

Vår/sommar nr 1/20



köket

16

INSPIRERANDE
RECEPT



Bästa
• PAJER • SALLADER
• SMÖRGÅSTÅRTA **vår festen**



Ljusa tider, festliga tider!

Krispig ostpaj med sparris & citron | 8 port

200 g kylt smördeg

1 ägg

½ citron, rivet skal & saft

2 dl Arla® gräddfil

150 g riven lagrad ost, t ex Svecia

200 g potatis

2 msk Arla Köket® Smör-&rapsoolja

Fyllning:

125 g rädisor

250 g färsk sparris

1 dl Arla® gräddfil

80 g löjrom eller

annan rom

färnska örter

Sätt ugnen på 200°. Rulla ut smördegen på en plåt med bakplåtspapper. Vispa upp ägget och pensla kanten på smördegen ca 3 cm runt om. Blanda resten av ägget med citronskal, gräddfil samt ⅓ av osten. Bred ut krämen på degen. Tvätta potatisen och skär dem tunt, gärna på mandolin. Blanda med smör-&rapsoolja och citronsaft. Salta och peppra. Fördela i ett fint mönster på degen. Toppa med resten av osten. Grädda pajen i mitten av ugnen ca 20 min tills den har fått fin färg. Bryt av den nedre delen på sparrisen. Skär sparris och rädisor tunt, gärna på mandolin, och lägg i kallt vatten. Håll av vattnet från grönsakerna vid servering. Klicka ut gräddfilen på pajen. Lägg på grönsaker, örter och rom.

Syrlig och lättbakad paj,
perfekt på buffén. Ta de
örter du gillar men en
blandning av flera sorter
brukar vara gott!

Äntligen är ljuset tillbaka! Det firar vi med maten som passar säsongens alla festligheter. Bjud på lax, lamm, säsongens primörer och annat gott. Varsågod, inspireras av festliga och enkla recept med utrymme för improvisation. Laga, umgås och njut!

Tips! Melonsalladen är perfekt på buffén, men passar även utmärkt till grillat.

Melonsallad med vitost | 4 port

600 g vattenmelon	3 msk olivolja
½ gurka	1 lime, rivet skal & saft
3 tomater	2 krm salt
½ rödlök	1 dl hackad färsk koriander
1 burk Apetina® vitost vitlök & persilja	

Skala melonen. Skär gurka, melon och tomat i mindre bitar. Skala och strimla rödlöken tunt. Blanda osten med grönsakerna. Rör ihop olja, skal och saft av lime och salt till en dressing. Håll dressingen över salladen strax före servering och strö över koriander.

HELSTEKT KYCKLING MED ÖRTER
recept arla.se

Örter och citron under skinnet ger kycklingen extra mycket smak. Helstekt kyckling sköter sig själv i ugnen.

Äggsallad med sashimi på lax | 8 port

3 ägg
½ äpple
1 ½ msk kapris
3 msk Arla Köket® smetana
3 msk majonnäs
1 krm curry

1 krm svartpeppar
16 blad gemsallad
100 g laxloin,
t ex Salma
3 msk rostad lök
2 msk japansk soja
½ ask klippt krasse

Koka äggen ca 8 min. Spola dem kalla. Skala och grovhacka dem. Tärna äpplet i små bitar och finhacka kaprisen. Rör ihop smetana, majonnäs, curry och peppar. Vänd ner ägg, äpple och kapris. Fördela äggsalladen i salladsbladen. Skär laxen i tunna skivor och lägg på äggsalladen. Toppa med rostad lök och klippt krasse, servera med soja.



LYXIG
SMÖRGÅSTÄRTA MED
RÅKOR & LAX
recept sid 6




Bröd med cottage cheese & pumpaströn | 25 st

50 g jäst
50 g Arla® Svenskt Smör
5 dl Arla® mjölk
250 g KESO® Cottage Cheese
1 msk flytande honung
1 ½ tsk salt
1 dl pumpakärnor
4 dl rågsikt
8 dl vetemjöl
1 ägg, uppvispat
½ dl pumpakärnor

Smula jästen i en bunke. Smält smöret i en kastrull, tillsätt mjölken och värm till max 37°. Häll lite av degvätskan över jästen och rör tills den löst sig. Tillsätt resten av degvätskan, cottage cheese, honung, salt och pumpakärnor. Blanda mjölsorterna och rör ner lite i taget i degvätskan, det ska bli en ganska lös deg. Arbeta degen för hand ca 10 min eller i maskin 5 min. Låt jäsa övertäckt till dubbel storlek ca 40 min. Ta upp degen på en mjölad arbetsbänk och knåda den lätt. Baka ut till 25 runda bullar och lägg dem på plåtar med bakplåtspapper. Låt jäsa ca 30 min. Sätt ugnen på 225°. Pensla bullarna med uppvispat ägg och strö över pumpakärnor. Grädda i mitten av ugnen 8–10 min. Låt svalna på galler.

Krispig sallad
med ägg som toppas
med tunt skuren rå lax.
Du kan också ta gravad
eller rökt lax men hoppa
då över sojan.



Tips! Variera fröna på bröden, t ex sesam, chia, solrosfrö.

Finurliga spett med krämig fyllning av färskost smaksatt med söt paprika. Forma färsen tätt runt spetten så rinner fyllningen inte ut.

Grillade lammfärsspett med färskost | 4 port

500 g lammfärs	Fyllning:
2 msk färsk mynta, hackad	100 g Arla® färskost paprika
1 vitlöksklyfta, pressad	Arla Köket® Smör- & rapsolja
1 tsk chili flakes	
1 krm svartpeppar	
1 ägg	
1 tsk salt	

Blanda alla ingredienser till färsen. Forma 12 ovala biflar. Platta ut dem och fördela färskosten på färsen. Lägg ett grillspett på varje och nyp ihop till en järpe runt spetten. Pensla lammfärsspetten med smör- & rapsolja. Grilla ca 5 min på varje sida.

Den allra godaste, krämiga och lyxiga smörgåstårten med lax & räkor! Perfekt till högtider och sommarens alla fester.

Lyxig smörgåstårta med räkor & lax | 8 port

6 skivor
landgångsbröd

Äggfyllning:

4 kokta ägg
½ dl Arla Köket®
crème fraiche
50 g Arla® färskost
naturell
½ dl majonnäs
1 ask krasse
½ tsk salt

Räk- & laxfyllning:
250 g skalade
räkor

50 g kallrökt lax
1 kruka färsk dill
½ dl Arla Köket®
crème fraiche
50 g Arla® färskost
naturell
½ dl majonnäs
2 msk dijonsenap

Garnering:

1 dl Arla Köket®
crème fraiche
50 g Arla® färskost
naturell
1 dl majonnäs
100 g skalade räkor
100 g kallrökt lax, skivor
2 kokta ägg
1 ask krasse
1 knippe rädisor
1 färsk dill



Skala och hacka äggen, lägg i en bunke. Rör ner crème fraiche, färskost, majonnäs och klippt krasse. Hacka räkorna, strimla laxen, hacka dillen och lägg i en bunke. Rör ner crème fraiche, färskost, majonnäs, och dijonsenap. Klipp ett ark smörpapper i fyra delar. Lägg 2 skivor landgångsbröd på en bricka med de 4 delarna smörpapper under så att de går att dra bort när tårten är färdig. Bred på räk- och laxfyllningen. Lägg på 2 skivor bröd till och bred på äggfyllningen. Lägg på de två sista skivorna bröd. Rör ihop crème fraiche, färskost och majonnäs till garneringen och bred på tårten. Täck tårten med plastfilm och låt vila, gärna över natten. Klipp krassen och hacka dillen. Skär rädisorna i tunna skivor. Garnera tårten strax innan servering.

Citronmarängpaj | 10 port

Pajdeg:

75 g Arla® Svenskt Smör

½ dl florsocker

½ krm salt

2 ½ dl vetemjöl

1 ägg

Citronkräm:

2 citroner, rivet skal & saft

2 dl strösocker

3 ägg

2 äggulor

100 g Arla® Svenskt Smör

Maräng:

2 äggvitor

2 dl strösocker

½ dl vatten

Till servering:

3 dl Arla® vispgrädde

Hacka ihop ingredienserna till pajdegen.

Tryck ut den i en rund pajform och låt vila i kyl minst 30 min. Sätt ugnen på 200°. Grädda pajskalet i mitten av ugnen 10–12 min. Låt svalna. Blanda citron, socker och ägg i en kastrull. Sjud på svag värme under ständig omrörning tills krämen har tjocknat. Ta kastrullen från värmen och rör ner smöret. Låt svalna. Bred ut krämen i pajskalet. Vispa äggvitor och 1 msk socker till ett fast skum med elvisp. Koka resten av sockret med vatten tills temperaturen är 123°. Håll den varma sockerlagen i äggvitan i en tunn stråle under kraftig vispning. Fortsätt vispa på medelhastighet 5–10 min tills marängsmeten svalnat. Fyll smeten i en spritspåse. Sätt ugnen på grill 250°. Spritsa toppar av marängen på citronkrämen. Gratinera i ugnen tills topparna har fått färg. Vispa grädden lätt och servera till pajen.

Vansinnigt god paj med krämig, sötsyrlig fyllning och frasig maräng. En klick grädde till och lyckan är fullständig!

Tips! Det går lika bra att breda eller swirla ut marängsmeten.

TID FÖR PRIMÖRER!

Addera mer grönt och laga med våra svenska råvaror i säsong, såsom sparris, potatis, rädisor och rabarber. Gott, festligt och hållbart!



Sommartallrik med lax, potatis & brynt smör | 4 port

900 g färskpotatis

4 ägg

1 rödlök

600 g varmrökt

lax eller makrill

75 g Arla® Svenskt Smör

3 dl Arla® gräddfil

½ krukla färsk gräslök, hackad

½ krukla färsk dill, hackad

Koka potatisen i saltat vatten. Koka äggen 7 min och kyl i kallt vatten. Hacka löken. Krossa potatisen med en gaffel. Dela laxen i bitar. Fördela potatis, lax, rödlök och ägg på tallrikar. Smält smöret i en kastrull. Fortsätt värma under omrörning tills den har en gyllenbrun färg och nötig doft. Toppa med gräddfil, gräslök och dill. Ringla över smöret. Servera genast.

I SÄSONG:

MAJ:

Nässlor, ramslök, rabarber, sparris, rädisor, salladslök

JUNI/JULI:

Jordgubbar, färskpotatis, primörrotfrukter, fläder, smultron, broccoli



Rabarber- & hallonpaj med vit choklad | 4 port

Smuldeg:

1 ½ dl vetemjöl
¾ dl kokosfingor
1 ½ msk strösocker
75 g Arla® Svenskt Smör

Fyllning:

250 g rabarber i bitar
250 g hallon
50 g hackad vit choklad
1 msk strösocker

Till servering:

2 ½ dl Arla Köket®
vaniljvisp

Sätt ugnen på 225°. Blanda mjöl, kokosfingor och socker i en bunke. Lägg i smört skuret i bitar och finfördela allt till en grynig massa. Skär rabarbern i bitar. Blanda ingredienserna till fyllningen och lägg i en ugnssäker form. Fördela smuldeg över fyllningen. Grädda i mitten av ugnen 15–20 min. Vispa vaniljvispen och servera med pajen.

Tips! Använder du frysta bär i pajen, så strö över 1–2 msk potatismjöl.

Tips! Smaksätt yoghurten med finrivet citronskal från citronen som används i dressingen. Salta och peppra, klart!



Sallad med couscous & primörer | 4 port

2 ½ dl couscous
2 dl grönsaksbuljong
250 g färsk grön sparris
100 g färska haricots verts
4 salladslökar

1 knippe rädisor
1 dl rostade pinjenötter
1 krm svartpeppar
2 ½ dl Arla Köket®
turkisk yoghurt

Citrusvinäggret:
3 msk kallpressad olivolja
1 citron, saften
2 tsk flytande honung
½ tsk salt
1 krm svartpeppar

Blanda ingredienserna till vinägretten. Koka couscousen i buljong enligt anvisning på förpackningen. Bryt av nedersta delen på sparrisen och skär resten i mindre bitar. Koka sparris och haricots verts i lättsaltat vatten ca 2 min. Skär salladslöken i strimlor och rädisorna i kvartar. Blanda med couscous, sparris och haricots verts. Häll över vinägretten. Salta, peppra och toppa med pinjenötter. Servera med yoghurtlick.





Nässelsoppa är gott att göra på vårens första nässlor.

Nässelsoppa med mjukkockt ägg & rostad lök | 4 port

2 l späda nässlor	1 liter grönsaksbuljong
2 schalottenlökar	1 ½ dl Arla Köket® vispgrädd
2 msk Arla® Svenskt Smör	salt & svartpeppar
1 knippe färsk gräslök	ev 1 tsk hela fänkålsfrön
1 msk vetemjöl	

Rensa, skölj och förväll nässlorna i vatten ca 7 min. Sila av vattnet och krama ur nässlorna. Hacka dem grovt. Skala och finhacka löken. Fräs den mjuk i smör i en stor kastrull. Klipp ned ¾ delar av gräslöken, spar resten till garnering. Pudra över mjölet och tillsätt nässlor, buljong och grädd. Låt koka ca 5 min. Smaka av med salt och peppar och ev fänkål. Skala och dela äggen i halv. Toppa soppan med ägghalvor, en klick matyoghurt och rostad lök vid servering.

Nötpanerad lax med zucchini-tagliatelle | 4 port

500 g laxfilé
1 tsk salt
1 krm svartpeppar
1 msk Arla Köket® Smör-&rapsoolja
½ dl hackade hasselnötter
3 dl Arla Köket® vispgrädd
½ citron, rivet skal & saft
2 vitlöksklyftor, pressade
1 dl Kvibille® cheddar riven
700 g zucchini
2 msk olivolja
2 dl bulgur

Koka bulgur enligt anvisningen på förpackningen. Sätt ugnen på 225°. Skär laxen i 4 portionsbitar. Salta och peppra. Pensla ovansidan med smör-&rapsoolja och doppa i nöterna. Blanda grädd, rivet skal av citron, vitlök och ost i en ugnssäker form. Lägg i fisken. Tillaga i mitten av ugnen 10–15 min. Hyvla zucchini i tunna skivor och smaksätt med pressad saft av citron och olivolja. Servera laxen med bulgur och zucchini.



Hyvlad, lättkokt zucchini är ett fräscht alternativ till pasta.

Crème brulée med rårörda jordgubbar | 6 port

½ vaniljstång 4 äggulor
3 dl Arla Köket® 3 msk rårörsocker
vispgrädde
1 dl Arla® mjölk Till servering:
¾ dl strösocker rårörda jordgubbar

Dela vaniljstången på längden och skrapa ur fröna. Vispa ihop alla ingredienser utom råsockret i en bunke. Låt stå övertäckt i kyl minst 1 tim men helst över natten. Sätt ugnen på 100°. Sila blandningen och håll den i portionsformar. Baka i mitten av ugnen 50–60 min tills de stannar. Låt kallna. Sätt ugnen på grill. Strö råsocker på bruléerna och gratinera i övre delen av ugnen med öppen ugnslucka 1 min eller bränn av med brännare.

Knäck koden!
Söta jordgubbar tillsammans
med det knäckiga sockret och
vaniljsmaken... Fantastiskt!

Tips! Det blir såklart
gott även med andra
rårörda bär!





Från och med nu har alla produkter från Arla Ko® EKO netto noll klimatavtryck. Det betyder att alla utsläpp av växthusgaser kopplade till produkterna balanseras med insatser för att binda eller motverka utsläpp av koldioxid i motsvarande mängd. På så sätt blir totaleffekten på klimatet från just de produkterna noll. Detta är ett steg på vägen mot att alla våra produkter ska ha netto noll avtryck, allra senast 2045!



NYHET!

KESO® Cottage Cheese Vanilj

Nu kommer en efterlängtat smak som passar både stor och liten. Krämig och god vaniljsmak som är perfekt till frukost eller mellanmål. Toppa med vad du vill!

I butik från v.20



NY DESIGN
SAMMA SMAK

MATKANALEN AV ARLA®

Ni har väl inte missat Arlas matinspiration på YouTube? Matkanalen av Arla, plattformen där våra fantastiska kockar umgås med olika gäster och tillsammans lagar god mat på ett enkelt sätt.

KLARA LIND

NISSE HALLBERG

LISA ANCKARMAN



Syrad grädde

förhöjer smakerna och ger en ny fräschör till dina favoriträtter!



Tips! Syrad grädde och fisk är en grym kombination. Syran i grädden fungerar fint tillsammans med andra syrade ingredienser såsom vitt vin och tomatpuré.



Fiskgratäng med tomat, dill & potatispuré | 4 port

600 g rödspätta eller rödtunga
60 g purjolök
3 msk Arla® Svenskt Smör
1 msk tomatpuré
1 dl torrt vitt vin
3 dl Arla® syrad grädde
1 tsk majsstärkelse
1 tsk salt

Potatispuré:

750 g potatis
1 dl Arla® syrad grädde
1 dl vatten
2 msk Arla® Svenskt Smör
1 tsk salt
½ dl hackad färsk dill

Sätt ugnen på 200°. Strimla purjolöken och fräs den i en kastrull i hälften av smöret. Tillsätt tomatpurén och fräs ytterligare ca 1 min. Häll på vin och låt koka ihop ca 3 min. Tillsätt syrad grädde och majsstärkelse. Låt såsen sjuda ca 2 min. Tillsätt hälften av saltet. Vik fisken och lägg i en smord ugnssäker form. Strö över resten av saltet. Häll över såsen. Tillaga långt ner i ugnen ca 25 min tills fisken har en innertemperatur på 55–60°. Skala och koka potatisen mjuk. Värm den syrade grädden med vatten och smör. Vispa sönder potatisen och håll ner den syrade gräddblandningen och smaka av med salt. Strö över dillen. Servera fiskgratängen med potatispurén.

Enklaste chokladmoussen | 8 port

3 dl Arla® syrad grädde
150 g mjölkchoklad
chokladkulor

Värm den syrade grädden i en kastrull. Hacka chokladen och rör ner i den varma syrade grädden under omrörning. Mixa chokladsmeten slät med stavmixer. Låt stå i kyl, helst över natten. Vispa upp chokladmoussen och spritsa eller klicka i glas. Toppa med chokladkulor





MIX
Papper från
anvärsfulla källor
FSC® C084600



VARIERA DIN VARDAGSMAT!

Arla Köket® lätt crème fraiche
finns i åtta goda smaker.

Köttfärsås med grillade grönsaker | 4 port

- 400 g köttfärs
- ½ zucchini
- 3 dl purjolök, strimlad
- 2 msk Arla Köket® Smör-&rapolja
- ½ tsk salt
- 2 dl Arla Köket® lätt crème fraiche tomat & basilika
- 290 g grillad paprika i olja, strimlade
- 2 dl couscous

Koka couscous enligt anvisningen på förpackningen.
Skär zucchini i små tärningar. Häll av oljan från den grillade paprikan. Bryn färsen i smör-&rapolja i en traktörpanna. Tillsätt paprika, zucchini och purjolök. Fräs allt 4–5 min. Rör ner crème fraiche och koka ihop ca 3 min. Smaka av med salt. Servera med couscous och toppa ev med färsk timjan.



Fler recept & matinspiration på arla.se