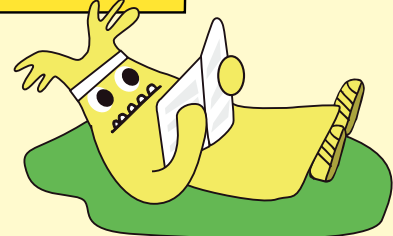


Mathjältarna

EN SERIE FRÅN ARLA, KRONFÅGEL & SCAN

SLEVIS GILLAR INTE ATT DISKA.



SÅ NÄR HAN LAGAR MAT TILL SINA KOMPISAR...



...DÅ ANVÄNDER JAG BARA EN STEKPANNA!

SMART KILLE!



FÖRST STRIMLAR JAG KYCKLINGFILE* OCH BRYNER I SMÖR...

...KRYDDAR MED SALT OCH PEPPAR...

* TIPS! DU KAN BYTA UT KYCKLINGFILE MOT KÖTT.



... SEN RÖR JAG I CURRY, MATLAGNINGSGRÄDDE OCH BULJONGTÄRNING OCH KOKAR 3 MIN.

KLART! SERVERA MED RIS, SKIVAD BANAN OCH MINI-MAJS ELLER ÄRTOR.



FLER RECEPT FÖLJER PÅ MATHJALTARNA.SE

DJUNGELGRYTA

PÅ 15 MINUTER!

Jul nr: 5/06

FIXA JULEN!

Nya favoriter på julbordet

Nyårsbuffé!

Festmat för alla smaker

Arla®

köket

Nu har vi jul i vårt hus!

God jul & gott nytt år!





Grönkålskrème | 8 st

Koka 400 g fryst, hackad grönkål, 7 dl vatten, 2 hönsbuljongtärningar och 2 dl Arla Köket vispgräddde ca 3 min. Mixa och håll upp i små glas. Toppa med gräslök. Servera med skinksnittar.

Fixa julen!

December är bråda tider för alla julälskare och i det här numret vill vi göra det lite lättare att fixa julen.

Nya fräscha rätter till julbordet, smarta genvägar och tips på vad du kan köpa färdigt. Oavsett om du vill frossa i julpyssel och laga hela julbordet själv, eller om du vill göra det enkelt och ägna tiden åt att njuta lite extra, hittar du allt du behöver i vår julspecial. Så lämna alla måsten och låt den här julen bli precis så som du vill ha den!



Coupe à la Malta | 4 port

Vispa 1 dl Arla Köket vispgräddde. Rör i 1 dl Arla Köket Kesella kvarg vanilj och 1 dl risgrönsgröt. Varva i glas med apelsinbitar. Toppa med pepparkaka.

Köp färdigt!

- * Matjessill
- * Gravad lax + gravlaxsås
- * Rökt fisk
- * Färdigkokt julsinka
- * Grillade revbensspjäll
- * Köttbullar
- * Pastej, sylta, korvar
- * Rödkaål på burk
- * Julsenap
- * Ostar
- * Frukt & nötter

Tips! Om du vill göra det ännu enklare; ordna knytisjul och be faster Agda ta med sillsalladen!



Årets julklapp!

Småkakan har blivit trendig igen och nu finns en hel bok om de ljuvliga små läckerbitarna. "Kära små kakor" är den perfekta julklappen till alla hemmabagare och finns att beställa på www.arla.se



Fransk senapssill | 4 port

Julens "hemlagade" sill fixar du lätt själv!

- 2 burkar matjessill, à 200 g
- 2 dl Arla gräddfil
- 1 msk ljus fransk senap
- 1 pressad vitlöksklyfta

1. Låt sillen rinna av.
2. Blanda gräddfil, senap och vitlök. Rör ner sillen i blandningen.

Örtsill på rågbröd | 8 st

Festlig liten sillmacka toppad med löjrom.

- 1 burk matjessill, 200 g
- 1 dl Arla Köket lätt crème fraiche, franska örter
- 4 skivor rågbröd
- 4 msk löjrom

1. Låt sillen rinna av. Rör ner den i crème fraiche.
2. Dela brödskivorna. Lägg sillen på brödet och klicka på löjrommen.

Saffransquinoa | 4–6 port

Gott och nyttigt till julskinkan!

3 dl quinoa
2 msk smör
1/2 pkt saffran,
ca 0,25 g
6 dl grönsaksbuljong
1 fänkål, ca 200 g
1 apelsin
1 dl russin
50 g rucolasallad

Honungssås:
2 dl Arla Köket
matyoghurt
1 msk flytande
honung
1 krm salt

1. Skölj quinoan i hett vatten. Fräs smör och saffran i en kastrull.
2. Häll i quinoa och buljong. Koka under lock enligt anvisning på förpackningen.
3. Skär fänkålen i tunna strimlor. Skala apelsinen och dela den i bitar.
4. Rör ner fänkål och russin i den heta quinoan. Lägg upp quinoan tillsammans med apelsin och rucola på ett fat.
5. Blanda ihop honungssåsen. Servera salladen med såsen.

Päron-tsatsiki

Blanda 1 grovrivet päron,
1 dl Arla Köket
medelhavsoghurt
och 1/2 krm salt.

Nya favoriter på julbordet!

Brysselkål med feta | 4 port

Överraska alla brysselkålsälskare med en ny, kul och god kombination!

500 g färsk eller
fryst brysselkål
1/2 rödlök

1 dl sötmandel
2 msk smör
150 g Apetina feta

1. Skala och skiva rödlöken tunt.
2. Skålla och skala mandeln. Rosta den i en torr, varm stekpanna.
3. Koka brysselkålen i lättsaltat vatten ca 5 min för färsk och ca 3 min för fryst.
4. Fräs brysselkålen i smöret i en panna 2–3 min.
5. Rör i löken, mandeln och smula över osten.

Smartaste köttbullarna!

Värm färdiga köttbullar i smör, dofta över lite kanel.

Fixa din egen laxsås!

Blanda lika delar färdigköpt gravlaxsås och Arla gräddfil. Rör i hackad dill. Mums!

Cheddarsallad med ansjovisdressing | 4 port

En julvariant på vår älskade caesarsallad.

3 skivor vörtbröd
1 äpple
3 msk smör
1–2 romansallad
150 g Kvibille cheddar

Ansjoisdressing:
1/2 burk ansjovis-
filéer, à 125 g
2 dl Arla gräddfil

1. Mosa ansjovisen och blanda med gräddfilen.
2. Skär brödet i tärningar och äpplet i klyftor. Stek i omgångar i smör i en stekpanna.
3. Dela salladen i stora bitar och lägg dem på ett fat.
4. Skär osten i strimlor.
5. Lägg ost, äpple och brödkrutonger på salladen.
6. Ringla över en del av dressingen och servera resten till.



Snabba julbrödet | 1 st

Mustigt och gott till julskinkan. Håller sig saftigt länge! Perfekt att ta med till julkalaset.

- 2 dl grovt rågmjöl
- 5 dl vetemjöl
- 1 msk malda pomeransskal
- 2 tsk bikarbonat
- 1 tsk salt
- 1 dl russin
- 2 dl porter eller mörkt öl
- 2 dl Arla gräddfil
- 2 msk sirap
- 1/2 dl rårörda lingon

1. Sätt ugnen på 200°. Blanda alla torra ingredienser i en bunke.
2. Rör i porter, gräddfil, sirap och lingon.
3. Klicka ner smeten i en smord avlång bakform, ca 1 1/2 liter.
4. Grädda i nedre delen av ugnen ca 50 min.
5. Stjälp upp limpan och låt den kallna.

Lussebullar med fullkorn | 35 st

Lika goda som mellanmål som till lucia!

- 100 g smör
- 5 dl mjölk
- 50 g jäst för söta degar
- 250 g Arla Köket Kesella kvarg lätt
- 2 påsar saffran, ca 1 g
- 1 1/2 dl råsocker
- 1/2 tsk salt
- 15 – 16 dl kärnvete-mjöl med fullkorn
- 2 dl russin
- 1 ägg

1. Smält smöret, tillsätt mjölken och värm till fingervärme, ca 37°.
2. Smula jästen i en bunke. Häll över degspadet. Rör om tills jästen löser sig.
3. Blanda ner kvarg, saffran, socker och salt. Blanda mjölet med russin och tillsätt det. Arbeta degen kraftigt tills den känns smidig. Jäs under bakduk ca 15 min.
4. Ta upp degen på mjölat bakbord och forma den till 35 kusar eller bullar. Lägg dem på plåtar med bakplåtspapper.
5. Låt jäsa under bakduk ca 30 min. Sätt ugnen på 225°. Pensla med uppvispat ägg.
6. Grädda i mitten av ugnen 5 – 7 min. Låt kallna på galler under bakduk.

Bullarna som alla längtar efter i advent. Nu med fullkorn!



Godaste julkolan | ca 60 st

Bjud på kola med flera olika smaker!

- 100 g smör
- 2 dl Arla vispgrädd
- 3 dl strösocker
- 1 dl ljus sirap
- 1 tsk vaniljsocker

1. Smält smöret i en tjockbottnad, vid kastrull.
2. Tillsätt grädd, socker, sirap och vanilj.
3. Koka utan lock, rör om då och då tills termometern visar 124° eller när smeten håller kulprovet. Häll några droppar av smeten i iskallt vatten och rulla till en seg och fast kula. Koktid 15 – 30 min.
4. Smaksätt med något av förslagen nedan.
5. Häll smeten på en oljad plåt. Låt svalna och klipp i bitar. Slå in i papper eller varva kola och papper i en burk. Förvara kallt.

Smaksättning:

- rivet skal av 2 lime, 1 citron eller 1/2 apelsin
- 1 dl krossade polkagrisar
- 2 msk siktad kakao
- 1 dl rostade solroskärnor

Ritningen på vårt fina pepparkakshus hittar du på www.arla.se



Fikonbollar

Mixa 100 g torkade fikon, 100 g mandelmassa och 50g smör. Rulla till bollar och vänd i kokos. Låt stelna i kyl.

Happy New Year!

I år önskar vi gott nytt med en festlig buffé för både stora och små. Recepten är lagom lyxiga och lätta att lyckas med. Allt går att förbereda i god tid så att du själv hinner vara med på festen. Gott nytt år!

Ostdipp | 8 st

Blanda 3 dl riven Kvibille cheddar, 2 dl Arla Köket lätt crème fraiche och 1 msk konjak. Lägg i små glas, garnera med gräslök. Dela tunt hårt bröd med vass kniv. Stick ner i oströran och servera!

Aptitretare i små glas.
Kan festen börja bättre?

Viltbiff med senapsdressing | 8 port

Härligt festfat med mycket smak.

- 1 kg filé av älg, rådjur eller hjort
- 1 tsk salt
- 2 krm svartpeppar
- 1 dl Arla smör-&rapsoolja
- 2 msk ljus fransk senap
- 1/2 dl hackad gräslök

1. Sätt ugnen på 150°. Krydda köttet med salt och peppar.
2. Bryn det runt om i 1 msk smör-&rapsoolja i en stor stekpanna.
3. Lägg köttet i en ugnssäker form. Stek i mitten av ugnen 20 – 30 min tills innertemperaturen är 60°. Låt köttet kallna.
4. Rör ihop resterande smör-&rapsoolja, senap och gräslök. Skiva köttet tunt.
Hit kan man förbereda.
5. Lägg köttet på fat med en blandad grönsallad. Ringla senapsdressing över köttet. Strö ev över lite gourmetsalt.

Tips! Du kan byta ut viltköttet mot oxfilé.



Lax med hummerströssel | 8 port

Hummer på laxen är en riktig höjdpunkt en kväll som denna!

- | | |
|---|--|
| 8 bitar laxfilé utan skinn och ben, ca 1 1/4 kg | Sås:
4 dl Arla Köket lätt crème fraiche |
| 1 1/2 tsk salt | 2 msk konc hummerfond |
| 2 krm grovstött vitpeppar | pressad saft av 1 lime |
| Hummerströssel: | 1 pressad vitlöksklyfta |
| 1 hummer | 1 tsk sambal oelek |
| strimlat skal av 1 lime | |
| 1/2 dl hackad bladpersilja | |

1. Vispa ihop ingredienserna till såsen.
2. Rensa hummern och dela köttet i bitar. Blanda hummer, limeskal och persilja.
3. Lägg laxen på ett stort ugnssäkert fat. Salta och peppra. **Hit kan man förbereda.**
4. Sätt ugnen på 200°. Stek laxen i mitten av ugnen ca 15 min.
5. Låt såsen koka ihop några minuter. Häll en del av såsen koka över laxen och strö över hummerströsslet. Servera resten av såsen till.





Asiatiska kycklingspett | 16 st

Gör många – alla gillar kyckling! Med kyckling-lårfilé blir det extra saftigt och gott.

8 kycklinglårfiléer, ca 500 g
1 tsk salt
smör

Sås:
4 dl Arla Köket lätt crème fraiche
1/2 dl konc apelsinjuice
1/2 tsk salt

Glaze:
2 msk smält smör
2 msk sweet chilisås
2 msk rostade sesamfrön

1. Vik ut och dela filéerna i halvor på längden.
2. Salta och stek dem knappt färdiga i smör i en stekpanna ca 3 min på varje sida. Låt dem kallna.
3. Rör ihop glazen. Blanda såsen.
4. Trä upp kycklingen på spett. Lägg dem på ett ugnssäkert fat. Pensla över glazen.
Hit kan man förbereda.
5. Sätt ugnen på grill. Värm spetten i övre delen av ugnen ca 5 min. Servera med såsen.

Ostgratinerad potatis | 8 port

Klassiker i ny tappning som passar till allt. Chilismör och ost sätter smak på gratängen.

1 1/4 kg potatis, fast sort
1 röd paprika
75 g smör
1 tsk sambal oelek
1 pressad vitlöksklyfta
4 dl Arla Köket riven Kvibille Svecia

1. Skala och koka potatisen. Låt den kallna.
2. Kärna ur och tärna paprikan. Smält smöret. Blanda smör, sambal oelek och vitlök.
3. Skiva potatisen och lägg den på ugnssäkra fat.
4. Häll över kryddsmör, strö över paprika och ost.
Hit kan man förbereda.
5. Sätt ugnen på grill. Gratiner i övre delen av ugnen 5–10 min.



Mangosurpris | 8 port

Läcker, festlig och lätt att laga. Mangotärningar hittar du i frysdisken.

1 pkt fryst mango, 250 g
2 äggulor
1 dl florsocker
4 dl Arla Köket vispgrädde
10 cookies, ca 100 g (kakor, typ Maryland)

Hallonsalsa:
4 passionsfrukter
400 g frysta hallon
2 msk flytande honung

1. Halvtina mangon. Mixa den med äggulor och florsocker.
2. Vispa grädden. Rör ner mangomosen i grädden. Smula i kakorna.
3. Klicka smeten i 8 stora muffinsformar av papper. Frys i minst 3 tim.
4. Dela passionsfrukten och ta ur fruktköttet. Blanda det med hallon och honung. Låt stå minst 1 tim. **Hit kan man förbereda.**
5. Ta bort muffinsformarna från glassen och lägg upp den på assietter. Låt glassen stå ca 15 min. Servera med hallonsalsan.



Tips! Sätt tomteblossen snett utåt, så att det inte faller ner skräp på glassen.