamp.

2)Koka upp och häll på väl rengjorda glasburkar. Håller minst 1 vecka i kylskåp.

### **Dag 2**

1)Passera hjortronen genom en sil, blanda i citron.

2)Sätt ugnen på 175°.

3) Skär tunnbrödet i breda strimlor, strö på ost, kummin och salt.

4) Grädda tills osten smält, ca 7 minuter.

5) Skär under tiden köttet i tunna skivor. Lägg direkt på tallrik.

6) Blanda sallad med olja och vinäger. Lägg ovanpå köttet med kantareller och hjortronsås.

7)Strö på salt och peppar.

Toppa med flagad ost och servera med tunnbrödsticks.

## Tunnbrödsrulle med rökt renkött

### Ingredienser 8 personer

4 st tunnbröd, mjuka

### Fyllning

200 g renkött, rökt, skuret i strimlor  
 0,5 st purjolök, ca 4 cm i fina strimlor  
 2 msk pepparrot, riven  
 2 dl crème fraiche, ev. salt  
 1 krm vitpeppar  
 1 nypa strösocker

### Tillbehör

sallad  
 lingonsylt, eller svartvinbärssylt

### Tillagning

---

#### **Rökt renkött i tunnbröd – en favorit i fjällvärlden.**

1. Fyllning: Blanda ingredienserna till en fast röra. Låt stå en stund så att smakerna får dra. Smaka ev av med mer kryddor.
2. Bred röran på tunnbröden och rulla ihop. Plasta in varje rulle i plastfolie, låt vila över natten.
3. Dela rullarna i sneda bitar och servera dem stående tillsammans med sallad och ev sylt.



Foto: Ann Lindberg

## **Knaperstekt röding med dillcrème och sikrom**

Ingredienser 6 personer

900 g filead röding, helst med skinnet kvar  
smör till stekning

### **Dillcrème:**

3 dl crème fraiche  
1 knippe dill  
3 tsk flytande honung  
0,5 st citrongräs, saft från  
salt och peppar

### **Till servering:**

späd sparris  
150 g sikrom,, forellrom eller löjrom  
färsk potatis

## Tillagning

### **Knaperstekt röding är riktigt härlig sommarmat.**

1 Salta och peppra fisken. Stek den i smör på hög värme med skinnsidan neråt. Beräkna 2-3 minuter för skinnsidan och 1 minut för andra sidan.

2 Rör ihop alla ingredienser till dillcrémen. Koka sparrisen i någon minut i lättsaltat vatten.

3 Servera rödingen med sparris, dillcrém

**Rensteksrulader med messmörsås**Ingredienser 4 personer

500 g reninnanlår, i skivor  
100 g sidfläsk, rökt  
0,5 tsk salt  
1 krm svartpeppar, nymald  
8 st tandpetare  
2 msk smör

**Messmörsås:**

0,5 st gul lök  
0,5 st morot  
3 st enbär  
2 msk smör  
7 dl vatten  
3 msk viltfond, koncentrerad  
1 st kanelstång  
1 dl vispgrädde  
40 g messmör  
2 tsk honung, eller socker  
2 krm salt  
1 krm svartpeppar, nymald  
1,5 msk maizena majsstärkelse

**Lingonchutney:**

1 st gul lök  
2 tsk rapsolja  
175 g lingon, frysta  
3 msk honung, flytande  
1 tsk sambal oelek  
2 tsk vinäger

## Tillagning: Rensteksrulader med messmörsås

---

**Rensteksrulader fyllda med sidfläsk serveras med gräddsås smaksatt med mesost samt lingonchutney och pressad mandelpotatis. De husmanskostinfluerade ruladerna hettas upp och piffas till av en annorlunda chutney gjord på lingon. Såsen på mesost gör att smaklökarna gör en resa upp till Sápmi.**

1. **Messmörsås:** Hacka lök och tärna morot. Fräs morot, lök och krossade enbär i smör i en kastrull. Häll på vatten, fond och kanelstång och låt sjuda tills grönsakerna mjuknat, ca 10 min. Sila såsen, tillsätt grädde och koka ytterligare ca 10 min tills ca 6 dl återstår.
2. Dra av såsen från värmen, tillsätt messmör och låt den smälta. Smaka av såsen med honung eller socker, ev salt och peppar. Red såsen med maizena uttrörd i lite vatten och låt det koka upp.
3. Skär skivor av innanlåret, banka ut köttet till schnitzlar. Skär stavar, på tvären, av sidfläsket.
4. Lägg ut köttskivorna på skärbrädan, krydda med salt och peppar. Lägg en stav av sidfläsk på änden av varje köttbit. Rulla ihop köttet och fäst med tandpetare.
5. Bryn ruladerna i smör runt om. Häll såsen över ruladerna och låt sjuda 10 minuter.

### **Lingonchutney:**

1. Hacka löken och fräs den i olja i en kastrull tills den är mjuk utan att ha fått färg.
2. Tillsätt lingon och låt sjuda 10 minuter.
3. Krydda med honung, sambal oelek och smaka av med vinäger till bra syrabalans.



Foto: Björn Lindberg

### Broccolisoppa med Västerbottensostflarn

Ingredienser 4 portioner

300 g	broccoli, färsk eller fryst
2 st	vitlöksklyftor
1 l	vatten
1 dl	vispgrädde
1 st	hönsbuljongtärning
2 dl	västerbottensost, riven
1 st	röd chilifrukt, hackad
	salt och vitpeppar
1 dl	crème fraiche
1 dl	pistaschnötter, hackad

### Tillagning

**Fräsch vardagsoppa som även passar till fest, kanske med en halstrad pilgrimsmussla? Ostflarn passar bra till många rätter, kalla som varma.**

**Ur boken Västerbottensost av Susanne Jonsson.**

- 1) Koka broccoli och vitlök 15 minuter i vatten, grädde och buljong.
- 2) Sätt ugnen på 150 °.
- 3) Sprid ut 4 avlånga högar av ost blandad med chili på bakplåtspapper.
- 4) Grädda 5–10 minuter tills osten börjar få färg.
- 5) Ta ut och låt svalna.
- 6) Jämna till kanterna med en kniv innan osten stelnat helt.
- 7) Mixa soppan med stavmixer. Smaka av med salt och peppar.

Servera med ostflarn, en klick crème fraiche och strö över pistaschnötter.

**Renskav med pressad potatis**

Ingredienser 4 personer

---

500 g	renskav, eller viltskav
0,5 st	purjolök
2 msk	smör
2,5 dl	grädde, mellan
3 msk	messmör
2 msk	oxfond, flytande
0,5 dl	kaffe, starkt
2 msk	lingonsylt
1 st	vitlök, pressad, klyfta
1 krm	svartpeppar, nymald

**Till servering**

---

potatis, pressad eller mos  
sallad

**Tillagning**

---

**Renskavsgryta med norrländska smaker. Messmör, kaffe och lingon tycker jag passar ihop och förstärker viltsmaken.**

1. Skölj och skiva purjolöken. Bryn renskav i smör 2–3 min och blanda ner purjolök mot slutet.
2. Häll på grädde, messmör, fond och kaffe, och låt koka ihop i några minuter. Smaksätt med lingon, vitlök och peppar.
3. Servera med pressad potatis, lingonsylt och sallad.

Till förrätt och dessert:



Foto: Holger Edström

### Vargtass, varm

Ingredienser 12 personer

#### Vargtass

4 dl	lingondryck, utspädd
6 dl	vatten
350 ml	vodka, eller drickfärdig äppeldryck
1,5 dl	lingon, frysta
2 st	lime

#### Västerbottensklämma

6 st	kakor, rektangulära, mjukt tunnbröd
6 dl	västerbottensost, grovriven lagrad
3 st	schalottenlök, finhackad
1 dl	persilja, finhackad
1 tsk	svartpeppar, grovmald
12 st	körsbärstomater
12 st	gurk, skivor
12 st	tandpetare

## Tillagning

---

**Alkoholfri vargtass görs av äppeldryck i st f vodka, garnerad och serverad som originalet - möjligen bör man kanske byta namn på den till lammtass. När det gäller klämman är det viktigt att du väljer en riktigt lagrad västerbottensost.**

1. **Vargtass:** Blanda lingondryck, vatten och vodka, hetta upp och servera i glas (eller slå på termos). Garnera med lingon och tunna limeskivor. Bjud varm västerbottensklämma till.

2. **Västerbottensklämma:** Sätt ugnen på 250°. Lägg ut tunnbrödet på arbetsbänken. Blanda ost, lök, persilja och svartpeppar i en bunke.

3. Fördela blandningen på tunnbrödet och rulla ihop var och en. Dela varje rulle på mitten och lägg dem med skarven nedåt på en ugnsplåt. Värm rullarna i mitten av ugnen 5-6 minuter inför serveringen. Garnera varje rulle med en gurkskiva och en körsbärstomat på en tandpetare.

## Kalixlöjrom med dillroyal, kavringsschips och lök- och fänkålscrudité

Ingredienser 10 personer

250 g kalixlöjrom

### Royal

5 dl mellangrädde  
3 st ägg  
5 st äggula  
2 dl dill, finhackad  
1 tsk salt  
1 krm svartpeppar, nymald

### Crudité

1 st bananschalottenlök  
1 st fänkål  
0,5 st citron, pressad saft  
1 msk råsocker  
0,5 tsk salt  
1 krm svartpeppar, nymald  
2 msk gräslök, hackad

### Kavringsschips

1 st kavring, fryst

### Örtolja

2,5 dl rapsolja  
1 st timjan, kruk  
1 st basilika, kruk  
80 g babyspenat, påse

## Tillagning: Kalixlöjrom med dillroyal, kavringschips och lök- och fänkålscrudité

---

**40 min + 55 min i ugn**

**Royal är en lyxigare variant på äggstanning som går att skära i bitar.**

1. Royal: Sätt ugnen på 125°. Koka upp grädden i en kastrull. Ta kastrullen av spisen och rör i ägg och äggulor. Blanda i dillen tillsammans med salt och peppar.
2. Häll i smeten i en välsmord ugnssäker form, ca 20 x 30 cm. Tillaga mitt i ugnen ca 40 min tills äggstanningen stannat men fortfarande är lite krämig.
3. Crudité: Skala och skiva löken fint. Ansa och finstrimla fänkålen, gärna med mandolin. Blanda lök och fänkål och tillsätt citronsaft, socker, salt och peppar. Låt stå kallt till servering.
4. Kavringschips: Sätt ugnen på 125°. Skär det frysta brödet i ytterst tunna skivor, helst med skärmaskin. Lägg brödsnivorna på silpatduk på en plåt. Rosta bröden mitt i ugnen ca 15 min.
5. Örtolja: Värm oljan till 70°. Mixa den varma oljan med örter och spenat med mixerstav. Ställ oljan kallt och låt stå till nästa dag. Sila oljan genom ett kaffefilter.
6. Låt löjrommen rinna av i en finmaskig sil.
7. Fördela cruditén på tallrikar. Skär royalen i kuber och ställ ovanpå. Forma löjrommen till ägg och lägg ovanpå. Stick kavringschipsen och ringla örtolja runt om.



Foto: Björn Lindberg

## Västerbottensost-cheesecake med vinbärstopping

Ingredienser 30 stycken

### Botten:

50 g grovt bröd i skivor  
50 g smör, smält

### Fyllning:

3 dl visp- eller mellangrädde  
0,5 tsk chilipulver  
0,5 tsk vitpeppar  
300 g västerbottensost, riven  
salt  
3 st gelatinblad  
2 dl vinbärssaft, lättsötad

### **Tillagning**

Jättegoda aptitretare och perfekt du vill "bekvämimpa"! Grunden förbereds dagen innan och snittarna klarar sig färdiggärade några timmar i kylan. Serveras i små munsbitar, gärna med ett glas champagne. Vinbärssaften går bra att byta ut mot till exempel utspädd havtorns-juice eller lingondricka. Det här är ett bra grundrecept som du kan smaksätta efter humör och smak. Till exempel med kummin, örtekryddor eller vitlök.

1) Fodra en 1,5 liters brödform med plastfolie.

2) Mixa bröd och smör, tryck ut i formen till en jämn botten. Ställ in i kylan.

3) Koka upp grädde, chilipulver och peppar, dra kastrullen från plattan. Vispa ner osten tills den smält helt och låt svalna.

4) Smaka av med salt och häll i formen.

5) Låt stelna över natten.

6) Lägg gelatinbladen i kallt vatten 5 minuter, krama ur och smält med 1 dl saft.

7) Rör ner resterande saft och häll gelén över ostkakan. Låt stelna i kyl.

8) Skär i små bitar, doppa kniven i varmt vatten mellan snitten.



Foto: Bo Ingvar Jönsson

## Hjortronsufflé med rosmaringlass och hjortronsås

Ingredienser 8 personer

### Sufflé:

8 st	cocotteformar
1 msk	smör
1 msk	strösocker
450 g	hjortron
1 dl	vispgrädde
1 msk	maizena majsstärkelse
6 st	äggvitor, ( 180 g)
2 tsk	citronsaft, pressad
4 msk	strösocker

### Rosmaringlass:

2,5 dl	vispgrädde
2,5 dl	standardmjölk
2 msk	glykos, (40 g)
0,5 st	vaniljstång, delad
1 st	rosmarinkvist, finhackad
5 st	äggulor
1 dl	strösocker, knappt (75 g)

### Hjortronsås:

200 g	hjortron
30 g	strösocker

### Mandelflarn:

50 g	sötmandel
50 g	smör
0,5 dl	strösocker
2,5 msk	glykos, (50 g)
1 msk	vetemjöl

### Garnering:

Florsocker

## Tillagning: Hjortronsufflé med rosmaringlass och hjortronsås

---

**Detta är en dessert som går utmärkt att förbereda. Sufflén tas direkt från frysen och in i ugnen. Glassen tinas ca 30 min i kylan. Såsen håller några dagar i kylan under plastfolie. Flarnen bakas och förvaras torrt.**

1. Sufflé: Smörj och sockra cocotteformarna noga. Passera hjortronen genom en finmaskig sil till puré. Det bör vara 225 g. Koka upp grädde, hjortronpuré, och maizena i en kastrull under omrörning till en tjock kräm. Låt svalna.
2. Vispa äggvita och citronsaft pösigt: Vispa ner sockret, lite i taget, till en fast marängsmet, ca 5 min. Blanda 1/3 av marängen med hjortronkrämen. Vänd försiktigt ner resten av marängen.
3. Fyll formarna med smeten. Stryk dem platta med en kniv men se till att kanterna är fria så att sufflén kan resa sig. Täck med plastfolie och ställ dem i frysen.
4. Rosmaringlass: Koka upp grädde, mjölk, glykos, vaniljstång och finhackad rosmarin i en kastrull. Ta av från värmen och låt dra 10 min under lock.
5. Vispa upp äggulor och socker. Blanda ner det i glassmeten och sjud under omrörning till 82°. Ta av från värmen, häll över in en skål och låt krämen kallna. Låt stå över natten i kylan för att mogna. Sila. Kör ca 25 min i glassmaskin och ställ i frysen.
6. Hjortronsås: Mixa socker och hjortron. Passera genom sil så att kärnorna försvinner.
7. Mandelflarn: Sätt ugnen på 200°. Mal mandeln på mandelkvarn. Smält smör, socker och glykos i en kastrull. Blanda ner den malda mandeln och vetemjöl. Låt kallna. Rulla 10 långa korvar, ca 15 cm. Grädda på bakplåtspapper i mitten av ugnen 6-7 min. Lägg dem inte för tätt på plåten eftersom de flyter ut.
8. Rulla mandelflarnen runt ett rör eller glas medan de fortfarande är varma och låt dem kallna. Hit går bra att förbereda.
9. Servering: Sätt ugnen på 200°. Låt glassen tina ca 30 min i kylan. Ta ut suffléerna ur frysen, ta av plasten och ställ dem på en plåt. Grädda i nedre delen av ugnen ca 20 min. Pudra över florsocker och servera dem direkt tillsammans med rosmaringlassen ovanpå mandelrören och hjortronsåsen.