

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!



### INGEFÄRS- OCH HONUNGSGLASERADE REVVEN MED ASIATISK KÅLSALLAD, KUMMINROSTAD POTATIS OCH LIMEYOGHURT

**Potatis:** Skär potatis i klyftor/skivor, krydda med **kumminsalt**, ringla över lite olivolja. Lägg på bakplåtspapper i långpanna (halva delen), rosta i 175° varm ugn ca 15 min. Hög därefter ugnen till 225°. **Ingefärs- och honungsglaserade revben.** Vänd runt i marinaden. Häll/lägg på i andra delen av långpannan. Grilla tillsammans med potatisen ca 15 min tills gyllenbruna, vänd runt revbenen efter halva tiden. **Kålsallad**, blanda med **dressing** och salta. Serveras med kall **lime yoghurt**.

**Revbenen** är mörkokade och marinerade i ingefära, honung, soja, vitlök, limeblad, spiskummin, chili. **Kålsallad** Kinakål, paksoy, spetskål, sticklök. **Dressing** rapsolja, limejuice, risvinsvinäger, sesamolja, sesamfrö, socker, kryddor. **Limeyoghurt** yoghurt, olivolja, lime



### RIMMAD LAX MED SOCKERÄRTOR, SPETSKÅL OCH PLOMMONTOMAT SAMT GRÄSLÖK- OCH CITRONSÅS, PRESSAD POTATIS

**Potatis:** Kokas i saltat vatten (1,5 msk till 1 l vatten) ca 20-25 min, halvera potatisen på längden om du har kort om tid så går det fortare. Botta med **sockerärter** och **spetskål** i en ugnsfast porslinsform. Lägg på laxen och fördela skivade **plommontomater** ovanpå, salta och peppra. Koka upp **gräslöks- och citronsås** och slå över fisk och grönsaker. Baka i ugn, 150° (innetemp 50°) ca 15 min. Servera med potatis som den är eller gärna pressad om du har potatispress hemma.

**Färs lax** portionsstyckad och benfri. Fisken är snabbrimmad socker, salt, dill. **Gräslöks- och citronsås** gräslök, citron, lök, vin, fiskbuljong, kryddor, mjölk, grädde.



### ITALIENSKA KÖTTBULLAR MED LINGUINIPASTA, KARLJOHANSVAMPSÅS OCH GRILLADE GRÖNSAKER

**Pasta:** Koka pastan i rikligt med saltat vatten (1,5 l vatten, 1msk salt/100 gram pasta), ca 10-11 min. Häll av i durkslag, slå på en skvätt olivolja. Värm **köttbullarna** i **Karljohansvampsåsen** späd ev med lite vatten om såsen blir för tjock. *Obs frikadellerna är tillagade, kan upplevas rosa i mitten, vilket beror på kalv- och nötköttets naturliga färg.* **Grillade grönsaker** värm försiktigt i sauteuse eller mikro (räcker med ljummet).

**Frikadeller** kalvfärs, nötfärs, parmesanost, lök, vitlök, kryddor, ströbröd, ägg. **Karljohansvampsås** kycklingbuljong, vitt vin, lök, vitlök, karljohansvamp, king oyster, kryddor, mjölk, grädde, maizena. **Grillade grönsaker** zucchini, aubergine, paprika, olivolja, vinäger, basilika, vitlök.

