

Smått och gott med kantarell

Enkla små rätter med sommarkantareller.



Foto: Holger Edström

Ostrisotto med svamp

Ingredienser 6 personer

200 g	blandsvamp, karljohan eller kantareller
2 st	schalottenlök
1 msk	smör
4 dl	arborioris
2 dl	torrt vitt vin
1 l	hönsbuljong, tärning + vatten
200 g	vällagrad präst, eller svecia
1 krm	svartpeppar, nymald

Garnering

1 knippe timjan, färsk

Tillagning

30 min

En karaktärsfylld lagrad ost betyder allt i den här rätten. Risotto serveras ofta som mellanrätt eller som tillbehör till kött och fisk. Men den fungerar utmärkt som huvudrätt tillsammans med lantbröd och en krispig grönsallad.

1. Ansa och skär svampen i bitar. Skala och finhacka löken. Fräs lök och nästan all svamp (spara lite till garnering) i smör i en gryta tills löken blir glansig och all vätska kokat in. Tillsätt riset och fräs det glansigt. Håll ner vinet och ca 3/10 av buljongen.

2. Låt risotton koka på medelstark värme så att buljongen kokar in långsamt. Tillsätt mer buljong efter hand tills allt kokat in. Rör då och då, speciellt mot slutet av kokningen. Beräkna koktiden till ca 20 min för att riset ska få den rätta al dente-konsistensen.

3. Ta grytan från värmen och rör ner osten. Krydda med peppar, strö över kantareller och garnera med färsk timjan.



Foto: Ulrika Pousette

Kantarellrisoni med haricots verts, bladspenat och smulad getost

Ingredienser 4 personer

400 g	risonipasta
250 g	haricots verts
1 st	lök, gul
300 g	kantareller, rensade
2 msk	smör
3 msk	olivolja
0,5 tsk	salt
2 krm	nymald svartpeppar
150 g	bladspenat, färsk
200 g	getost av chèvretyp

Tillagning

Risoni är en lite underskattad pastasort. Den är bland annat god att tillreda som en risotto eller blanda ner kall i sallader.

1. Koka risonin efter anvisningarna på paketet. När 2 min återstår tillsätts haricots vertsen.
2. Skala och hacka löken, fräs den tillsammans med kantarellerna i smör och hälften av olivoljan. Salta och peppra.
3. Blanda ner spenaten i den nykokta pastan. Tillsätt resten av olivoljan.
4. Toppa pastan med svampfräset och smula över getosten. Servera genast.



Foto: Leif Jacobsson

Bruschetta med kantareller

Ingredienser 4 portioner

1 l	kantareller
	smör, att steka i
1 st	baguette eller lantbröd, av god sort
1 paket	halloumiost, (cirka 200 g)
0,5 dl	rapsolja eller olivolja
	vitlösklyftor, 1-2 st
	salt

Tillagning

Kantareller och kräftor är två säkra smakkompisar som lyfter varandras smaker till nya höjder.

1. Rensa kantarellerna och skär dem i mindre bitar. Fräs dem i 1 msk smör, låt den vätska som svampen ger ifrån sig koka in och tillsätt därefter ytterligare 1 msk smör och fräs svampen tills den blir gyllene och doftar gott. Salta.
2. Skiva brödet och pensla varje skiva med olja och gnid in med vitlösklyftorna.
3. Rosta bröden i ugn, 200 grader, 4– 5 minuter.
4. Skär osten i tunna skivor och stek dem några minuter på varje sida. Placera en ostbit på varje brödskiva och toppa med kantarellerna.
5. Servera genast eller håll bruschettorna varma i ugn, 100 grader, 5– 10 minuter fram till servering.



Foto: Ulf Svensson

Blomkålssoppa med kantareller och dilltoast

Ingredienser 4 personer

1 st	blomkålshuvud, (ca 400 g)
6 st	potatisar, (ca 400 g)
1 l	grönsaksbuljong, (tärning + vatten)
1,5 dl	matlagningsgrädde
0,5-1 tsk	salt
1-1 krm	svartpeppar, nymald
1 l	kantareller, färska eller konserverade
1 msk	smör

Toast:

1 st	dill, knippa
2 msk	smör
0,5 st	baguette

Tillagning

Dill och kantareller är en ovanligt lyckad, och ofta lite glömd, smakkombination.

1. Sätt ugnen på 250°. Ansa och bryt blomkålen i buketter. Skala och skär potatisen i bitar. Lägg blomkål och potatis i en gryta och häll på buljongen. Låt koka under lock ca 10 min. Mixa soppan slät med mixerstav och rör i grädden. Smaka av med 1/2 tsk salt och 1 krm peppar.

2. Toast: Mixa dillen med smöret. Skär baguetten i cm-tjocka skivor på snedden. Bre dem med dillsmöret. Lägg bröden på en plåt med bakplåtspapper.

3. Ansa och skär eventuellt kantarellerna i mindre bitar. Stek kantarellerna i smöret i en stekpanna. Krydda med 1 tsk salt och 1 krm peppar.

4. Gratinera toasten mitt i ugnen ca 5 min. Toppa soppan med kantareller och dill. Servera toasten till.

Ca 450 kcal per portion, 17 g fett, 13 g protein, 57 g kolhydrater



Foto: Per Magnus Persson

Brieost med kantareller

BufféIngredienser 8 pers

1 st	vitlösklyfta
2 msk	smör
1 kruk	basilika
500 g	brieost
2 msk	honung, flytande
30 g	pinjenötter, rostade
0,5 l	kantareller, ca 150 g

Tillagning

Brieosten serveras ljummen.

1. Sätt ugnen på 200°. Ansa och skär kantarellerna i stora bitar. Skala och finhacka vitlöken. Stek kantarellerna med vitlöken i smör ca 5 min. Hacka basilikan och blanda med svampen.

2. Lägg osten på ett ugnssäkert fat. Värm den mitt i ugnen ca 10 min. Ta ut. Toppa med svampen. Ringla över honung. Strö över pinjenötterna.