

Alla rätter är lagade från grunden, **utan tillsatser eller konserveringsmedel**. Vi har förberett middagarna så långt som kvalitén tillåter. Vår ambition är att du ska ägna **högst 15 minuters aktiv tid** i köket, observera dock att vissa recept kräver lite längre tillagningstid i ugnen då du kan ägna dig åt annat.

Tänk på att förvara fisken långt in i kylan där det är kallast. Tag gärna fram alla ingredienser inför tillagning, respektive rätt är **färgkodad** för att förenkla. Många av våra rätter skall tillagas i ugn, tänk på att sätta på ugnen i god tid, så den hinner bli varm. Börja med det som tar längst tid och använd gärna termometer för bästa resultat. Lycka till!



### LINGUINIPASTA MED ÄLGRAGU, KARL-JOHANSVAMP, SPENAT OCH VÄSTERBOTTENOST

**Älgragu:** Värm i kastrull på spisen.

**Pasta:** Koka pastan i rikligt med saltat vatten (1,5 l vatten, 1 msk salt/100 gram pasta), ca 12 min. Häll av i durkslag, slå på en skvätt olivolja. Blanda med varm **älgragu, spenat** och strö över **ost**.

**Älgragu** älgfärs, lök, vittlök, karl-johansvamp, king-oystersvamp, buljong, vin, grädde, kryddor/**Ost** riven västerbottenost och prästost



### LAXPUDDING MED RIMMAD LAX, PEPPARROT OCH BRYNT SMÖR

Värm **laxpudding** i sin form 150°, ca 25 min.

**Sockerärter:** Koka i lättsaltat vatten 2-3 min. Häll av och slå ev lite god olivolja på.



**Smör:** Smält i kastrull på låg värme. (om du önskar brynt smör höj värmen och låt smöret koka någon minut).

Servera laxpudding med skivor av **rimmad lax, brynt smör, riven pepparrot** och **citronklyftor**.

**Laxpudding** potatis, rimmad lax och rökt lax, lök, ägg, mjölk, dill



### FLÄSKFILÉ MEDALJONGER I DRAGONSENAPSSÅS MED BROCCOLI OCH RIS

**Ris:** Mät upp 1 del ris+2 delar vatten+ salt. Koka upp vatten och ris, tillsätt salt. Låt koka under lock på låg värme tills allt vatten absorberats av riset (ca 10-15 min.).

**Fläskfilé** salta/peppra och stek medaljonger i lite smör eller olja på medelhög värme, ca 2 min vardera sidan. Häll ev av fett och tillsätt **dragonsenapssåsen**, låt puttra på låg värme ca 5-10 min, späd ev med vatten om för tjock.

**Broccoli** (skär i buketter). Koka i lättsaltat vatten 2-3 min.

**Fläskfilé** ligger i marinad olivolja, vinäger, dragon och vittlök/ **Dragonsenapssås** kalvfond, vitt vin, grädde, mjölk, dragon, senap, vinäger, maizena