

DUKAT BORD

med

RADIO NORD

DUKAT BORD MED RADIO NORD



DUKAT BORD

med

RADIO NORD

Redigerad av

Chris Wahlström

Roos FÖRLAG
VÄLLINGBY



Hallå alla matintresserade!

Den föreliggande presentationen av "Dukat bord med Radio Nord", som tillkommit tack vare vår stora lyssnarskara – cirka 3 miljoner inom Radio Nord's täckningsområde – hoppas vi och vår matmamma, Chris Wahlström, att Ni alla ska få stor glädje av. Och även om Radio Nord försvinner hoppas vi den kommer att förbli en erinran om oss, samtidigt som vi tror den kan vara både till nytta och hjälp för alla våra kulinariskt intresserade lyssnare.

Jack S. Kotschack

Jack S. Kotschack

Jack S. Kotschack

INNEHÅLL

Soppor

Blandsoppa	12
Glad soppa	10
Grönkålssoppa	12
Läcker vardagsoppa	10
Löksoppa I	11
Löksoppa II	11
Morotssoppa	13
Ostsoppa	14
Oxsvanssoppa	11
Potatissoppa	10
Purjolöksoppa	9
Solskenssoppa	14
Soppa Porto Rico	13
Tisdagsoppa	9
Tomatsoppa	13
Vintersoppa	9
Vitlöksoppa	12

Fiskrätter

Bon Joursläda	21
Bon Joursill	19
Böckling- och tomatlåda	34
Curryströmming med kantareller	21
Curryål på Chilesätt	42
Den bästa fiskgratängen	28
Elizas torsk	24
Festlig fiskgratin med räkor	28
Fiskalådab	31
Fisk a la Gunhild	32
Fiskgratin	41
Fiskgratäng a la Gerald	27
Fiskgryta	34
Fisk i form	27
Fisk i mornaysås	31
Fiskpudding	39
Fiskpudding på kall kokt fisk	40
Fisk på göteborgsviis	29
Färsk strömming med legymer	21
Goda lådan	35
Gott på fiskrester	37
Gratinerad fisk med champignoner	27
Gratinerad kolja a la Karin	38
Gratinerad spätta med potatismos	33
Hamburgergädda	36
Härliga fiskbiffar	35
Inkokt småsill	20
Kalasgod fiskgratäng	25
Kall fiskrätt m grönsaksremoulad	41
Kall kalasfisk med citronsås	40
Kavaljersläda	30
Kokta fiskfiléer på tomatbotten	31
Kokt gädda med grönsaker och pepparrotsgrädde	36
Kolja med champignoner	38
Kräftströmming	23
Laxöring i form	37
Läcker fiskfat	32
Makrill i form	30
Margaretas gratinerade fiskfiléer	29
Min goda fiskgratäng	39
Min goda fiskrätt	28
Min godaste sommarsill	19
Min sillgratäng	20
Min strömmingslåda	22
Namnlös fisk	29
Onigara-Yaki (Japansk skaldjursrätt)	40
Pepparrotsgatinerad fisk m ärter	39
Sillpudding med risgryn	20
Sjötungsfiléer	37
Smögenmakrill	30
Spättafilé med skaldjursås	33
Stekt rödspätta med gourmetsmör	32

Stekt torsk med orientalisk sås	25
Strömmingslåda I	22
Strömmingslåda II	23
Studentsill	19
Stuvade fiskbullar med grönsaker	35
Tomatfylld gösfilé	38
Torsk a la Lolo	26
Torsk a l'anglaise	25
Torsk med champignoner	23
Torsk med hummersmak	24
Torskromslåda	34
Ugnstekt strömming med kräftsak	22
Ugnstekt torsk med kräftsak	26
Ugnstekt ål	42
Varvad fiskgryta	24
Vita fisken	26

Köttätter

Agnes goda köttätt	74
Bami	58
Bebotee (Malajisk lammkotlett)	69
Brittas köttgryta	63
Champignonfylld fläskhare	71
Delikatesskyckling	75
Delikatessköttbullar	51
En god och enkel köttätt	49
Enkel middagsgryta	60
Falsa kycklinglår	48
Falsk gås	56
Falugryta	60
Falukorv special	53
Festliga fläskkotletter	56
Fläskfilé med champignoner	57
Fläsk i gryta	61
Fläskkorvsgryta	59
Fläsk- och njurgryta	63
Fransk fläskfilé med oliver	71
Frukostkorv i öl	52
God levergryta	66
Gratinerad fläskkorv	55
Gretas fläskfilé	70
Griljerat kött	76
Grönt potatismos med köttbullar	51
Guns goda frukostkorv	53
Hedvigs Wienergulasch	64
Helstekt lunchkorv med lökmos	54
Hönsstuvning	76
Indisk köttätt	62
Italiensk gryta	62
Italiensk köttås	47
Kalvbullar	48
Kalvfrikassé med svamp	73
Kalvlärs- och blomkålspudding	49
Kalvgryta med tomatris	65
Kalvragu	72
Karins goda köttstuvning	58
Kokt rimmad oxbringa m kålrötter	73
Korv a la Roland	53
Korv i löktomat	52
Korvragu i maccaronirand	51
Kycklinggryta	75
Kycklinggryta med champignoner	75
Käldolmar	57
Köttfärslimpa i ugn	48
Kött med curry	72
Köttätt a la Stella Polaris	70
Lammkotlett a la Turk	69
Lammstek a la Midi	68
Lasses frukostkorv	53
Leverfärs	65
Lever med äppelmos	66
Liverschnitzel på risbädd	67
Lies köttätt	49
Lättjord och god paprikagryta	63

Malda kalvbiffar	47
Malda leverbiffar	66
Margits köttgryta	64
Mariannes kycklinggryta	74
Min fina kotlettgryta	61
Mormors lever	67
Nelson-biffar – En rätt i tryckkokaren	73
Njurgryta med äggröra	68
Någons goda köttbullar	50
Nästan som gås	56
Ostpaj med bacon	58
Ostspäckad falukorv	52
Oxrulader	74
Pappas låda	59
Persiljespäckad köttfärs	50
Persisk lammkotlett	69
Pielé på lamm	67
Prinskorv på herrvis	54
Revbensspjäll som gås	70
Risgryta	64
Risotto med korv	54
Rispilaff	76
Russebiffar	47
Rydbergspanna	59
Schweizergryta	61
Senapspanerad fläskhare	71
Skinka a la Karin	55
Skinka Bon Jour	55
Snabbgryta	60
Sparrisgratinerad kalv	72
Söndagsgryta	62
Taskebaba (Turkisk köttgryta)	65
Tvärtom	50
Ugnbakad kasseler	57

Efterrätter

Ananasfromage	89
Ananaspudding	90
Apelsinsoppa	81
Barnens älsklingsefterrätt	83
Biscuit Torton	82
Brylépudding	85
Citronsoppa	81
Fasters äppelkaka	87
Fikon i apelsinsås	85
Flarnefterrätt	84
Fruktpudding	90
Fruksallad i citronskum	82
Gretas banandessert	83
Gräddkrans med persikor	85
Isla Flotante (Flytande ö)	82
Jordgubbsdröm	81
Mariannes pannkaka med frukttärningar ..	88
Mina bästa våfflor m banankräm	88
Nyponpudding	89
Persikopaj	86
Rabarberpaj	89
Solstugans efterrätt	86
Söndagsruta med frukt	84
Tårta de banana från Brasilien	84
Valnötspannkaka	88
Äppelkaka i långpanna	87
Äppelkaka made in USA	87
Äpple m ris, maräng och vaniljsås	86
Ätliga flugsvampar	83

Vickningsrätter

Alice omelett	112
Ann-Maries skinka med sparris	105
Ansjovislåda	97
Bacon med musslor	104
Blomkål med räkstuvning	110
Brittas varma smörgås	116
Brittas vickningsrätt	98
Broccoli a la Inger	102
Böcklinglåda I	97

Böcklinglåda II	97
Böcklingsallad	113
Champignonsmörgås	116
Christidstårta	122
Crepes med leverpastej och fläsk	102
Crepes sos	95
Croque monsieur	120
En god skinklåda	105
En vickningsrätt i herrsmak	96
Evas gratinerade långfranska	122
Evas räksallad	109
Exotisk omelett	112
Fläskfilé med champignoner	108
Fruktomelett	113
Fylld långfranska a la Ulla-Stina	121
Fyllt långfranska	121
God gratäng	109
God korvrätt	103
Gratinerad broccoli i ostsås	102
Gratinerade fyllida lökar med chili- eller tomatsås	100
Gratinerade sardiner med ris	98
Gratinerad skinksmörgås	118
Gratinerad smörgås a la Iris	117
Gratinerad smörgås med ål	118
Gratinerad svampsmörgås	117
Hackis på oxstek	108
Höns- eller kycklingsallad	114
Jättegod kall rätt	115
Kall potatissallad	111
Korv Mexicaine	103
Kvickkvick	96
Liten supérrätt	98
Lördagsgott	109
Lördagsgott	111
Lördagsgott för fyra	111
Majkens äggstuvning med skinka	106
Min goda smörgås	119
Min speciella sillgratin	95
Ostgratinerad godbit	117
Paprikagryta	107
Parisersmörgås	120
Pians kvällsrätt	101
Pilsnerkorvlåda	104
Purjolöklåda med skinka	101
Radio Nordsmörgåsar	115
Restpiff	107
Ris med stuvning	108
Rullad strömming i ägglåda	99
Räkburgare	116
Salladsskepp med kaviar-piff	114
Senapsströmming	99
Sill a la Gustaf	96
Silllåda i ugn	95
Sim sala bim	104
Skaldjurssallad	110
Skinkbananer	106
Skinkgratinerad purjolök	101
Skinkstuvning	106
Strömmingslåda m inkokt lax eller skaldjur	99
Succépizza	122
Svampbröd	121
Svennes varma smörgås	115
Tomatkorv	104
Tonfisksallad I	113
Tonfisksallad II	114
Ugnstekt makrillflundra	100
Ungersk äggröra	112
Variation på varm korv	103
Varm smörgås	118
Varm smörgås m kräftsmak	119
Varm smörgås m spenat och räkor	118
Varma smörgåsar	119
Vickningsdelikatess	120
Ägg a la Oscar	110
Ägg finess	105
Äggkaka med varmrokt sidfläsk och lingon	112
Ägg och skinka på nytt sätt	107
Ägg på spenatbädd	100

Mjuka kakor

Apelsinkaka	133
Banankaka	133
Björnkaka	129
Brun pepparkaka	134
Chokladglaserad kokoskrans	134
Chokladkaka	137
Christina-kakan	133
Danska bullar	127
Dansk kaka i bitar	139
Doktors söndagskaka	131
Drömkaka	136
Fin sandkaka med fruktdekor	136
Frestelser	129
God mazarinkaka	131
Grön rulltårta	139
Halvmånar	141
Hastkaka	127
Havrebakelser	140
Havregrynsmazariner	140
Ingrids goda tårta	137
Ischoklad med apelsinsmak	139
Jätte-rulltårta	138
Kaffegifflar	128
Kalasmuffins	128
Konjaskaka	130
Kryddrulle	138
Kungens tårta I	132
Kungens tårta II	132
Mandarintårta	134
Mormors mandelkaka	129
Mördegstårta	131
Negertårta	137
Nötkaka	135
Nötkrans	135
Nötmazariner	140

Nötrulltårta med vispgrädde	138
Petits-Choux-tårta med ost	127
Punchkaka	130
Radio Nordkaka	130
Regnbågskuber	141
Ullas nötkaka	135
Osterrikiska gifflar	128

Kakor

Anitas mandelkakor	151
Bryggor	155
Bästa pepparkakor	150
Chokladkakor	149
Cornflakeskakor	150
Fyllida kokossnitt	152
Hallonrutor	149
Herrskapskakor	147
Irmors favoriter	154
Knäckkakor	151
Kubbar	155
Ljusa drömmar	147
Mammas läckra spritskransar	154
Mandelflarn	153
Mandel-midjor	148
Marstrandskex	148
Mormors mandelformar	148
Mors goda ringar	153
Munkar	150
Möraste spritsarna	152
Russinkakor	147
Sirapsstänger	152
Skurna chokladkakor	149
Smältande ögonblick	153
Stenbykakor	155
Toscatårta	151
Treväppling	154



SOPPOR

PURJOLÖKSSOPPA

4 purjolökar	1 1/2 hg fläsk
8 potatisar	persilja
4 små gula lökar	salt
1 1/2 l buljong (gärna på tärn.)	vitpepparkorn

Purjolöken, den gula löken och fläsket skäres i strimlor och fräses i smör under lock ca 10 min utan att få färg. Slå på den kokande buljongen och lägg i potatisen som skurits i små tärningar. Koka tills potatisen mosar sig. Tillsätt salt och några vitpepparkorn och låt soppan koka tills den blir simmig.

Strö hackad persilja över.

Insänt av: Fru Mary Carlsson, Lundby Säteri, HALLSTA

VINTERSOPPA

1 stor gul lök	1 l vatten
2 msk margarin	salt, vitpepparkorn
1/2 hg vitkål	finklippt persilja och
6 stora potatisar	purjolök
250 gr falukorv	ev 2 msk tomatpuré

Hacka löken fint och bryn lätt i margarin. Skär vitkålen i strimlor och potatis och falukorv i bitar. Koka i 1 l vatten ca 1 tim. Salta och peppra. 2 msk tomatpuré kan tillsättas om så önskas. Strö rikligt med finklippt persilja och purjolök över soppan.

Servera ostsmörgås till.

Insänt av: Fru Birgit Karlsson, Ektorpe, BJÖRNLUNDA

TISDAGSSOPPA

2 msk korngryn	1 bit rotselleri
1 1/2-2 l vatten el. buljong	1 purjolök
1 liten kålrot	2-3 potatisar
4 morötter	salt, vitpeppar
1 liten palsternacka	hackad persilja

Beredes som vanlig grönsakssoppa.

Om så önskas kan 2-3 dl gräddmjölk tillsättas.

Insänt av: Fru Iris Bergman, Bålinge, TYSTBERGA

GLAD SOPPA

1 msk margarin
1 purjolök
2 gröna paprikor
1 gul paprika

1 röd paprika
4-5 medelstora potatisar
1/4 l buljong
salt, vitpeppar och persilja

Smält margarinet i en kastrull. Klipp purjolök och paprika i ringar, skär potatisen i skivor. Koka 15-20 min. Häll i buljong och smaksätt med salt, vitpeppar och klippt persilja.

Insänt av: Fru Viola Kimmesjö, Smålandsgatan 22, NORRKÖPING

LÄCKER VARDAGSSOPPA

1 litet pkt djupfrost spenat
1 brk jordärtskockspuré
1 stor buljongtärning
9 dl vatten

2 msk margarin
2 msk vetemjöl
salt, 4 kryddor
äggklyftor till garnering

Fräs margarin och mjöl, späd med buljongen och låt redningen koka 5 min. Tillsätt den otinade spenaten och jordärtskockspurén. Låt soppan få ett uppkok och smaksätt den.

Garnera med äggklyftor.

Insänt av: Fru Inga Thörn, Pl 340 B, Villavägen, RUDA

POTATISSOPPA

1/2 kg potatis
1 purjolök
1 stor morot
2 dl ärter
1 1/2 l vatten

1 1/2 tsk salt
1 buljongtärning
1 msk margarin
2 msk vetemjöl
1 msk klippt persilja

Skär potatisen i bitar och purjolök och morot i tunna skivor och lägg alltsammans i kokande saltat vatten. Koka långsamt i ca 30 min. Slå upp spadet och lägg grönsakerna på ett fat. Fräs margarin och mjöl i kastrullen och späd med grönsaksspadet litet i taget tills allt är tillsatt. Lägg ner grönsakerna i soppan tillsammans med buljongtärningen, ärter och persilja.

Insänt av: Fru Anne-Marie Kedvik, Grimstagatan 151, VALLINGBY

LÖKSOPPA I

2 stora port. lökar
2 1/2 msk margarin
3 msk mjöl

1-1 1/4 l vatten
salt, vitpeppar och paprika
riven ost ca 2 msk i soppskålen

Skär löken i skivor och bryn lätt i margarin. Strö mjöl över och rör om. Späd med vatten litet i taget. Mellan varje spädning kokas soppan upp och skall se slät och jämn ut. Endast 1 l. av vattnet tillsättes från början. Koka ca 20 min. Avsmaka med kryddorna och späd ytterligare om så behövs, men soppan skall vara ganska simmig. Sila upp över osten i soppskålen, och låt den stå och dra ett par minuter.

Insänt av: Fr Eva Kantsjö, Bjursätragatan 81, BANDHAGEN

LÖKSOPPA II

6 gula lökar (1/2 kg)
2-3 msk margarin
2 msk vetemjöl
1 1/4 l buljong (tärningar)

1 lagerblad
salt, vitpeppar
(vitt bröd, riven ost)

Skär löken i skivor och bryn den i margarin tills den fått vacker ljusbrun färg. Dofta över mjölet och rör om. Späd med buljong, tillsätt kryddor och låt soppan koka ca 15 min.

Eventuellt kan soppan serveras med rostade brödtärningar och riven ost, som strös över soppan i grytan eller i en eldfast soppskål.

Gratineras i ugn (275°) ca 10 min.

Insänt av: Fr Vanja Petersson, Albrektsvägen 127 A, NORRKÖPING

OXSVANSSOPPA

1 oxsvans
1 purjolök
2 morötter
1 palsternacka
1 gul lök
1 bit selleri

1/2 msk salt
3 vitpepparkorn
3 kryddpepparkorn
2 msk margarin
2 l vatten
Ev. 2 msk sherry el madeira

Skölj oxsvansen väl och dela den i mindre bitar, som brynes i margarin. Mot slutet av bryningen lägges de ansade grönsakerna och får bryna med. Häll på vatten, salt och kryddor och låt alltsammans koka sakta under lock 1 1/2-2 tim eller tills köttet är så mört att det kan lossas från benen. Tag upp köttet och sila buljongen. Gör en redning av potatismjöl i litet kallt vatten och vispa ned buljongen och låt den koka upp. Smaksätt ev med 2 msk sherry eller madeira. Servera soppan med köttet, som skurits från benen.

Insänt av: Fr Eva Kantsjö, Bjursätragatan 81, nb, BANDHAGEN

GRÖNKÅLSSOPPA

1 pkt djupfrost grönkål
1-1 1/4 l buljong
2 msk vetemjöl

1 dl vatten
salt, vitpeppar (körvel)

Gör en redning av mjölet och vattnet. Koka upp buljongen och häll i redningen. Tillsätt kålen och koka 5 min. Krydda och avsmaka.

Servera soppan med äggklyftor eller frikadeller.

Insänt av: Fru Doris Lagander, Minsjö, V:a HUSBY

BLANDSOPPA

2 burkar tomatsoppa
2 burkar champignonsoppa
3-5 dl vispgrädde

3 hg champignoner
3-5 hg räkor
sherry, ev salt och peppar

Sopporna blandas och värmes. Vispa i grädde, champignoner som frästs upp i smör och sist räkor. Smaksätt med sherry och ev salt och peppar. Soppan bör ej koka sedan räkorna tillsatts.

Insänt av: Fru Birgit Englund, Algövägen 11, SALTSJOBADEN

VITLÖKSSOPPA

2 dl vatten
3 msk matolja

4 klyftor vitlök (tunna)
salt

Koka upp vatten och skär i vitlöksklyftorna. Slå i matoljan och salta efter smak. Låt spadet koka några minuter.

Att doppa 2-3 cm tjocka skivor av långfranska i spadet är mycket gott.

Insänt av: Fr Lilly Hoas, Andrégatan 16, VISBY 5

SOPPA PORTO RICO

100 gr margarin
2 msk finhackad persilja
1 msk finhackad lök
½ msk finhackad vitlök
30 gr morot
30 gr palsternacka

30 gr selleri
1 tsk ättika
250 gr lambringa
buljong
cayennepeppar

Morot, palsternacka och selleri skivas tunt och brynes tillsammans med persilja och lök lätt i margarin. Tillsätt peppar, ättika och köttet som skurits i tärningar. Häll på buljong och koka sakta tills köttet är mört.

Insänt av: Fru Dahlström, Jutvreten, SUNDSVIK

MOROTSSOPPA

4 medelstora morötter
1 l vatten eller
½ l gräddmjölk och

½ l vatten
1 buljongtärning
salt, peppar

Morötterna rives och kokas 10 min i ½ l vatten, buljongtärningen och ½ l vatten eller mjölk tillsättes. Salta och peppra efter smak. Soppan kan även göras fylligare med en lätt redning.

Klipp rikligt med persilja i den färdigkokta soppan.

Insänt av: Fru Elvy Molin, Järnmalmsvägen 1, BROMMA

TOMATSOPPA

1 burk tomatsoppa
1 burk tomatjuice
2 burkar vatten

2 rårivna potatisar
ev gräslök
tjock grädde

Blanda tomatsoppa, juice, potatis, vatten och ev gräslök. Låt detta koka tills potatisen är mjuk. Red av soppan vid serveringen med litet tjock vispad grädde.

Insänt av: Fru Doris Karsinger

SOLSKENSSOPPA

1 1/2 l buljong
125 gr ris

2 ägg
1/2 citron

Koka upp buljongen. Tillsätt riset och låt det hela småkoka ca 17 min. Vispa äggen och citronsaften och häll den heta soppan över under kraftig vispning.

Insänt av: Fru Britta Flycht, Kungsgatan 25, NYKÖPING

OSTSOPPA

1 stor gul lök (100 gr)
2 dl riven ost
2 msk margarin
1 l buljong el 1 l vatten + 4
buljongtärn. gärna av hönstyp

2 1/2 msk mjöl
(salt) vitpeppar
paprika
1 äggula
grädde

Löken hackas fint eller rives på råkostjärn. Smält smör i en kastrull och tillsätt lök och ost. Rör tills osten smält. Värmen får inte vara för stark och ingredienserna får inte ta någon färg. Strö över mjöl och rör om och späd med litet i taget av vätskan. Användes buljongtärningar lägges de i mot slutet av kokningen, annars förlorar de en del av sin arom. Soppan kokas sakta i ca 10 min. Smaka av med kryddorna. Salta knappast. Gula och grädde blandas i soppskålen och soppan hälls över under vispning.

Insänt av: Fr Eva Kantsjö, Bjursåtrågatan 81, BANDHAGEN



FISKRÄTTER

BON JOURSILL

2 salta sillar
2 äggulor
salt, svartpeppar

senap
finhackad lök el
picklesgurka

Sillarna flås och filéas och lägges i vatten eller mjölk över natten, upptages därefter och torkas. Skär sillarna i fina strimlor och lägg upp dem på ett fat. Gör en sås av äggulorna som vispas med salt, nymalen svartpeppar och senap. Tillsätt fint hackad lök, salt eller picklesgurka och slås såsen över sillen.

Insänt av: Herr Einar Hultberg, Stralsundsgatan 10, ENSKEDE

STUDENTSILL

2 salta sillar
1 dl matättika
1 dl vatten

3 msk socker
2 msk hackad dill
50 g margarin

Sillarna urtages, flås och urbenas noga, varefter de lägges i skummjolk över natten. Sillarna klappas in i duk, skäres sedan i centimeterstora bitar, som varvas med dillen i en smord form. Ättika, vatten och socker blandas och avsmakas och slås över sillen. Smöret fördelas i flockar ovanpå och formen sättes in i ugn i 225° värme ca 15 min.

Insänt av: Fru Ingegärd Larsson, Box 48, VAGNHÄRAD

MIN GODASTE SOMMARSILL

4 filéer fladensill
4 hårdkokta ägg
1 hg smör el margarin

1 stor röd lök
40-50 g dill

Rensa sillen och vattna ur den. Flå och filéa sillen och skär den i smala jämna bitar. Lägg den så den ser hel ut i en smord eldfast form. Skala och skär löken i tärningar och strö över sillen. Bred sedan på finklippt dill och lägg margarin i klickar ovanpå. Sätts in i medelgod ugnsvärme tills sillen blivit varm och smöret smält. Strö över hackat ägg före serveringen.

Insänt av: Fru Solveig Gunnarsson, Vendelsövägen 14, TROLLBÄCKEN

INKOKT SMÅSILL

3/4 kg småsill
1 tsk salt
lag: 4 dl vatten
4 msk bordsättika
1 tsk salt

8 vitpepparkorn
5 kryddpepparkorn
1/2 lagerblad
ett par dillkvistar
garnering: dill och tomater

Rensa och skölj fiskarna och tag bort ryggbenet. Gnid sillen med salt och strö litet klippt dill på insidan. Koka lagen. Rulla samman sillarna och lägg dem tätt intill varandra i en tjockbottnad kastrull. Slå över den heta lagen. Lägg på ett lock och låt sillen koka sakta på svag värme ca 5 min. Låt den svalna i kastrullen i sitt spad. Lägg upp den i karott och slå över det silade spadet.

Garnera med dill och tomater.

Insänt av: Herr Mats Dahlgren, Stora Sköndals sjukhus, avd 2, FARSTA

MIN SILLGRATÄNG

1 1/2 l potatis
2 islandssillar
1 kkp finhackad lök
15 g smör

3 dl tunn grädde el gräddmjölk
ev salt
vitpeppar
ströbröd

Potatisen skalas och skäres i ganska fina strimlor. Sillen, som skall vara vattenlagd ett dygn, göres benfri och skäres i smala strimlor. En eldfast form smörjes, en tredjedel av potatisen lägges i samt hälften av sillen och löken, därefter en tredjedel av potatisen samt resten av sillen och löken och sista varvet potatis. Strö vitpeppar och eventuellt salt mellan varven. Strö till sist ströbröd över och häll på grädden. Rätten bör helst stå ett par timmar, varefter den insättes i medelvarm ugn, 200°, 3/4-1 tim.

Insänt av: Fru Ellen Lindholm, Vendelsövägen 14, TROLLBÄCKEN

SILLPUDDING MED RISGRYN

1 1/2 kkp risgryn
4 1/2 kkp vatten
mjök
2 ägg

riven muskotnöt
2 salta sillar
smält smör
rivebröd

Koka risgrynen i vatten och något mjök. Låt kallna. Blanda i ägg och krydda med muskotnöt. Dela de urvattnade och rensade sillarna i lagom stora bitar. Doppa dem i smält smör och rivebröd. Varva dem med riset i väl smord och bröad form. Sätt in i ugn ca 45 min.

Insänt av: Herr Kurt Levi-Carlsson, KÄTTINGE

BON JOURLÅDA

stor saltströmming
finhackad dill
vinäger

ströbröd
smör

Fet stor saltströmming rensas och sköljes väl en stund under rinnande vatten. Strömmingen får rinna av och torkas väl och lägges i en smord eldfast form. Ovanpå strös finhackad dill och litet vinäger tillsättes. Ströbröd och smörklickar strös över och lådan sättes in i ugnen att få färg.

Insänt av: Herr Einar Hultberg, Stralsundsgatan 10, ENSKEDE

FÄRSK STRÖMMING MED LEGYMER

6-9 strömmingar
2 msk smör
1 stor morot
1 liten palsternacka
1/4 kålrabi
6 potatisar

1 lök
3 msk mjöl
2 msk salt
1 tsk vitpeppar
3 kkp vatten

Smöret lägges i en vattensköljd gryta och därpå ett lager av grönsaker. Ovanpå grönsakerna ett lager strömmingar skurna i fyra delar och sist ett lager grönsaker. Mjöl, salt och vitpeppar strös mellan och sist påspädes vatten. Låt grytan koka över svag värme tills grönsakerna är mjuka.

Strö hackad persilja över och servera.

Insänt av: Fru Emmy Gustavsson, Hugelsta gård, ESKILSTUNA

CURRYSTRÖMMING MED KANTARELLER

kantareller
strömming
salt, peppar
1 ägg

rågmjöl el vetemjöl
1 gul lök
curry
grädde

Rensa och skölj strömmingen och låt den rinna av ordentligt. Salta och peppra och vänd den i uppvispat ägg och därefter rågmjöl. Stek fisken vackert brun och lägg den i en form. Bryn förvällda kantareller i litet smör tillsammans med hackad lök och dofta currypulver över. Strö svampen över fisken och håll sedan grädde på så att den nästan täcker alltsammans och låt det puttra några minuter. Servera potatis eller potatismos.

Insänt av: Fru Anita Svensson, Dansäter, SODERKÖPING

UGNSTEKT STRÖMMING MED KRÄFTSMÅK

1 kg strömming
dill
tomatsås

smör el margarin
ströbröd

Strömmingen rensas och sköljes väl. Lägg dill på strömmingens rygg och rulla ihop, så att köttet kommer utåt. Lägg fisken i en väl smord form och häll tomatsås över och strö till sist ströbröd över. Grädda i medelvarm ugn, 200°.

Insänt av: Herr Arne Eriksson, Skolvägen 9 A, ÅKERSBERGA

MIN STRÖMMINGSLÅDA

14-16 strömmingar
2 tsk riven pepparrot
1/2 tsk salt
1/2 msk smör el margarin

1-1 1/2 dl tomatketchup
1/2 dl tunn el tjock grädde
2 msk hackad gul lök

Strömmingen rensas, benas ur och sköljes, får rinna av och lägges upp på ett skärbräde med utsidan nedåt. En liten klick pepparrot placeras på varje filé, som rullas ihop hårt och placeras i en smord eldfast form. Fisken saltas, grädden hälls på och därefter tomatketchup. Till sist strös fint hackad gul lök över, och alltsammans får puttra i ugnen ca 20 min.

Insänt av: Fru Lisbeth Berndtsson, Skiftesgången 9, NORRKÖPING

STRÖMMINGSLÅDA I

1/2-1 kg strömming
kaviar
tomatketchup
ost

1-2 lökar
margarin
1 dl kokande vatten

På den rensade strömmingen spritsas kaviar, strömmingen rullas ihop och lägges i en smord eldfast form. Fisken täckes med tomatketchup och över ostskivor. Skär löken i skivor och lägg dem över osten. Klicka margarin över och sätt in i ugnen. När fisken är nästan färdig spädes med kokande vatten.

Insänt av: Fru Ingrid Larsön, Pl 258, SILVERDALEN

STRÖMMINGSLÅDA II

1/2 kg strömming (15 st)
kaviar, dill el ansjovis

1 msk smör
1/2 msk ströbröd

Strömmingen rensas, sköljes och urbenas samt får rinna av. Kaviar och dill eller ansjovis lägges i varje strömming. Dessa rullas eller lägges ihop och placeras i en smord form. Ströbrödet strös över, smöret lägges på i klickar och formen sättes in i ordinär ugnsvärme, 250°, ca 20–25 min.

Insänt av: Fr Kerstin Bergström, c/o F Johansson, Kungsgatan 5, LINKÖPING

KRÄFTSTRÖMMING

1/2 kg strömming
3–4 tomater
1 knippa dill
några dillkronor el dillfrön

1 1/2 msk margarin
1 tsk salt
1 knivsudd vitpeppar

Strömmingen rensas och rullas ihop med en liten dillkvist och lägges i en eldfast form eller gryta. Tomaterna i skivor lägges ovanpå samt dillkronor, margarin och kryddor. Koka fisken 8–10 min och låt den kallna i spadet. Serveras med nykokt potatis.

Insänt av: Fröken Marie-Louise Thisell, Skogsvägen 41, NYKÖPING

TORSK MED CHAMPIGNONER

1/2 kg torskfilé
salt, peppar
smör
1 burk champignonsoppa

riven ost
tomater
persilja

Torskfilén lägges i en väl smord form och saltas och peppras. Några smörklickar lägges över och filén sättes in i ugnen. När den nästan är färdig slås champignonsoppa över och riven ost strös på och får stå ytterligare en stund i ugnen. Garnera med tomater och persilja.

Insänt av: Fru Elin Lindborg, Hästhagsvägen 2 B, GUSTAVSBERG

ELIZAS TORSK

1 stort paket djupfrost torsk
1 lök
4 msk tomatpuré
3 msk margarin

salt, vitpeppar
persilja
1 dl vatten

Smörj en eldfast gryta. Skär det något upptinade fiskblocket i fyra bitar, salta och peppra och lägg dem i grytan. Skiva sedan på löken och häll över tomatpurén. Slå till sist över vattnet. Låt fisken sakta koka i ca 20 min. Servera direkt ur grytan med rikligt med klippt persilja över.

Insänt av: Fru Elise Björk, Hägerstensvägen 103, HÄGERSTEN

TORSK MED HUMMERSMAK

1 paket djupfrost torsk
dill

tomatsås

Salta fisken lätt, lägg den i en gryta tillsammans med dill. Tillsätt tomatås och låt fisken sakta koka upp och sedan sjuda. Låt fisken kallna i spadet. Sila sedan av det. Servera fisken kall med majonnäs, ris och gröna ärter.

Insänt av: Fru Carina Sandwall, Gärdesvägen 12, STRÅNGNÄS

VARVAD FISKGRYTA

1 paket djupfrost torskfilé
salt
1 knippa dill el 1 paket djupfrost

2 purjolökar
4 tomater
2 msk margarin el smör

Skär fisken otinad i cm-tjocka skivor. Skiva tomater och purjolök och klipp dillen. Lägg några klickar smör i botten på en kastrull och varva sedan fisk, tomater, lök och dill. Salta på varje fisklager. Låt fiskgrytan puttra sakta under lock ca 20 min.

Insänt av: Fru Jane Sahlberg, Tunholmsvägen 13, MARIESTAD

KALASGOD FISKGRATÄNG

1 stort paket djupfrost torskfilé
1 tsk salt
2 äggvitor

3 msk majonnäs
2 msk riven pepparrot
2-3 msk riven ost

Skär det djupfrysta fiskblocket i fyrkantiga bitar 2-3 cm stora. Lägg fisken i en smord eldfast form. Strö över saltet. Vispa äggvitorna till hårt skum, blanda försiktigt ner majonäsen och smaka av med pepparrot. Bred såsen över fisken, strö på osten och gratinera i medelvarm ugn, 225°, ca 30 min.

Insänt av: Fru Elin Lindborg, Hästhagsvägen 2 B, GUSTAVSBERG

STEKT TORSK MED ORIENTALISK SÅS

1 paket djupfrost torsk
1 msk utspädd ättika
1 msk salt
ströbröd
2 msk tomatketchup

1 dl tjock grädde
saften av 1/2 citron
cayennepeppar
persilja
smör

Dela fisken i 8 bitar. Blanda salt och ättika och doppa bitarna i och vänd dem därefter i ströbröd. Stek fiskbitarna vackert bruna och lägg upp dem på ett varmt serveringsfat. Koka ihop tomatketchup, tjock grädde, citronsaft och en doft cayennepeppar i stekpannan och håll över fisken. Garnera med persilja och smör rullat i kulor.

Insänt av: Fru Inga Hellström, Storgatan 8, VÄSTERVIK

TORSK A L'ANGLAISE

2 kg torsk
1/2 citron
vitpeppar

salt
1/2 l fiskbuljong
smör

Fisken ansas och skäres ut i filéer, varvid skinnet avlägsnas. Filéerna penslas med skirat smör och beströs med salt, och vitpeppar och saften av den halva citronen hälls över. Filéerna rullas därefter ihop, den ena utanpå den andra, och hela rulladen bindes om med ett snöre. Den lägges på ett smort eldfast fat eller i en liten långpanna. Fiskbuljongen hälls över fisken och den sättes in i het ugn att stekas, ca 20-30 min. och öses ofta. Serveras med en krans av kokt småpotatis runt om och överhälls med smör och beströs med klippt persilja.

Insänt av: Fru Jenny Marjanen, Jomala gård, Mariehamn, ÅLAND

VITA FISKEN

1 kg torsk
1 citron
salt, socker

ströbröd
margarin
mjölk

Rensa och skölj fisken, salta inuti och utanpå och låt den ligga en stund. Spruta citron inuti fisken och dofta över litet socker. Strö över fisken med skorpasmulor och spruta därefter citron över samt dofta över litet socker. Lägg fisken i en smord långpanna och sätt in i ugnen i 225° värme. Ös fisken med fett och när den börjar bli brun spädes med mjölken och öses med den ofta. När fisken är genomstekt och har fått vacker färg, tages den upp och sås göres av skyn, som redes med vetemjöl utrört i kallt vatten. Färga såsen med soya så den får en vacker ljusbrun färg och salta något. Servera fisken med jordärtskockor och ev potatis.

Insänt av: Fru Ingrid Löwne, Vintrosagatan 50, HAGSÄTRA

UGNSTEKT TORSK MED KRÄFTSMÅK

1 paket djupfrost torsk
2 msk orökt kaviar
1 dl grädde

finklippt dill
ströbröd
smör el margarin

Torsken skäres i 2 cm tjocka skivor, medan den ännu är djupfrost. Lägg skivorna i en smord eldfast form och klicka litet smör eller margarin på. Blanda kaviar, grädde och dill och slå över, samt strö till sist ströbröd över alltsammans. Stek i medelvarm ugn, 200°, tills fisken är genomstekt.

Insänt av: Fru Maud Eriksson, Skolvägen 9 a, AKERSBERGA

TORSK A LA LOLO

1/2 kg djupfrost torsk
1 stor knippa dill
1 dl tjock grädde

1/2 dl tomatketchup
4 tomater

Smörj en eldfast form, lägg ut torsken i botten på formen, lägg därefter på dillen. Salta och täck torsken med tomatkivor. Rör ihop grädde och tomatketchup och slå detta över. Grädda ca 30 min i medelvarm ugn, 225–250°.

Insänt av: Fru Lolo Carlsson, Nyodlingsvägen 48, BROMMA

FISK I FORM

1 paket djupfryst torskfilé
1 burk sardiner i tomat
1 paket djupfryst dill el
1 knippa färsk dill

2 dl grädde
3 msk tomatpuré
1 knivsudd vitlökssalt
vitpeppar, salt

Skär fisken i 2 cm tjocka skivor och lägg dem i en smord eldfast form. Gör en sås av det mosade innehållet i en burk sardiner, dill, grädde, tomatpuré, vitlökssalt, vitpeppar och salt. Häll såsen över fisken och grädda i medelvarm ugn, 200°, ca 20 min.

Insänt av: Fru Hildegard Franzén, Höjdgatan 8, NYNÄSHAMN

GRATINERAD FISK MED CHAMPIGNONER

sjötunga el gös
1 morot
smör
mjöl

citron
1 burk champignoner
2 msk riven ost
ströbröd

Fisken flås, befrias från ben samt skäres i filéer. Buljong kokas av huvud och ben samt en morot ett par tim. En stekpanna smörjes med smör, filéerna nedlägges, buljongen hälls på och det hela får koka 6-7 min. Gör en stuvning av smör, mjöl, litet svampspad samt ett par droppar citron. En del av stuvningen hälls på ett eldfast fat, filéerna lägges ovanpå och resten av stuvningen hälls på samt champignonerna. Strö riven ost och ströbröd över och gratinera i het ugn 15 min.

Insänt av: Fru Sonja Franck, Degerby Gärd, SVARTSJO

FISKGRATÄNG A LA GERALD

1 stort pkt djupfryst kolja el torsk
2 purjolökar
2 medelstora morötter
2 msk margarin
2 msk vetemjöl

salt, vitpeppar
mjölk
1 ägg
ströbröd
riven ost

Purjolöken klippes i 1 cm långa bitar och morötterna skäres i strimlor. Fisken skäres i en cm breda skivor och lägges i en smord ugnselfast form och saltas. Gör en sås av margarin, mjöl, salt, vitpeppar och mjölk, som tillsammans med lök och morötter får koka 5-6 min. Låt såsen svalna och rör därefter ned ett uppvispat ägg. Häll såsen över fisken och strö ströbröd och riven ost över. Klicka margarin över och gratinera i 200° varm ugn ca 15 min.

Insänt av: Herr Gerald Ohman, Bagartorpsringen 62, STOCKHOLM

FESTLIG FISKGRATIN MED RÄKOR

1 pkt djupfryst torsk eller kolja
1 tsk salt
dill

räkor
riven ost
vit sås

Skär den djupfrysta fisken i skivor, strö på salt och lägg skivorna på ett smort eldfast fat. Gör en tjock vit sås och smaksätt med färsk eller djupfryst dill. Tillsätt därefter färska eller djupfrysta räkor. Häll räksåsen över fisken och strö riven ost över. Gratinera i varm ugn, 250°, ca 25 min.

Insänt av: Fru Ruth Ohlander, Postlåda 259, FÄRENTUNA

DEN BÄSTA FISKGRATÄNGEN

1 kg gös, kolja, torsk,
vitling, flundra el
slätvar i filéer
sås: 1 msk smör 2 1/2 mjöl
fiskspad

vatten
grädde
2 msk kallt smör
salt, vitpeppar
3-4 msk riven ost

Rensa fisken i filéer. Koka en buljong på skrovet, smaksätt med salt och sila den. Rulla filéerna eller lägg dem utbredda och koka dem 10 min i buljongen. Tag upp fisken, låt den rinna av och lägg den på ett smort eldfast fat. Fräs smör och mjöl och späd med fiskspadet, ca 3-4 dl, dryga ut med vatten och grädde. Låt såsen koka 5 min. Tillsätt 2 msk kallt smör samt salt och vitpeppar. Bred såsen över fisken, strö över riven ost och gratinera i god ugnsvärme 250-275° i 10 min.

Insänt av: Fru Elin Gustafsson, Rönnerberga, STALLARHOLMEN

MIN GODA FISKRÄTT

1 stort paket djupfryst
torsk- eller koljafilé
1/2 tub kaviar
smör

mjöl
mjölk
skorpbröd

Koka fisken i osaltat vatten, slå av spadet och låt fisken kallna. Smörj en eldfast form, lägg i fisken och bred kaviar över. Koka en vanlig tjock vit sås av smör, mjöl och mjölk, salta ej. Slå den sedan över fisken, strö skorpbröd över och några smörklickar. Grädda i ugnen tills fisken fått ljusbrun färg.

Insänt av: Sign. "M-N", M. Norrgård, Granhamra, HJULSBRO

MARGARETAS GRATINERADE FISKFILÉER

1 pkt djupfryst kolja- el torskfilé
salt
sås:
3 msk margarin
2 äggulor

1/2 tsk salt
paprikapulver el vitpeppar
3 msk riven gul lök
1 liten knippa finklippt persilja
2 tsk citronsaft

Smörj en eldfast form och lägg filéerna i denna, om fisken är djupfryst skär fiskblocket i tjocka skivor. Strö på litet salt och sätt in fisken i ugnen ca 15 min. Margarinet röres mjukt och äggulorna tillsättes en i taget. Tillsätt därefter kryddorna och bred denna smet över fisken. Sätt in formen i ugnen igen och gratinera tills rätten fått fin färg.

Insänt av: Fru Margareta Bergstrand, Skogsvägen 29, STRÅNGNÄS

NAMNLÖS FISK

4 flundra- el torskfiléer
finklippt dill
4 hg färska champignoner el

kantareller
riven ost

Smörj en eldfast form och varva fiskfiléerna däri med rikligt med finklippt dill. Gör en ganska fast stuvning av svampen och håll över filéerna. Strö riven ost över och gratinera i ugn tills fisken är väl genomstekt.

Insänt av: Fröken Eva Oscarsson, S. Stensorum, ODENSVIHOLM

FISK PÅ GÖTEBORGSVIS

1 paket djupfryst kolja el torsk
1 gul lök
salt, peppar

mjök
persilja

Skär fisken i ca 4 cm tjocka skivor innan den hunnit tina upp. Krydda och vänd skivorna i mjök och stek dem i margarin. Slå därefter över mjök och lägg i den skivade löken och låt fisken sakta koka ca 10 min. Serveras med finklippt persilja över till kokt potatis.

Insänt av: Fru G Boqvist, Uleåborgsvägen 12, ENSKEDE

KAVAJERLÅDA

1 stor kummel, kolja el torsk
salt
1/2–1 tsk javanesisk svartpeppar
ev 1/2 tsk vitlökspulver
1 knippa gräslök

1 hackad gul lök
1 msk kapris
tomater
persilja
smör

Rensa och tag ur ryggbenet på fisken, skölj den väl, torka och bred ut den med köttsidan uppåt på ett folieark. Salta, dofta över svartpeppar, ev vitlökspulver och lägg på ena sidan av fisken gräslök, hackad gul lök, capris och så mycket skurna tomater som får plats, litet hackad persilja och några smör- eller margarinklickar. Vik över den andra sidan av fisken och rulla in fisken hårt i foliearket. Vik in sidorna, placera paketet i en långpanna och sätt in pannan i varm ugn, 250°, och låt den stå 20–30 min. Lägg upp paketet på ett serveringsfat, klipp upp och putsa kanterna på foliearket och servera med potatis och grönsallad.

Insänt av: Fru Birgit Fougman, Östgötagatan 34, STOCKHOLM

SMÖGENMAKRILL

1 kg makrill
salt,
7–8 kryddpepparkorn

2 dl grädde
2 dl tomatjuice
4 msk riven ost

Makrillen rensas och lägges ner i en smord eldfast form. Stor makrill skäres i bitar. Fisken smaksättes med salt och kryddpepparkorn. Blanda grädde och tomatjuice och slå över. Sätt in i medelvarm ugn ca 20 min. Efter ca 10 min strös riven ost över.

Insänt av: B Holm, Konvalescenthemmet, Bergagården, KALMAR

MAKRILL I FORM

8 makrillfiléer
3 gula lökar
3 tomater el tomatpuré
1 stor knippa dill

salt, peppar
smör
vitt vin el
saften av 1/2 citron

Salta och peppra filéerna. Skala lökarna och skär dem i skivor. Bryn lök-skivorna i smör och lägg dem i botten på en eldfast form. Lägg filéerna på lökbädden. Skär tomaterna i skivor och täck fisken. Strö ett lager finhackad dill överst och klicka litet smör på. Sätt in formen i ugnen och späd efter 15 min med vinet eller citronsaften utspädd med litet vatten. Låt fisken stå i ugnen ännu 15 min. Servera med potatis och grönsallad.

Insänt av: Fru Margit Boman, Ekstugan PI 6061, NYKÖPING

KOKTA FISKFILÉER PÅ TOMATBOTTEN

8 hg fiskfiléer, djupfrost torsk
el dyl
vitt vin el citron och vatten
pepparkorn
salt
1 liten gul hackad lök

1-2 äggulor
grädde
margarin
finklippt dill
1 burk konserverade tomater
1 grön paprika

Koka upp litet vitt vin eller citron och vatten, kryddor och lök. Sila spadet och håll det över de dubbelvikta filéerna i en kastrull. Låt det sjuda 10-12 min. Tag upp filéerna med hålslev och håll dem varma. Koka ihop spadet och fräs samtidigt den strimlade paprikan i litet fett. Häll tomaterna, utan spad, över paprikan och låt detta sjuda samman. Smaksätt med salt, peppar och litet citron. Vispa ner gulorna, grädde (helst tjock) och en klick smör i det hopkokta fiskspadet och smaksätt rikligt med finklippt dill. Häll upp tomaterna på ett ganska djupt serveringsfat, lägg de dubbla fiskfiléerna i rader på detta och garnera med såsen.

Insänt av: Fru Anna-Lisa Fryklund, Ledugatan 11, STRÄNGNÄS

FISK I MORNAYSÅS

4 hg fiskfiléer el
1 paket djupfrost fisk
salt, peppar
2 dl mjölk
2 msk margarin

2 msk mjöl
4 kryddor
3 msk riven ost
1 äggula

Krydda filéerna och lägg dem i en smord form. Häll över mjölken och låt fisken koka i medelvarm ugn. Fräs fett och mjöl till såsen och späd med fiskspadet. Krydda och rör ned ost och äggula och häll sedan såsen över fisken. Strö över riven ost och gratinera.

Insänt av: Fru Anita Svensson, Dansäter, SODERKÖPING

FISKALADÅB

1 litet paket djupfrost fisk
1 kvist persilja

salt, peppar
3 gelatinblad

Koka fisken. Lägg den kokta fisken i en form, blanda i persilja, salt och peppar och slå över gelatin blandat med fiskspad.

Insänt av: Fru G Boqvist, Uleåborgsvägen 12, ENSKEDE

FISK A LA GUNHILD

5 hg djupfryst fisk
1/2 morot
salt, vatten
sås: 1 msk smör
2 msk mjöl

fiskspad och grädde
en knivsudd socker
1/2 ägg
citronsaft
räkor

Fisken kokas. Smör och mjöl fräses samman, fiskspad och grädde påspädes. Såsen bör vara ganska tjock och får koka 5 min. Citronsaft och ägg tillsättes, när såsen svalnat något. Fisken lägges på ett smort eldfast fat och såsen slås över. Gratineras i god ugnsvärme och garneras med räkor. Serveras till potatismos.

Insänt av: Fru Gunhild Ahlstrand, Femörevägen 37, OXELOSUND

LÄCKERT FISKFAT

1 paket djupfryst fisk
2-3 purjolökar
potatis
salt, peppar
citron

2-3 tomater
timjan el basilika
50 g smält smör
riven ost
ev grädde el tomatjuice

Rensa, skölj och skär purjolökarna i tunna ringar och lägg på ett välsmort eldfast fat, så rymligt att också potatisen får plats. Strö fiskblocket med salt och peppar och droppa över litet citron. Fiskblocket skall vara knappt halvtinat. Lägg fiskblocket på purjobädden, täck det med skivade tomater, salta, peppra och strö på litet timjan eller basilika. Lägg potatisen runt om, salta och peppra. Täck med smörklickar eller smält smör och strö på riven ost. Stek ca 30 min i 225° varm ugn tills fisken är vit igenom och potatisen mjuk med gyllenknäprig yta. Mot slutet av stekningen kan några skedblad grädde eller tomatjuice hällas över fisken, om rätten önskas extra såsig.

Insänt av: Fru Sonja Olofsson, Norrbackagatan 10, VISBY

STEKT RÖDSPÄTTA MED GOURMETS MÖR

1 paket djupfryst rödspätta
ströbröd
gourmetsmör:
1 1/2 hg smör

2 hårdkokta finhackade ägg
1 finhackad lök
2 msk finhackad persilja
2 finhackade tomater

Låt spättafiléerna tina upp. Salta och peppra fisken lätt och vänd dem i ströbröd och stek dem vackert guldbruna i smör. Strax före serveringen brynes smöret till såsen lätt och de finhackade ingredienserna får fräsa upp ett ögonblick. Såsen hälls sedan över fisken och serveras.

Insänt av: Fru Marianne Carlsson, Hagavägen 7 a, KOPING

SPÄTTAFILÉ MED SKALDJURSSÅS

2 rödspättor (ca 1 kg)
1 citronklyfta
salt
lag: 1 ½ msk salt per l vatten
3 skivor gul lök
persiljekvistar
vitpepparkorn
sås: 1 msk smör el margarin

2 ½ msk vetemjöl
4 dl fiskspad
1 äggula
1 msk smör
4 kryddor
(salt)
garnering: räkor,
hummer el musslor

Rensa och skölj fisken och gnid in den med salt samt gnid den invändigt med citron så blir fiskköttet vitare. Koka upp lagen och lägg i fisken. Det skall inte vara mera lag än att den precis täcker fisken. Låt fisken sjuda under lock 15 min. Tag upp och tag försiktigt loss filéerna. Håll dem varma i en djup karott. Fräs smör och mjöl till såsen utan att det tar färg. Späd med fiskspadet och ev skaldjursspad. Tag kastrullen från värmen och tillsätt äggulan under kraftig vispning. Låt såsen sjuda upp under fortsatt vispning. Vispa ner smöret i omgångar. Smaka av med 4 kryddor och ev salt. Häll såsen över fiskfiléerna, garnera med skaldjur och ev några små persiljekvistar.

Insänt av: Fru Margareta Jonsheden, Ramundervägen 47, LAXÅ

GRATINERAD SPÄTTA MED POTATISMOS

1 paket djupfrost rödspätta
1 paket potatismos
4 msk smör
3-4 dl mjölk
7 dl vatten
1 tsk salt

50 g skirat smör
sås: 2 dl grädde el gräddmjölk
1 msk margarin
1 ½ msk vetemjöl
4 kryddor
ev 1 paket räkor

Tina fisken, så att filéerna går att lägga ut i en stor gratinform. Salta litet och lägg över aluminiumfolie. Sätt in formen i ugnen, 140-150° värme, tills fisken är kokt. Gör under tiden potatismos enligt anvisning på paketet, men något fastare. Gör en sås av grädde, margarin och mjöl och lägg ev i ett paket räkor. Tag ut formen ur ugnen, lägg potatismos i en bred rand runt formen. Häll såsen i mitten. Skira smöret och häll det över potatismoset. Gratinera i het ugn tills moset fått vacker färg.

Insänt av: Fru Birgitta Strandberg, Lorensbergsvägen 58, VENDELSÖ

FISKGRYTA

1 stort paket djupfrost spätta
3 msk margarin
2 gula lökar
1 purjolök
6 medelstora potatisar
4-5 tomater eller
1 liten burk hela konserverade

tomater
2 tsk salt
vitpeppar
1 lagerblad
(1 1/2 dl vatten)
persilja

Ställ det djupfrysta fiskblocket på kant och skär det i ett par cm tjocka skivor. Strö över litet salt. Skala lök och potatis och skär i tunna skivor. Fräs löken lätt i margarin. Varva fisk, lök och potatis i en gryta. Doppa de färska tomaterna i hett vatten och dra av skalerna. Lägg dem eller de konserverade tomaterna överst i grytan. Strö över resten av saltet, litet nymalen vitpeppar och lagerbladet. Häll över tomatspadet eller vatten, lägg lock på grytan och sätt in den i varm ugn, 250°, 50-60 min. Servera grytan med klippt persilja.

Insänt av: Fru Elin Lindborg, Hästhagsvägen 2 B, GUSTAVSBERG

TORSKROMSLÅDA

1 burk torskrom
1 dl grädde
1 ägg

salt, vitpeppar
dill

Torskrommen blandas ut med grädde och ägg. Smaksätt med salt och vitpeppar samt klipp litet dill i. Grädda i ugnen ca 20 min tills lådan fått färg.

Insänt av: Fru Siv Ydling, medl 488

BÖCKLING- OCH TOMATLÅDA

6 böcklingar
salt, peppar
2 tomater

1 ägg
1 1/2 dl mjölk
salt

I en smord form lägges rensad och kryddad böckling och ovanpå kryddade tomatkivor. Över det hela slås en äggstanning av ägg, mjölk och litet salt. Gräddas i varm ugn, 250-275°, tills den blivit fast och fått vacker färg.

Insänt av: Fr Kerstin Bergström, c/o F Johansson, Kungsgatan 5, LINKÖPING

GODA LÅDAN

rom efter färsk strömming ev
mjölke
6 ansjovisar
1/2 l potatis
3 msk klippt gräslök
salt, vitpeppar

1-2 dl grädde el mjölk
1-2 msk margarin
2 msk ströbröd
till formen: 1/2 msk margarin
2 msk ströbröd

Rommen lägges i kallt vatten 10-15 min, upptages och får rinna av. Ansjo-
visen rensas, skäres i bitar, potatisen skalas och skäres i tärningar. I en smord
och bröad eldfast form nedvarvas rom, ansjovis, potatis och gräslök. Sist
tillsättes salt, peppar och grädde. Överst strös ströbröd och smörklickar.
Gräddas ca 30 min.

Insänt av: Fru Emmy Gustavsson, Hugelsta gård, ESKILSTUNA

STUVADE FISKBULLAR MED GRÖNSAKER

1/2 burk fiskbullar i spad
2-3 purjolökar
5-6 morötter
1/2 burk örter
2-3 msk smör
salt, socker
3-4 dl vatten

sås: 2 msk smör
4 msk vetemjöl
6 dl fisk- o grönsaksspad
1 dl grädde
salt, peppar
hackad persilja

Rensa grönsakerna, skär dem i skivor eller tärningar. Fräs upp smöret i en
kastrull, lägg i grönsaksskivorna, späd med litet kokande vatten, krydda och
låt dem koka mjuka under lock. Dela fiskbullarna i skivor och sila ifrån spa-
det. Fräs smör och mjöl till sås och späd med spad och grädde. Låt såsen
koka slät och jämn, lägg i fiskbullarna, örter och de kokta grönsakerna.
Blanda försiktigt samman allt och smaka av stuvningen. Garnera med per-
silja och servera med kokt eller råstekt potatis.

Insänt av: Fru Margit Nilsson, Radarvägen 9, VIGGBYHOLM

HÄRLIGA FISKBIFVAR

1/2 kg rensad fisk
2 dl ströbröd
salt, peppar

2 ägg
grädde
ev lök

Mal fisken en gång och blanda samman färsen så den blir ganska lös. Späd
med grädde. Forma färsen till biffar och stek dem mörkbruna i smör eller
margarin.

Insänt av: Fru Eivor Nilsson, Remsdal 677, VALDEMARSVIK

KOKT GÄDDA MED GRÖNSAKER OCH PEPPARROTSGRÄDDE

1 $\frac{1}{4}$ –1 $\frac{1}{2}$ kg gädda
till kokning: vatten
1 msk salt per l vatten
6 vitpepparkorn
1 liten gul lök späckad med
3 kryddnejlikor
1 paket djupfrysta ärter

1 burk konserverade eller
6–8 färska tomater
1 liten gul lök
smör el margarin
1 $\frac{1}{2}$ –2 dl tjock grädde,
vispad och smaksatt med finriven
pepparrot

Rensa fisken, skölj den väl och tag vara på eventuell rom. Gnid fisken med salt och låt den ligga och dra medan ni kokar lagen. Koka upp vatten, salt, pepparkorn och späckad lök, lägg lock över och låt lagen sjuda ca 15 min. Låt den svalna. Placera gäddan i fiskkittel, eller på eldfast fat. Häll lagen över och täck med aluminiumfolie om gäddan skall kokas i ugn. Beräkna då 20–30 min i 200–225° varm ugn. Kokas fisken ovanpå skall lagen täcka fisken. Koka upp och skumma väl. Lägg sedan lock över och sjud fisken ca 20 min. Koka ärterna enligt bruksanvisningen på paketet, varm tomatkonserven eller smörkoka de färska tomaterna. Flå gäddan och lägg upp den på varmt serveringsfat, placera de varma grönsakerna bredvid och strö finhackad lök över tomaterna. Servera med pepparrotsgrädden och bjud kokt potatis till.

Insänt av: Fru Iris Thörnsten, Skogsbacken 12, SUNDBYBERG

HAMBURGERGÄDDA

1–1 $\frac{1}{2}$ kg gädda
 $\frac{3}{4}$ msk salt
1 tsk ättika
1 $\frac{1}{2}$ msk smör
1 äggula

1 $\frac{1}{2}$ msk riven ost
1 $\frac{1}{2}$ dl ströbröd
1 msk smält kräftsmör
1 $\frac{1}{2}$ –2 dl grädde

Fisken rensas, skäres ut i filéer, sköljes och gnides in med salt och ättika och får ligga en stund. Fisken torkas därefter väl i en duk, penslas med smält smör och den söndervispade äggulan. Doppa den därefter i riven ost och ströbröd. Fiskfiléerna lägges i en med kallt smör bestruken ugnspanna, det smälta kräftsmöret och grädden hälls över, och fisken stekes hastigt i varm ugn. Ugnstemperatur 250°. Stektid 20–30 min, varunder fisken öses upprepade gånger. De sista 10 min fränkopplas värmen helt.

Insänt av: Herr Per Rolan Löow, Valthornsvägen 2 b, NYNÄSHAMN

SJÖTUNGSFILÉER

5-6 sjötungsfiléer
citronsaft
salt
sås:
100 g smör
50 g mjöl
1 dl vitt vin

2 äggulor
saft av en $\frac{1}{2}$ citron
salt
 $\frac{1}{2}$ knivsudd vitpeppar
 $\frac{1}{2}$ tsk socker
100 g smält smör
persilja

Filéerna penslas med citronsaft, beströs med salt och får vila en timma. De torkas på ren handduk och lägges bredvid varandra i en rymlig kastrull med vatten, som går nätt och jämt över fisken. Låt fisken koka 10 min. Smör och mjöl fräses tillsammans och spädes med fiskspad och får koka 10 min. Vinet påspädes därefter och såsen får koka upp, varpå äggulorna vispas i. Smak-sätt med citronsaft, salt, vitpeppar, socker och smält smör. Såsen får endast sjuda för att ej skära sig. Slå såsen het över filéerna och garnera med persilja.

Insänt av: Fru Ingeborg Dahl, Hökarvägen 31, HÄGERSTEN

LAXÖRING I FORM

1 halv sida laxöring el
2 små sidor
1 ägg
ströbröd

1 kg potatis
2 dl tjock grädde
1 $\frac{1}{2}$ dl mjölk
gräslök

Vattenlägg fisken så att den blir så salt som önskas. Skär den i skivor, doppa skivorna i vispat ägg, strö över ströbröd och stek dem sedan ljusbruna i olja. Potatisen kokas och får kallna och skäres därefter i tunna skivor. Lägg där-efter i en eldfast form varvtals med fiskskivor och potatisskivor. Blanda gräd-de och mjölk och håll det över rätten. Grädda i ugnen tills den fått vacker ljusbrun färg. Klipp gräslök över och servera.

Insänt av: Fru Karin Mattsson, Skytteholmsvägen 18, SOLNA

GOTT PÅ FISKRESTER

rester av stekt el kokt fisk
vit sås
hårdkokta ägg

lök
ansjovisfiléer

Gör en god vit sås och blanda ner hackade fiskrester. Häll upp såsen på ett varmt fat och garnera med äggskivor, brynt lök och ansjovisfiléer.

Insänt av: Fru Grete Berggren, Anundvägen 11, DJURSHOLM

TOMATFYLLD GÖSFILÉ

2 gösfiléer
1 msk dill
1 msk persilja

tomater
smör
1 1/2 dl grädde

Salta och panera filéerna. En filé lägges i botten av en väl smord form. Dill och persilja strös över och därpå ett lager tomatskivor. Den andra filén lägges ovanpå och tryckes till. Lägg rikligt med smörklickar över och sätt in i ugnen. När den börjar få färg spädes med 1 dl vatten och öses ofta. Sist tillsättes grädden. Garnera med persilja, tomater och citron.

Insänt av: Fru Elin Lindborg, Hästhagsvägen 2 B, GUSTAVSBERG

KOLJA MED CHAMPIGNONER

1 paket djupfrost kolja
salt
margarin

1 dl tjock grädde
1 liten burk skivade champignoner

Dela de djupfrysta filéerna i tjocka skivor. Lägg bitarna i en väl smord eldfast form. Salta. Sätt in fisken i medelvarm ugn ca 15–20 min. Häll på den tjocka grädden och champignonerna, sedan vattnet silats av, och låt det stå i ugnen 5–10 min.

Insänt av: Fru Margareta Bergstrand, Skogsvägen 29, STRÄNGNÄS

GRATINERAD KOLJA A LA KARIN

1 stort paket djupfrost kolja
salt, peppar
1 gul lök
grädde

smör
dill
1 burk krabba el räkor
riven ost

Koka fisken i kort spad med salt, peppar och lök. Lägg därefter fisken i en smord form. Koka en sås av spadet, grädde och en stor klick smör. Klipp massor av dill och tillsätt väl rensad krabba eller räkor. Häll såsen över fisken och strö drivor av riven ost över och gratinera i ugnen några minuter.

Insänt av: Fru Karin Gustavsson, Sockenplan 376, ENSKEDE

PEPPARROTSGRATINERAD FISK m ÄRTER

1 paket djupfryst kolja
1 tsk salt
1 hg majonnäs
1 1/2 dl grädde

2 äggvitor
1 msk riven pepparrot
1 burk hushållsärter

Skär fiskblocket i tunna jämna skivor och lägg i en rad på ett smort gratängfat, håll spadet av ärterna och placera hälften av ärterna på varje sida av fisken. Blanda majonnäs, grädde och de hårt vispade äggvitorna samt pepparrot. Strö salt över fisken och bred blandningen över fisk och ärter. Grädda i 20 min i ej för het ugn.

Insänt av: Fru Christina Nordström, Hammarbackn 13, DANDERYD

MIN GODA FISKGRATÄNG

1 paket djupfryst "hyse"
salt
svamp
smör el margarin
3 msk vetemjöl

4 dl mjölk
svampspad
2 ägg
1 tsk senap
ströbröd

Lägg de råa upptinade fiskfiléerna på ett väl smort gratängfat. Salta ganska rikligt och bred svampen över, sedan spadet silats av. Koka en tjock sås av smör, mjöl, mjölk och svampspad. Rör ned äggulorna och smaksätt med senap. Tillsätt de hårt vispade äggvitorna, när såsen svalnat. Slå såsen över fisken, strö över ströbröd och grädda i 200° varm ugn tills fisken är färdig och ytan fått färg. Garnera med persilja och citronskivor och servera med skirat smör och potatis.

Insänt av: Fru Greta Gustafsson, Fridhem, SKEPPTUNA

FISKPUDDING

10 medelstora kokta potatisar
rester av kokt eller stekt fisk
3 kkp mjölk
3 dsk mjöl

2 tsk salt
1 tsk socker
vitpeppar
riven ost

Potatisen skäres i bitar och fisken rensas noga från alla ben. Mjölet fräses med margarin och spädes med mjölk till en tjock stuvning. Potatis, fisk och kryddor tillsättes. Stuvningen hälls i en smord och bröad form och rikligt med riven ost och ströbröd strös över. Gratinera och servera med skirat smör.

Insänt av: Fru Signe Mattisson, PI 439, ATVIDABERG

KALL KALASFISK MED CITRONSÅS

kall kokt fisk, torsk, kolja,
kummel el ngn laxfisk
7-8 msk margarin
4 äggulor

2 msk mjöl
1-2 citroner
4 dl fiskspad el vatten
salt

Fisken, som kan vara färsk eller djupfrost, kokas, får kallna, rensas noga och lägges upp på stort fat i form av en rätt hög fisk, som packas ihop ganska fast. Äggulorna, margarinet och mjölet röres kallt tillsammans i en såskastrull. Margarinet bör vara mjukt. Kastrullen sättes på och man vispar hela tiden. Fiskspadet tillsättes litet i sänder. När såsen sjudit tills den tjocknat, tages kastrullen från spisen, men vispningen fortsätter ännu ett tag. Tillsätt litet margarin och smaksätt med salt och citronsaft och ev en aning socker. Sedan såsen kallnat bredes den ut över fisken på fatet så att den täckes helt. Garnera med späda salladsblad, tomater och citronskivor.

Insänt av: Fru R Hallén-Frisk, Kristallvägen 12, HÄGERSTEN

FISKPUDDING PÅ KALL KOKT FISK

kall kokt fisk
1/2 hg smör
1 dl mjölk
1/2 l mjölk

salt, vitpeppar
3 ägg
kokt potatis

Fräs smör och mjöl tillsammans och späd med mjölk. Koka stuvningen ca 10 min, smaksätt med salt och vitpeppar och tillsätt äggulorna. Skär den väl rensade fisken i små bitar och hacka potatisen fint och rör ned alltsammans i stuvningen. Vispa äggvitorna hårt och rör försiktigt ned dem. Häll alltsammans i en smord och bröad form och grädda puddingen ca 30 min.

Insänt av: Fru Dorry Mäkitalo, Västra Sund, NORA STAD

ONIGARA - YAKI (Japansk skaldjursrätt)

3 havskräftstjärtar pr person
8 msk sherry

12 msk japansk soya
4 msk socker

Sätt upp havskräftstjärtarna på steknål. Blanda sherry, soya och socker. (Blandningen räcker till 36 stjärtar) Låt blandningen sjuda. Doppa havskräftorna i soya-blandningen och halstra. Upprepa doppningen ett par gånger. Servera med vändstekta ägg.

Insänt av: Herr Kurt Levi-Carlsson, KÄTTINGE

KALL FISKRÄTT m GRÖNSAKSREMOULAD

vitling, torsk el gös i filéer
salt
persilja
dill
gräslök
vitpepparkorn
sås: smör, mjöl och mjölk
1 msk senap

ättikssprit
vinäger
socker
ättiksgurka
färsk gurka
dill
1/4 burk örter

Fiskfiléerna kokas med en tsk salt, persilja, dill, gräslök och några vitpepparkorn. Låt fisken sjuda långsamt 15–20 min och låt den sedan kallna i spadet. Gör en sås av smör, mjöl och mjölk och låt den koka några minuter. När den är nästan kall nedröres senap, några droppar ättikssprit, litet vinäger samt socker. Tillsätt sedan hackad ättiksgurka, färsk gurka, dill och örter. Lägg de kalla fiskfiléerna på ett fat och håll rikligt med sås över, garnera runt om med salladsblad, gurkskivor och räkor.

Insänt av: Fru Elin Gustafsson, Rönnerberga, STALLARHOLMEN

FISKGRATIN

3/4 kg gös el färdiga fiskfiléer
1–2 msk smör
saften av 1/2 citron
4 msk vatten
1 tsk salt
sås: 1–2 msk smör
2 msk vetemjöl
4 dl fiskspad

grädde el mjölk
1 äggula
1 msk grädde
gratinering:
riven ost
ströbröd
smält smör

Låt fiskfiléerna ligga ca 10 min. i saltat kallt vatten, 3 msk salt per liter vatten. Smörj en låg kastrull eller ledfast form, lägg ner fiskfiléerna och droppa citronsaften över. Häll på vattnet och täck formen med ett smörat smörpapper och koka fisken ca 10 min i medelgod ugnsvärme, 200–225°. Tjocka filéer bör vändas efter halva tiden. Tag därefter upp fisken och lägg den på ett smort eldfast fat. Fräs samman smör och mjöl till såsen. Späd med fiskspad, grädde el mjölk. Låt såsen sakta koka minst 5 min. Blanda ner gulan utrörd i litet grädde och smaksätt såsen väl. Bred såsen över fisken, strö på ströbröd och riven ost och fukta ytan med litet smält smör. Gratinera i mycket god ugnsvärme, 250–275°, 5–8 min.

Insänt av: Fru Ruht Ohlander, medl. 368

UGNSTEKT ÅL

1 1/2 kg ål
1 msk salt
1 ägg

3 msk skorpmjöl
margarin

Rensa och flå ålen, skär några lätta skårer över ryggen med 4–5 cm mellanrum. Gnid in den med salt och placera den i en smord eldfast form, så att den ligger i ringar. Pensla den med uppvispat ägg och strö över skorpmjölet. Sätt in den i medelvarm ugn, 225°. Pensla eller ös ålen ett par gånger under stekningen med det fett, som bildas i formen eller tillsätt ev litet extra margarin. Stektid 30–40 min. Servera med citronklyftor till.

Insänt av: Fru Sylvia Axelsson, Bagaregatan 7, NYKÖPING

CURRYÅL PÅ CHILESÄTT

1/2 kg ål
1/2 l vitt vin
2 lagerbärsblad
3 nejlikor
6 enbär

2 kkp ris
3 tsk curry
salt
dill

Ålen lägges i vinet tillsammans med lagerbärsblad, nejlikor och enbär och får sakta koka över svag eld i 10 min. Rosta 2 kkp ris i smör, tillsatt fiskspadet och koka i 10 min över svag eld. Krydda med curry och salta efter smak. Flå ålen och tag ur den samt skär den i 2 à 3 cm långa stycken. Lägg bitarna i riset tillsammans med en handfull finhackad dill. Låt stå och dra under lock i kastrullen ca 10 min på varmt ställe.

Insänt av: Herr Kurt Levi-Carlsson, KÄTTINGE



KÖTTRÄTTER

ITALIENSK KÖTTÅS

1/4 kg malet kött
1 stor gul lök
1 bit selleri
kryddpeppar, vitpeppar, salt

1 buljongtärning
tomatpuré
pulv. röd paprika

Lök och selleri rives grov och brynes lätt. Köttfärsen finfördelas med en gaffel i stekpannan och får bryna tills den får vacker färg. En aning vetemjöl doftas över, så att såsen blir lagom simmig. Späd med buljong. Smaksätt med tomatpuré och mycket kryddor.

Serveras till spaghetti el kokt potatis.

Insänt av: Fru Ulla-Stina Johansson, Odengatan 5, NORRKÖPING

MALDA KALVBIFVAR

3 1/2 hg kalvfärs
1 hg fläskfärs
1 ägg
2 msk ströbröd
2-3 dl mjölk
1 msk potatismjöl
1/2 msk salt

1/4 tsk vitpeppar
6 skivor rökt skinka
2 msk smör el margarin
2 dl kokande vatten
1/2 dl grädde
tomatpuré

Arbeta samman det fimalda köttet med ägget, ströbrödet som legat i blöt i mjölken, potatismjölet och kryddorna. Arbeta färsen väl och avsmaka den. Forma den till små runda biffar, ej tjockare än att de kan läggas ihop två och två med en skinkskiva emellan. Tryck ihop biffarna väl och stek dem vackert bruna. När alla biffarna är stekta, lägges de i en liten gryta och stekpannan vispas ur med det kokande vattnet, som hålles över biffarna. Låt biffarna eftersteka 5 min. Lägg upp dem på varmt serveringsfat. Späd steksken med grädde och smaka av såsen med litet tomatpuré innan den hålles över biffarna.

RUSSEBIFVAR

1/2 kg malen oxfärs
2 msk finhackad persilja
1 hg mjukt smör
50 g finhackad smörbrynt lök

salt, vitpeppar
champignoner
tjock grädde

Blanda ingredienserna och arbeta smeten väl. Därefter formas smeten till små biffar som doppas i vetemjöl och stekes i smör. Pannan vispas ur med litet tjock grädde, som serveras särskilt. Biffarna serveras på stekta bröds-
skivor, på varje biff en stekt champignonhatt. Stekt potatis serveras till.

Insänt av: Fru Eva Molin, Blommensbergsvägen 147, HÄGERSTEN

KÖTTFÄRSLIMPA I UGN

1/2 kg ren köttfärs	1 msk potatismjöl
1 burk champignonsoppa	1 tsk salt
1 ägg	vitpeppar
1/2 dl rivebröd	2 tomater
1/2 dl hackad gul lök	riven ost
1/4 dl hackad persilja	2 msk margarin

Blanda alla ingredienserna i en bunke och forma färsen till en limpa direkt på ett kallt fat, som endast smörjes där limpan skall ligga, annars flyter den ut. Grädda i 175° varm ugn 1 tim, utan att ösa. Ta sedan ut limpan och lägg på de skivade tomaterna, peppra och salta lätt, lägg på margarin i klickar och strö över riven ost. Grädda igen i 15 min i litet varmare ugn. Ev. kan sedan 1 hg grovt hackade champignoner frästa i smör strös över.

Insänt av: Fru Gurli Pilerud, Kummelbyvägen 10, SOLLENTUNA

FALSKA KYCKLINGLÅR

10 st pinnar	1 msk riven gul lök
(glasspinnar går bra)	1 äggula
300 g kalvfärs	1 dl grädde
150 g malen rökt skinka	vatten, salt o peppar
1/2 dl finsiktat skorpmjöl	

Lägg skorpmjöl i en bunke och tillsätt ägg, grädde och kryddor. Låt detta stå och svälla en stund och tillsätt sedan skinkan och färsen. Rör färsen tills den blir trådig och fin. Forma den sedan runt pinnarna, som ett kycklinglår. Panna dem i skorpmjöl och lägg dem sedan i en smord eldfast form eller långpanna och grädda i ugn med några smörklickar ovanpå. När låren fått färg spådes de med vatten eller buljong och får stå i ugnen 30–40 min. Ös dem ganska ofta under tiden.

Insänt av: Fru Marta Persson, Lillebovägen 26, SOLLENTUNA

KALVBULLAR

2 hg fläskfärs	vitpeppar, salt
2 hg kalvfärs	(paprika)
1 ägg	baconskivor
2–3 mosade potatisar	katrinplommon

Blanda och arbeta färsen väl. Forma sedan små runda kotletter av den och tryck ner ett urkärnat katrinplommon i, och linda en baconskiva om. Grädda i ugn i 175° värme.

Insänt av: Fru G M Bolin, Götgatan 17 E, LINKÖPING

EN GOD OCH ENKEL KÖTTRÄTT

7 hg köttfärs
3 hg fläskfärs
1 ägg
1 medelstor gul lök
salt, vitpeppar

skorpmjöl
vatten
1 hg champignoner
grädde
persilja

Slå ägget i en skål. Tillsätt ca 1 kkp skorpmjöl. Blanda med vatten till en tjock smet och låt det stå och svälla. Tillsätt salt och vitpeppar efter smak. Riv den gula löken i massan och rör om. Champignonerna hackas i bitar och brynes lätt. Lägg färsen i skorpmjölsblandningen och slå den avsvalnade svampen över. Blanda sedan alltsammans väl. Spola en skärbräda i kallt vatten och forma sedan färsen på denna till en lång limpa. Skär limpan i 1 cm tjocka skivor och låt dessa steka långsamt i stekpannan. När de är färdigstekta, slås grädde över till sås. Tillsätt något soya för färgens skull. Servera med finklippt persilja över.

Insänt av: Fru Bennie Gladh, Spettekaksvägen 54 FARSTA

LIES KÖTTRÄTT

5-6 hg köttfärs
2 helst gamla morötter
2 purjolökar
1 litet blomkålshuvud

2 gula lökar
skorpmjöl
1 ägg
tomatketchup

Smaksätt färsen med salt och peppar och rör ned litet skorpmjöl och ägget. Ansa och skölj grönsakerna. Skala lökarna och skär lök och grönsaker i småbitar. Bryn alltsammans i en stekpanna. Rör ned köttfärsen i detta och späd med tomatketchup och litet mer stekfett, om det behövs. Låt rätten puttra under lock 45-60 min.

Insänt av: Fru Maj-Britt Stigberg, Dannemansvägen 1, LIDINGO

KALVFÄRS- OCH BLOMKÅLSPUDDING

4 hg kalvfärs
1 dl mjölk
1 ägg
salt, vitpeppar
1 blomkålshuvud

2 msk smör el margarin
4 msk vetemjöl
4-5 dl kålspad och mjölk
riven ost el skorpmjöl

Blanda färsen med mjölk, ägg och kryddor. Koka blomkålen nästan färdig i saltat vatten. Varva färs och blomkålsklyftor i en smord eldfast form. Fräs matfett och mjöl samt späd med spad och mjölk. Krydda lätt och häll såsen över puddingen. Strö riven ost eller skorpmjöl över. Grädda i medelvarm ugn, 225°, tills färsen är färdig.

Serveras ev med svampsås.

Insänt av: Fru Solgerd Hansson, Nygatan 8 a, GNESTA

PERSILJESPÄCKAD KÖTTFÄRS

1 dl skorpmjöl
3 dl starkt bryggt kaffe
3/4 kg köttfärs
1 ägg
salt, vitpeppar
1 dl grädde
persilja

2 klyftor vitlök
1/2 ägg
50-75 g margarin
4-5 dl kokande vatten
1 gul lök
1 morot

Låt skorpmjölet svälla i kaffet. Tillsätt färsen och ägget och smaksätt med salt och vitpeppar. Arbeta färsen väl och tillsätt grädden under tiden. Färsen bör vara tämligen fast. Smörj en långpanna, lägg i färsen och forma den till en avlång längd. Pressa eller stöt vitlöken och doppa den sönderdelade persiljan i vitlöksmassan. Späcka köttfärsen genom att stoppa i persiljan med hjälp av en kniv. Pensla med uppvispat ägg. Bryn färsen i 250° värme. Späd litet i taget med det kokande vattnet vari margarinet smälts. Sänk ugnstemperaturen till 175°. Tillsätt löken och moroten som skurits i bitar. Låt färsen steka ca 40 min eller tills klar vätska sipprar fram då man provar med en sticka. Ös då och då.

Insänt av: Fru Greta Blomberg, medl 715, SKÄRBLACKA

NÅGONS GODA KÖTTBULLAR

100 g oxfärs
50 g kalvfärs
50 g fläskfärs
1 1/2 dl mjölk
1/2 dl skorpmjöl

salt, peppar
1/2 rivet äpple
grädde
vetemjöl

Ox-, kalv- och fläskfärs blandas och arbetas väl med skorpmjölet som fått svälla i mjölken och rivet äpple. Krydda och avsmaka. Forma färsen till små bullar och stek i margarin. Gör en god sås av skyn, vetemjöl, grädde och kryddor.

TVÄRTOM

8 st jämna fina lökar

5 hg köttfärs

I stället för att fylla löken med färsen göres tvärt om. Blanda färsen på vanligt sätt, men den kan vara något fastare. Lökarna kokas och får rinna av. Därefter lägger man färs runt omkring dem, så att den sitter fast ordentligt och de maskerade lökarna lägges i eldfast form med smält margarin i botten. Lökarna penslas och sättes in i ugnen. När köttet börjar brynas spädes med litet av lökvattnet. Stektid ca 30 min. Serveras med skysåsen och persiljepotatis.

Insänt av: Fru Carin Mårtensson, Bråviksvägen 98, NORRKÖPING

DELIKATESSKÖTTBULLAR

250 g kalvkött
250 g fläskkött
2 medelstora potatisar
1 msk hackad lök
1 msk smör

1 dl skorpmjöl
 $\frac{1}{2}$ dl vatten
 $\frac{1}{2}$ dl tjock grädde
1 ägg el 2 äggulor
salt, peppar och socker

Kalvköttet och fläskköttet males tillsammans med potatisen. Den finhackade löken brynes lätt i smör och blandas i färsen. Skorpmjölet blandas med grädde och vatten och får svälla. Färsen arbetas kraftigt minst 10 min under vilken tid äggulor, skorpmjölsblandning och kryddor tillsättes. Färsen avsmakas och formas till små bullar, vilka stekes vackert bruna i det brynta smöret. Köttbullarna lägges i en gryta och steksmöret slås över och får stå och sakta småsteka 5–8 min.

Insänt av: Fru Edit Edlund, Enebymovägen 38, NORRKÖPING

GRÖNT POTATISMOS MED KÖTTBULLAR

potatismos
margarin
salt, peppar

1 pkt djupfryst spenat
köttbullar
morötter

Gör ett riktigt gott potatismos. Tillsätt en stor klick margarin, salt, peppar samt ett paket varm upptinad spenat. Lägg upp potatismoset direkt på tallrikarna i ringar och fyll i mitten med köttbullar. Skär stavar av kokta morötter och garnera runt om.

Insänt av: Fru Carin Mårtensson, Bråviksvägen 98, NORRKÖPING

KORVRAGU I MACCARONIRAND

200 g macaroni
1–2 lökar
250 g falukorv
1 $\frac{1}{2}$ msk vetemjöl

2 $\frac{1}{2}$ –3 dl gräddmjölk
2–3 msk tomatpuré
salt, vitpeppar

Koka macaronin enl anvisning på paketet. Skär lök och falukorv i tärningar och bryn i smör eller margarin. Tillsätt vetemjöl och späd med gräddmjölk, litet i taget. Smaksätt med tomatpuré, salt och vitpeppar. Lägg upp macaronin i en krans på ett stort varmt fat. Det blir extra fint om macaronin packas i en smord kransform, som får stå övertäckt i varm ugn ca 10 min och sedan stjälpes upp på serveringsfatet. Fyll randen med ragu och klipp persilja över.

OSTSPÄCKAD FALUKORV

6-8 hg falukorv
1 1/2-2 hg helfet ost
4 stora tomater

8 små gula lökar
salt, peppar
2 msk senap

Dra skinnet av korven och lägg den i en smord eldfast form. Skär den i omtjocka skivor, men ej helt igenom. Skär osten i skivor, stryk senap på dessa och stick dem mellan korvskivorna. Skala och förväll lökarna och låt dem rinna av. Doppa tomaterna i kokande vatten och dra av skinnet. Lägg tomaterna på ena sidan om korven och löken på den andra. Klicka smör över och stek i ugn tills korven fått fin färg. Ös med stekfettet då och då och späd med litet buljong eller tomatjuice om det behövs.

Insänt av: Fru Ulla Areskoug, Edinsvägen 11, EKTORP

KORV I LÖKTOMAT

1 medelstor finhackad gul lök
1 msk margarin
6 wienerkorvar

3-4 skalade tomater
salt, vitpeppar
paprika, persilja

Fräs löken i margarin. Skär korvarna i bitar eller skivor och låt dem bryna tillsammans med löken. Skär tomaterna i klyftor och låt dem puttra med lök och korv. Krydda med salt, vitpeppar och paprika och strö till sist litet hackad persilja över.

Insänt av: Fru Maj-Britt Rosén, Box 702 B, ATVIDABERG

FRUKOSTKORV I ÖL

8 frukostkorvar
1/2 flaska mörkt öl
1 lagerblad

1/2 tsk vitpepparkorn (lätt krossade)
3 nejlikor
ev 1 gul lök

Bryn korvarna i smör eller margarin och lägg över dem i en gryta. Tag ej med fett. Späd med öl och krydda med lagerblad, vitpeppar och nejlikor och ev 1 skivad gul lök. Sjud sakta 15 min och servera med nykokt potatis, potatis-sallad eller spaghetti med tomatsås.

Insänt av: Fru Ulla Areskoug, Edinsvägen 11, EKTORP

LASSES FRUKOSTKORV

4 frukostkorvar
1 stor gul lök

tomatketchup

Smörj en medelstor form och lägg i korvarna. Gör ett snitt i varje korv och fyll med hackad lök och häll ketchup över alltsammans. Gräddas ca 20 min.

Insänt av: Herr Lars Törnblom, Örnstigen 8, NÄSBYPARK

GUNS GODA FRUKOSTKORV

frukostkorv
rökt sidfläsk
tomatketchup

grädde
smör

Rulla det rökta fläsket runt korven och lägg dessa i en smord eldfastform. Spritsa ketchup över, klicka litet smör ovanpå och häll grädde över. Gräddas i medelvarm ugn. Ös korvarna några gånger med grädden.

Insänt av: Fru Gun Ahlin, Hästskobacken 6, ESKILSTUNA

KORV A LA ROLAND

frukostkorv
senap

ketchup
dill

Skär en skåra genom drygt halva korven och smeta senap och sedan ketchup däri. Hacka rikligt med dill och lägg överst i skåran. Smörj en eldfast form och lägg i korvarna. Spruta rikligt med ketchup över och grädda i ugn.

Insänt av: Herr Roland Norrby, Skrinvägen 43, ENSKEDE

FALUKORV SPECIAL

3 dm falukorv
1 stor gul lök

3 dl tjock grädde
1 1/2 dl ketchup

Skär falukorv och lök i tärningar. Bryn löken först och lägg sedan i falukorven. När det fått en fin färg hälls grädden i och därefter ketchup. När grädden fått en jämn färg är rätten färdig.

Insänt av: Fru Birgitta Jones, Sollentunavägen 79, SOLLENTUNA

HELSTEKT LUNCHKORV MED LÖKMOS

3-4 lunchkorvar

lökmos:

1 kg potatis

1 kkp mjölk

1/2 hg smör el margarin

salt, vitpeppar

sellerisalt

2 gula lökar

Koka upp litet hett vatten och låt korvarna ligga och dra tills de är genomvarma. De tas sedan upp och torkas väl av på hushållspapper, därefter stekes de sakta i stekpanna på mycket svag värme. Potatisen skalas och skäres i små bitar och kokas mosig, vattnet slås av och potatisen avångas väl. Koka upp mjölken och rör ned smör eller margarin. Rör ned alltsammans i potatismoset. Finhacka löken och bryn den i smör och blanda alltsammans i moset.

Insänt av: Fru E Holmgren, Stavgränd 16, HÄGERSTEN

PRINSKORV PÅ HERRVIS

2 msk olja

2 msk tomatpuré

salt, peppar

10 st syltlök el

gräslök

prinskorv

Hetta upp oljan i en tjockbottnad kastrull, tillsätt sedan tomatpurén och rör om kraftigt och smaksätt med salt och peppar. Hacka syltlök eller gräslök och lägg i. Alltsammans hälls över nystekt prinskorv och serveras.

Insänt av: Fru Edit Wengskog, Karlbergsvägen 33, STOCKHOLM

RISOTTO MED KORV

1 1/2 dl risgryn

1 burk gröna ärter

1 gul lök

salt, peppar, curry

prinskorvar

tomater

Risgrynen påsättes i rikligt med kokande vatten ca 6-7 dl och får sakta koka under lock ca 20 min. Löken hackas och brynes lätt. De gröna ärtorna värmes i sitt spad. Då risgrynen är färdigkokta avhälls vattnet, om något finns kvar, och riset blandas med de gröna ärtorna och den brynta löken. Smaksätt med salt, peppar och curry efter smak. Om så önskas spädes litet med ärtspadet. Lägges upp i karott med de stekta prinskorvarna runt omkring. Garnera med tomatklyftor.

Insänt av: Fru Maj-Britt Thorsson, Smedsvägen 13, KALLHÄLL

GRATINERAD FLÄSKKORV

portionsfläskkorv
potatismos
senap

purjolök
riven ost

Låt portionsfläskkorvarna sakta koka upp utan lock. Vänd dem ett par gånger under tiden, så att de blir lika upphettade och inte spricker. Släck under grytan och låt korvarna ligga kvar i spadet ca 5 min. Täck en stor, väl smord, eldfast form med potatismos smaksatt med salt, vitpeppar och muskot. Lägg korvarna på potatimoset och gör ett snitt i varje. Bred först senap i skårorna och fyll sedan på med fint skuren smörfräst purjolök. Strö över drivor med riven ost och gratinera 15 min i 250°.

Insänt av: Fru E Holmgren, Stavgränd 16, HÄGERSTEN

SKINKA BON JOUR

3 hg rökt skinka (tunna skivor)
4 ägg
4 tsk vetemjöl

salt, vitpeppar
röd paprika, kryddkrasse
tomater

Vispa samman ägg, vetemjöl och mjölk. Smaksätt med salt och peppar. Fräs skinkan hastigt i en stekpanna. Häll över äggblandningen och rör om med en gaffel. När äggstanningen stannat är rätten färdig. Garnera den med finklippt kryddkrasse, röd paprika och tomater.

Insänt av: Fru Veronica Lisselmann, RESARO

SKINKA A LA KARIN

kokt skinka
senap
herrgårdsost

ägg
ströbröd
gräddmjölk

Skiva tunna skivor kokt skinka, stryk senap på ena sidan efter smak. En skiva herrgårdsost lägges mellan två skivor skinka, vilka sedan paneras i uppvispat ägg och ströbröd. Stekes i stekpanna. Pannan kan sedan vispas ur med litet gräddmjölk. Servera ett gott potatismos till och grönsaker efter årstiden.

Insänt av: Fru Karin Larsson, Kottlavägen 66, LIDINGO 3

NÄSTAN SOM GÅS

2 stora skivor bogfläsk,
5-6 hg
1 tsk salt
vitpeppar

persilja
2 äpplen
konserverade ananasbitar
smör el margarin

Salta och peppra fläskskivorna på ena sidan. Lägg på den kryddade sidan små persiljekvistar, äppelklyftor och ananasbitar. Rulla ihop skivorna och fäst ihop dem med några tandpetare eller med snöre. Bryn rullarna i smör eller margarin i en stekgryta tills de fått vacker färg. Efterstek med lock på grytan på svag värme ca 30 min. Skär upp rullarna och servera dem med silad sky eller skyn avredd med vetemjöl.

Insänt av: Fru Anna-Lisa Fryklund, Ladugatan 11, STRANGNÄS

FALSK GÅS

10 små el 5 stora skivor bogfläsk
10-12 katrinplommon
2 äpplen

salt, vitpeppar
ingefära

Tag bort svålen från fläskskivorna och bulta skivorna lätt. Lägg de urkärnade katrinplommonen i blöt. Strö på de bultade skivorna salt, peppar och en doft ingefära. Lägg ett plommon och ett par äppelklyftor på varje skiva och rulla ihop. Bind om med ett snöre. Bryn rulladerna bruna och späd med litet buljong eller spadet av plommonen. Stek dem långsamt. Servera med skyn eller med redd sås.

Insänt av: Fru Märta Groberg, Nodsta, NORRTÄLJE

FESTLIGA FLÄSKKOTLETTER

4 fläskkotletter
salt, peppar
1 msk olivolja

1 vitlösklyfta
1 msk persilja
1 dl rödvin

Gnid in fläskkotletterna med salt och peppar. Bryn dem i oljan tillsammans med persiljan och vitlösklyftan. Häll på rödvin och låt kotletterna småkoka på svag värme tills ca hälften av vinet kokat in. Servera dem heta med skyn och flottyrkokt potatis.

Insänt av: Fr Britta Sundberg, Borgaregatan 8, NYKÖPING

UGNSBAKAD KASSELER

1 kg kasseler
basilika, rosmarin,

fänkål,
nejlikor

Lägg kasselern med den feta sidan upp på ett foliepapper, gnid in den med stötta kryddor, svep in den i papperet och placera paketet på stekgaller. Stek 2–2½ tim 125–150°. Servera kasselern uppskuren i skivor, varm eller kall med kokt eller pressad potatis.

Insänt av: Fru Anna-Lisa Fryklund, Ladugatan 11, STRÄNGNÄS

FLÄSKFILÉ MED CHAMPIGNONER

skivor av fläskfilé
½ burk champignoner el
1 l färska champignoner
2 msk smör

1 tsk mjöl
2 dl tjock grädde
salt, peppar
2 msk torr sherry

Champignonerna fräses i smör, mjölet doftas över och grädden påspädes och det hela får puttra 10 min. Smaksätt med salt och torr sherry. Filéskivorna stekes i smör, saltas, peppras och serveras ställda på kant i täta rader i svampstuvningen.

Insänt av: Fr Walborg Svensson, Konvalescenthemmet, Bergagården 701, KALMAR

KÅLDOLMAR

1 ½ kg kålhuvud
3 hg köttfärs
1 ägg
1 msk senap

1 msk kummin
vitlökspuver, en nypa
salt, peppar
4 hg tomater

Kålhuvudet förvälles. Så många kålblad man behöver plockas av, resten av kålen skäres sönder, även stocken, och lägges tillbaka i grytan att förvällas vidare, tills stocken är något mjuk. Sedan males allt på köttkvarn. Det malda lägges i en sil, vätskan pressas ur genom den. Därefter blandas alla ingredienser samman utom tomater och det utpressade kålspadet. Smeten lägges i klickar i kålbladen, som brynes på båda sidor i stekpannan. Kåldolmarna lägges därefter på stekplåten. Stekpannan vispas ur med det utpressade kålspadet, som därefter silas över kåldolmarna. Tomaterna skäres i skivor, vilka lägges över dolmarna, så att de täckes. Alltsammans får steka i ugn och öses då och då. När kåldolmarna är färdiga, tas det som är kvar av tomaterna försiktigt bort. Plåten vispas ur och skyn slås i en kastrull tillsammans med vatten och en buljongtärning, redes med litet mjöl och passeras.

OSTPAJ MED BACON

Deg
125 g margarin
3 dl vetemjöl
2 msk vatten
Fyllning

8 skivor knaperstekt bacon
3 dl riven ost
3 ägg
1 1/2 dl mjölk el grädde
salt, peppar

Blanda samman margarin, vetemjöl och vatten och arbeta hastigt ihop degen. Degen ställes på svalt ställe. Kläd en vattensköld eldfast form med degen, lägg baconskivorna på botten, vispa samman ägg, mjölk, ost och kryddor och slå smeten över baconskivorna. Grädda pajen i 225° tills den fått vacker färg. Serveras het med kall tomatsallad.

Insänt av: Fru Lundqvist, Björkenborg, STALLARHOLMEN

KARINS GODA KÖTTSTUVNING

1 pkt djupfrost renskav
1 burk svamp
1 stor gul lök
smör

salt, peppar
2 msk vetemjöl
2 dl gräddmjölk
1 buljongtärning

Renskaven tinas upp och svampspadet slås av svampen. Kött, svamp och hackad lök fräses i smör i en stor stekpanna tills det blivit vackert brunt. Mjölet röres i och får bryna en liten stund. Späd så med svampspad och gräddmjölk och låt koka. Salta, peppra och lägg i buljongtärningen. Servera med kokt ris eller potatis.

Insänt av: Fru Karin Gustavsson, Sockenplan 376, ENSKEDE

BAMI

250 g spaghetti
olivolja
smör
1 stor finhackad gul lök
3 klyftor riven vitlök
4 skalade och i tärningar
skurna tomater

10 små skivade champignoner
en knippa välklippt persilja
1 kkp småskuren savoykål
3 msk rivna hasselnötter
250 g i strimlor skuret lammkött
mjöl
sur grädde

Koka spaghetti i saltat vatten, skölj i kallt vatten och låt den rinna av. Blanda olivolja med litet smält smör och lägg däri lök, vitlök, tomater, spansk peppar, champignoner, persilja, savoykål, hasselnötter och låt det småputtra 15 min. Bryn lammkött, tillsätt litet mjöl och rör i litet sur grädde. Blanda därpå spaghetti, grönsaker och kött väl och servera mycket varmt.

Insänt av: Herr Kurt Levi-Carlsson, KÄTTINGE

RYDBERGSPANNA

innanlår
kalvnjure
gul lök
potatis

purjolök
persilja
timjan
lagerblad

Skär innanlår och njure i tunna skivor, krydda och bryn dem. Varva ner kött-skivor och njurskivor med tunna lökskivor och råa potatisskivor i en gryta. Krydda och håll över litet steksky. Lägg ner en kryddbukett av det gröna av purjolöken, några persiljestjälkar, en kvist timjan och ett lagerblad ombundet med tråd. Låt rätten småkoka färdig. Tag bort kryddbuketten och strö finhackad persilja över och servera direkt ur grytan.

Insänt av: Fröken Birgitta Andersson, Sälgsjär, NAGU, FINLAND

PAPPAS LÅDA

1-1 1/2 hg rökt fläsk
1/2 burk örter och morötter
1 litet blomkålshuvud
1 hg spenat
1 ägg

2-3 dl mjölk
2 msk salt
finklippt dill el
2 msk finhackad persilja

Fläsket skäres i tärningar, sedan varvas alltsammans i eldfast form, varpå en blandning av ägg, mjölk och salt hälls över. Gräddas i god ugnsvärme 225-250° tills den fått vacker färg och stelnat.

Insänt av: Fru Maj-Lis Dahlström, medl 297

FLÄSKKORVSGRYTA

6-8 små morötter
2 hg sockerärter el
4 hg spritärter
4-6 små gula lökar

2 msk smör
salt, vitpeppar
2 msk hackad persilja
4-5 hg fläskkorv

Morötterna skäres i bitar och löken i skivor och fräses i smör. Därefter läges de i en gryta tillsammans med örter och fläskkorv. Krydda lätt med salt och vitpeppar och tillsätt persilja och så mycket kokande vatten, att det står i jämnhöjd med grönsakerna. Låt grytan koka under lock ca 1/2 tim. Servera med kok potatis.

FALUGRYTA

3 hg falukorv
50 g smör
8 hg skalad potatis i bitar
1 burk ärter
1 burk morötter

1 msk tomatketchup
1/2 msk malen timjan
salt
4 msk finklippt persilja

Falukorven skäres i tärningar och brynes i en stekpanna, varefter den tages upp och lägges på en tallrik. 6 dl vatten hälls i stekpannan och får koka upp, och hälls därefter i en gryta tillsammans med potatisen. Kokas tills potatisen är mjuk. Därefter iblandas ärter och morötter samt den brynta korven. Grytan får koka upp och smaksättes med ketchup, timjan och salt. Strö persilja över i serveringsögonblicket.

Insänt av: Fru Ella Olsson, Kläppinge, Ölands-Bredsåtra, KOPINGSVIK

SNABBGRYTA

2 gula lökar
1 stor purjolök
2-3 tomater
1 litet blomkålshuvud

4 wienerkorvar
2 msk smör
3 kkp tärningsbuljong
salt, peppar

Lök och purjolök skäres i skivor och tomaterna i klyftor. Dela blomkålshuvudet i buketter och wienerkorvarna mitt itu. Smöret smältes i en gryta och lök och purjolök fräses, därefter tillsättes tomat, blomkål och korv. Späd med buljong, salt och peppar och låt koka under lock ca 15 min eller tills blomkålen är mjuk. Servera med kokt potatis.

ENKEL MIDDAGSGRYTA

2 kg potatis
3-4 hg falukorv
3 morötter
2 purjolökar

1 gul lök
kryddpepparkorn
salt, vitpeppar

Skala morötter och potatis och skär i tärningar. Koka i saltat vatten tills de är nästan mjuka. Skär korven i tärningar, hacka gul lök och purjolök och låt allt koka tills det är färdigt. Krydda med vitpeppar och krossade kryddpepparkorn.

Insänt av: Fru Harriet Larzon, c/o E Olsson, Friherregatan 21, VÄLLINGBY

SCHWEIZERGRYTA

**1 kg kasseler el rökt och
rimmat fläsk
två gula lökar**

**1 burk haricots verts
ev vitlök**

Kasselern eller fläsket lägges i bit i en stekgryta ovanpå den hackade och smörkokta gula löken. Spadet från en burk haricots verts hälls på och köttet får koka tills det är genomkokt och färdigt ca 1 tim. Ev kan vitlök tillsättas. När köttet är färdigt hälls bönorna i grytan och får bli genomvarma. Köttet tas sedan ur och skäres i skivor och lägges sedan tillbaka i grytan och serveras.

Insänt av: Herr Louis A Feug, Agnes Lagerstedtsgratan 10, HÄGERSTEN

FLÄSK I GRYTA

**7-8 hg magert sidfläsk
salt, peppar
1 stor lök**

**katrinplommon
äpplen**

Fläsksvålen rutas med en skarp kniv, sedan skär man en ficka i fläskbiten, som fylls med äpplen och plommon. Smör smältes i en tjockbottnad gryta, fläsket brynes väl, saltas och peppras. Löken klyves och läggs i, späd med vatten och låt koka under lock ca 1 tim. Såsen redas och spädes med grädd.

Insänt av: Fru Elin Lindborg, Hästhagsvägen 2 B, GUSTAVSBERG

MIN FINA KOTLETTGRYTA

**4-5 kotletter
1 stor gul lök
4-5 tomater
50 g margarin**

**paprika
1 kkp vatten
salt, vitpeppar, socker
1 msk vetemjöl**

Bryn kotletterna fint gulbruna och lägg sedan över dem i en gryta. Skär löken i ringar och bryn dem. Strö över $\frac{1}{2}$ tsk socker och rör om väl. Lägg löken i kotlettgrytan. Skär tomaterna i tärningar och bryn dem. Blanda dem med kotletterna och löken. Koka ur stekpannan med 1 kkp vatten och red av med 1 msk vetemjöl, håll sedan över redningen i grytan, så att den täcker kotletterna. Krydda med paprika, vitpeppar och salt.

Insänt av: Fru Solveig Gunnarsson, Vendelsövägen 14, TROLLBACKEN

ITALIENSK GRYTA

4 hg benfritt kalvkött
1-2 msk smör el margarin
vatten
salt, vit- och kryddpeppar

100 gr brutna makaroner
2-3 msk tomatpuré
1/2 burk gröna bönor

Köttet skäres i mindre bitar och brynes i stekgryta. Vatten spädes på och makaronerna lägges i. Krydda med salt och peppar och koka tills kött och makaroner är mjuka. Strax innan rätten är färdig tillsättes bönorna och tomatpurén. Strö över finklippt persilja.

Insänt av: Fru Dagny Gustavsson, Pl 419, Berg, ATVIDABERG

SÖNDAGSGRYTA

500 g benfri oxrev i bitar
1 msk mjöl
1/4 tsk vitpeppar
1 tsk paprika
1 msk margarin
2 msk tomatpuré
1 tsk buljongpulver el äkta soya
(salt)

1 lagerblad
timjan
några kvistar persilja
2 stora morötter i bitar
88 små gula lökar
1 litet pkt djupfrysta ärter
1 msk hackad persilja

Blanda mjöl, vitpeppar och paprika i en papperspåse. Lägg i köttbitarna och skaka om. Bryn bitarna hastigt i stekpanna och lägg över dem i en stekgryta. Vispa ur pannan med litet vatten. Fyll på med tomatpuré, soya eller buljongpulver och så mycket vatten, att det nått och jämt täcker köttet. Lägg i lagerblad, timjan och persiljekvistar och låt köttet sakta småkoka under lock ca 1 tim 45 min. Då ilägges morötter och lökar. Späd med mera vatten om så behövs. Lägg i de djupfrysta ärtorna omedelbart innan köttet är färdigt. Det brukar koka på ungefär 2 1/2 tim. Skumma då av fett, smaka av såsen, som inte skall vara tjock, endast simmig. Strö över persilja och servera med kokt potatis.

Insänt av: Fru Solveig Carlsson, Prostgatan 6, ATVIDABERG

INDISK KÖTTRÄTT

4 biffar, innanlår
2 gula lökar
3 msk tomatketchup

2 dl risgryn
buljong

Biffarna och löken skuren i skivor brynes och lägges i en gryta. Tomatketchup, risgryn och buljong tillsättes och alltsammans får sakta koka tills grynen är mjuka.

Insänt av: Fru Mia Temsell, Tellberga, SKÅ

BRITTAS KÖTTGRYTA

4 hg benfritt nötkött av
högrev
2 msk margarin
2 msk vetemjöl
5 dl vatten
1 tsk salt

1/4 tsk vitpeppar
1 lagerblad
1 bit selleri
1 purjolök
3 morötter
2 gula lökar

Köttet skäres i tärningar och brynes i margarin. Dofta vetemjöl över och rör om. Späd med vatten och lägg i kryddorna. Låt köttet koka 1 tim. Skär grönsakerna i bitar under tiden och lägg i dem och koka ytterligare 40 min tills grönsakerna är mjuka. Strö rikligt med persilja över.

Insänt av: Fru Britta Ahlberg, Stålbomsgatan 4, NORRKÖPING

FLÄSK- OCH NJURGRYTA

2-3 kalvnjurar
3 hg fläskfilé el
utskuren fläskkarré
1-2 msk vetemjöl
3 medelstora gula lökar

1 burk svamp
salt, vitpeppar
2-3 msk smör el margarin
3-4 dl tärningsbuljong

Putsa njuren, skölj och torka den. Skär därefter njure och fläsk i jämna skivor. Skala löken och skär den i skivor och grovhacka svampen. Vänd njuren i mjölet och stek den vackert brun. Lägg över dem i en liten gryta och strö på resten av mjölet. Bryn fläskskivorna och löken och fräs svampen i en del av fett. Varva därefter ner alltsammans i grytan och krydda mellan varven. Häll till sist över den kokande buljongen så den knappt täcker det översta lagret. Låt rätten småkoka på svag värme ca 40 min eller tills njuren är väl genomstekt och mör. Serveras direkt ur grytan med kokt potatis.

Insänt av: Fru Margit Nilsson, Radarvägen 9, 13 tr, VIGGBYHOLM

LÄTTGJORD OCH GOD PAPRIKAGRYTA

2 röda el gröna paprika
1/2 kg tomater
3-4 hg köttfärs

1 gul lök
1 buljongtärning

Skär paprikan och tomaterna i strimlor. Finhacka löken och låt den puttra i litet vatten. Vispa ut buljongtärningen i vatten i grytan. Blanda ner ingredienserna och rör om. Låt koka sakta tills paprikan är mjuk. Servera potatis till.

Insänt av: Fröken Kersti Arvidsson, Ängsgården, BJÖRNLUNDA

MARGITS KÖTTGRYTA

kokt oxbringa (rester)
2 morötter
6 medelstora potatisar
1 bit selleri
1/2 liten kålrot
1 purjolök

2 dl vatten
tomatketchup
1-2 msk persilja el
kryddkrasse
3-4 dl oxbuljong

Skär grönsakerna i tärningar eller skivor och lägg dem i en gryta, häll på vatten och buljong. Koka tills de är knappt mjuka, tillsätt tomatketchup och skär köttet i tärningar och lägg dem i grytan. Värm upp alltsammans och krydda om så behövs med salt och peppar, strö över persilja eller kryddkrasse och servera direkt ur grytan.

Insänt av: Fru Margit Nilsson, Radarvägen 9, 13 tr, VIGGBYHOLM

HEDVIGS WIENERGULASCH

1/4 kg benfritt oxkött
1/4 kg benfritt fläskkött
1/4 kg benfritt kalvkött
3 hg gul lök
saften av en hel el halv citron

1-2 tsk malen rosenpaprika
margarin
salt
kokande mjölk

Löken skivas grovt och skivorna skäres i centimeterstora bitar, som får fräsa i margarin i stekpanna tills de blir mjuka och mörkgula, då de hälls över i tjockbottnad kastrull. Köttet skäres i kuber med ca 5 cm sida och får bryna, varpå de läggs ner med löken. Salta efter smak, tillsätt citronsaften, strö över paprika och späd med litet kokande mjölk. Om såsen ser ut att skära sig spelar ingen roll, det går tillbaka under kokningen. Koka på svag värme tills köttet är mört, eller helst något längre. Späd då och då med het, uppkokt mjölk. Servera med nykokt potatis.

Insänt av: Fru Ragnhild Hallén-Frisk, Kristallv. 12, HÄGERSTEN

RISGRYTA

2 kkp ris
4 kkp vatten
6 skivor fläsk

1 gul lök
1-1 1/2 msk paprika
2-3 msk tomatsås

Finhacka löken och låt den puttra med litet vatten. Bryn fläsket lätt. Koka upp vatten och tillsätt riset. Blanda i paprika, curry och tomatsås. Låt grytan koka sakta 25-35 min.

Insänt av: Fröken Kersti Arvidsson, Ängsgården, BJÖRNLUNDA

TASKEBABA (Turkisk köttgryta)

5 hg benfritt nötkött
2 stora gula lökar
3 stora morötter

3 rågade msk tomatpuré
salt, peppar och socker
2-3 dl vatten

Köttet skäres i små kuber, lök och morötter skivas. Alltsammans brynes litet i taget tills det får färg i 3 msk fett och lägges därefter över i en gryta. Stekpannan vispas ur. Rätten kryddas rätt kraftigt med peppar och salt och 3 tsk socker. Alltsammans får sedan koka på svag värme tills det mosar sig. Avred med 2 msk vetemjöl utrört med litet vatten. Serveras med rispilaff.

Insänt av: Fru Ruht Lund, Radarvägen 1, VIGGBYHOLM

KALVGRYTA MED TOMATRIS

4 hg benfritt kalvkött
1/2 msk salt
vitpeppar
2 msk klippt persilja

ev vitlösklyftor
1 burk konserverade tomater
2 dl ris
4 dl tärningsbuljong

Skär kalvköttet i tärningar, 2×2 cm och bryn dem i olja eller smör. Krydda med salt och vitpeppar och strö över persilja och ev ett par hackade vitlösklyftor. Häll över en burk konserverade tomater, skurna i mindre bitar, och lägg lock på grytan och sjud tills kötet är mört och tomaterna ordentligt mosiga. Strö över riset och häll buljong över. Lägg på locket och sjud tills riset är färdigt. Servera direkt ur grytan.

Insänt av: Fru Ulla Areskoug, Edinsvägen 11, EKTORP

LEVERFÄRS

3 hg oxlever
2 hg fläskfärs
1 hg rökt fläsk
2 1/2 dl skorpmjöl
3 dl mjölk
1 stort ägg
1 gul lök
3 msk tomatpuré

1 msk citronsaft
1 tsk vitpeppar
1 msk salt
1 msk paprika
3 msk potatismjöl
2 msk konjak el dessertvin
1 tsk socker

Skorpmjölet lägges i blöt i mjölken. Levern males två gånger med löken och sista gången med fläskfärsen och det rökta fläsket. Sedan blandas alltsammans och arbetas kraftigt. Ett prov stekes och färsen avsmakas. Sedan kokas färsen i vattenbad 1 tim i avlång form. Serveras varm eller kall.

Insänt av: Fru Agnes Karlsson, Lyckeby, BLACKSTAD

LEVER MED ÄPPELMOS

lever
äppelmos:
1 kg syrliga äpplen

vatten
65 g socker

Stek leverskivorna (panera ej) och krydda och salta först efter stekningen. Lägg upp äppelmoset på ett fat, placera leverskivorna ovanpå och strö över riven pepparrot. Koka ur stekpannan och smaksätt skyn med ett litet glas madeira.

Insänt av: Fru Iris Bergman, Bölinge, TYSTBERGA

MALDA LEVERBIFFAR

2 hg oxlever
2 hg potatis
1 stort ägg

1 gul lök
salt, peppar

Levern, potatisen och löken males. Färsen blandas med det uppvispade ägget och smaksättes med salt och peppar och ev en knivsudd timjan. Stekes i lagom het stekpanna, som små plättar. Servera med lingonsylt och kokt potatis.

Insänt av: Fru Inger Wallin, Våringgatan 23, STOCKHOLM

GOD LEVERGRYTA

1/2 kg skivad oxlever
4-5 tomater
2 gula lökar
1 hg rökt fläsk i strimlor
1/2 dl grädde

vatten
salt, vitpeppar,
paprika, cayennepeppar
till panering:
4 msk vetemjöl, 1 tsk salt

Låt levern "dra" i 1 l vatten 1/2 tim och får sedan rinna av. Leverskivorna doppas i paneringen och brynes hastigt på båda sidor och lägges över i en liten stekgryta. Stekpannan vispas ur med 1 kkp hett vatten och skyn slås över levern. Fläskstrimlorna brynes lätt och tages upp. I flottet brynes den i skivor skurna löken vackert ljusbrun och sist blandas de skalade i skivor skurna tomaterna ned bland löken och får fräsa upp tillsammans med fläsket. Allt-sammans slås sedan över levern och spädes med mera vatten. Smaksätt med 1/2 tsk vitpeppar, 1 tsk paprikapulver och en aning pulvriserad cayennepeppar. Får puttra ca 20 min under lock. Strax före serveringen ihälles grädde.

Insänt av: Fru Ellen Lindholm, Vendelsövägen 14, TROLLBACKEN

MORMORS LEVER

8-10 skivor kalvlever
8-10 skivor bacon
3-4 stora lökar

10-12 råa potatisar
finklippt persilja

Bacon och löken skuren i tunna runda ringar fräses ihop. Potatisen skäres i tunna skivor och råstekes. Kalvlevern steks härligt ljusbrun och därefter lägges allt på ett smörat eldfast fat. Levern först, sedan delas det andra lika på skivorna och litet finklippt persilja strös över. Gräddas i ugn några minuter. Garnera med tomater och gurka.

Insänt av: Fru Lilly Pettersson, Karlfeldtsvägen 15, STOCKHOLM

LEVERSCHNITZEL PÅ RISBÄDD

8 hg oxlever
salt, peppar
salvia
vetemjöl
2 dl ris
4 dl vatten

1 tsk salt
smör
garnering:
äppelskivor och
lingonsylt

Skär köttet i centimetertjocka skivor och skölj och torka av dem väl. Vänd skivorna i en blandning av 4 msk vetemjöl, 1½ tsk salt, 1 nypa vitpeppar och 1 nypa salvia och stek dem vackert bruna på inte för stark värme ca 4 min på varje sida, så de blir ordentligt genomstekta. Spola riset i kallt vatten och koka i 4 dl vatten, 1 tsk salt och en klick smör. Låt riset koka sakta i 18 min på svag värme under tättslutande lock. Bred ut riset på ett hett fat och lägg på leverskivorna och täck dem med en smörfräst äppelskiva och en klick lingonsylt.

Insänt av: Fru Sigrid Jansson, Arkitektvägen 157, BROMMA

PIELÉ PÅ LAMM

lammkött
1 stor gul lök
kålrötter

morötter
salt, peppar

Lammköttet skäres i små bitar och brynes tillsammans med löken, skuren i tjocka bitar. Kålrötter och morötter skäres i stora tärningar och lägges i när köttet är brynt. Vatten slås över, krydda och låt koka.

Insänt av: Fru Mia Temrell, Tellberga, SKÅ

NJURGRYTA MED ÄGGRÖRA

2 kalvnjurar	3 dl buljong
salt, peppar	1 lagerblad
1 gul lök	12 prinskorvar
2 msk smör el margarin	3 ägg
1 msk tomatpuré	3 msk grädde

Kalvnjurarna putsas så att litet av fettets sitter kvar och skäres i tunna skivor, som saltas och peppras. Löken hackas fint och fräses i fett, varefter njur-skivorna lägges ned och brynes på båda sidor. Späd med tomatpuré och buljong och tillsätt lagerbladet och låt grytan småputtra under lock ca 10 min. Under tiden fräses prinskorvarna i fett och äggröran göres i ordning av ägg, grädde och kryddor. Korven blandas ner i grytan och ovanpå lägges äggröran med en sked.

Insänt av: Fru Alfhild Gustavsson, Ekkällvägen 2 A, FINSPANG

LAMMSTEK A LA MIDI

3/4-1 kg fransyska av lamm	10 vitpepparkorn
2 stora gula lökar	salt
(2 vitlöksklyftor)	margarin
1 msk tomatextrakt (italiensk	3 stora potatisar per person
tomatpasta i tub)	kokande vatten
1 litet lagerblad	

Spola snabbt av köttet med hett vatten, torka och bryn det i margarinet i stekgryta. Löken skalas, skäres i klyftor och får bryna med köttet. Därpå tillsättes det sönderbrutna lagerbladet, tomatpastan och pepparkornen samt ev vitlök. Mot slutet av bryningen saltas efter smak, litet kokande vatten tillsättes, värmen minskas så att innehållet endast puttrar sakta, och de hela får steka under lock en timme under noggrann passning och spädning. Potatisarna skalas, skärs mitt itu och läggs i grytan. Skyn avsmakas, saltas eventuellt ytterligare något och spädes med så mycket kokande vatten, att potatisen mer kokar än steker. När potatisen är mjuk, efter ca 3/4 tim tas den upp, befrias från ev medföljande kryddor och hålls varm. Stekskyn passeras genom sikt, upphettas på nytt i såskastrull, medan man skär upp steken. Litet tjock grädde tillsättes såsen om så önskas. Ingredienserna serveras genast, var för sig, gärna med färsk gurka eller grönsallad till.

Insänt av: Fru R. Hallén-Frisk, Kristallvägen 12, HÄGERSTEN

LAMMKOTLETT A LA TURK

2 kotletter pr person
sardeller
ättiksgurkor
gul lök
citronsaft

olivolja
vitpeppar, salt
ingefära
dillsmör

Späcka kotletterna med små bitar av sardeller, ättiksgurkor och gul lök. Pensla dem med en blandning av citronsaft och olivolja. Låt dra i 2 tim. Stek dem hastigt gulbruna i smör. Krydda med vitpeppar, salt och en aning ingefära. Pensla med citronsaft och garnera med en klick dillsmör.

Insänt av: Herr Kurt Levi-Carlsson, KÄTTINGE

PERSISK LAMMKOTLETT

2 skivor spickeskinka
2 skivor lammkött
125 g ångkokta champignoner
sur grädde

Worcestersås
2 lammkotletter pr person
tomater
riven ost

Gör en färs av spickeskinka, lammkött och champignoner. Blanda i litet sur grädde och smaksätt med Worcestersås. Stek lammkotletterna gulbruna i olivolja. Lägg en klick färs mellan kotletterna. Lägg överst en 1/2 tomat och strö riven ost över. Lägg kotletterna i en eldfast form och gratinera i het ugn 5 min. Servera med kokt ris.

Insänt av: Herr Kurt Levi-Carlsson, KÄTTINGE

BEBOTEE (Malajisk lammkotlett)

1/2 kg lammkött
vitt bröd
1 ägg
1 msk currypulver
1 finriven gul lök
10 hackade sötmandlar

saft och rivet skal av
1 citron
1 msk smör
1/2 kkp tjock grädde
salt, socker

Lammköttet males tillsammans med innanmätet av ett vitt bröd. Blanda ägg, currypulver, finriven gul lök, som kokats mjuk i smör, hackad sötmandel, citronsaft och skal, smör, tjock grädde samt salt och socker efter smak. Blanda detta väl med köttet. Fyll en väl smörad puddingform med smeten. Sätt väl på lock och koka i vattenbad ca 45 min. Serveras tillsammans med kokt ris eller kallt på smörgås.

Insänt av: Herr Kurt Levi-Carlsson, KÄTTINGE

KÖTTRÄTT A LA STELLA POLARIS

6 lammkotletter
1 kålhuvud

1 liter vatten
salt, peppar

Bryn lammkotletter och kål var för sig och blanda sedan. Tillsätt 1 l vatten, salt och peppar och koka ca 1 tim. Serveras med kokt potatis.

Insänt av: Fru Gunhild Jansson, Box 21, LINANAS

REVBENSSPJÄLL SOM GÅS

1 1/2-2 kg revbensspjäll
salt, peppar

äpplen
katrinplommon

Benen uttages ur revbensspjället, som sköljes och torkas. En del av fettet borttages och köttet gnides in med salt och peppar. Fyll med skalade och skivade råa äpplen och urtagna förvållda katrinplommon. Rulla sedan ihop köttet och bind om. Köttet stekes i het ugn, som gås, och spädes och öses som vanligt. Stekes ca 3 tim. Om spröd yta önskas hålles ugnsluckan på glänt de sista 15 min. Såsen silas, skummas och avredes.

Insänt av: Fru Ingeborg Dahl, Hökarvägen 31, HÄGERSTEN

GRETAS FLÄSKFILÉ

fläskfilé
rökt skinka
stuvning:

sparris
tunn grädde

Fläskfilén skäres i skivor och stekes. Salta och peppra och lägg skivorna i botten på en eldfast form. Rökt skinka i tunna skivor stekes hastigt och på varje filéskiva lägges en skiva skinka. En tunn stuvning göres av sparrisspadet och tunn grädde och smaksättes. Sist iröres sparrisen försiktigt. Stuvningen hålles över filén, som får stå i varm ugn och bli helt genomvärd.

Insänt av: Fru Greta Berggren, Anundvägen 11, DJURSHOLM

CHAMPIGNONFYLLD FLÄSKHARE

1 stor fläskhare

1 liten burk champignoner i smör
salt, peppar, paprikapulver

3 tsk mjöl

3 dl grädde, hälften tjock,
hälften tunn

Putsa fläskharen och skär med en vass kniv en längsgående ganska djup skåra. Fyll skåran med svamp och bind om den tätt med garn doppat i hett vatten. Krydda haren med salt, vitpeppar och paprikapulver och lägg den i en väl smord eldfast form. Stek den i god ugnsvärme tills den fått vacker färg och känns mör. Ös ibland med smör. När den är färdig tages den upp och hålles varm, medan såsen lagas. Smält 1 msk smör i en kastrull, dofta över mjölet och rör om väl. Späd med grädden och sila i stekskyn. Vispa såsen kraftigt och låt den sedan koka samman på svag eld. Ev överblivna champignoner lägges i och såsen avsmakas med salt och peppar. Klipp upp banden på haren och tag bort dem. Skär filén i stadiga skivor och servera med gräddsåsen, pommes frites eller hasselbackspotatis och grönsaker.

Insänt av: Fru Elin Gustavsson, Rönnberga, STALLARHOLMEN

SENA SPANERAD FLÄSKHARE

$\frac{3}{4}$ kg fläskkorv

3 tsk senap
rivebröd

riven ost

smör

Låt korven sjuda 10 min i lätt saltat vatten. Lägg den på ett smort eldfast fat och bestryk den med senap, rivebröd och riven ost. Smält en stor klick smör och håll den över. Stek korven i medelvarm ugn 225°. Ös den då och då med fettet och litet buljong tills den fått vacker färg ca 30 min. Skär upp korven och servera med skyn, potatismos och brysselkål.

Insänt av: Fru Britta Sundberg, Borgaregatan 8, NYKÖPING

FRANSK FLÄSKFILE MED OLIVER

6 hg fläskhare (utskuren kotlettrad)

yllning: 2 msk persiljesmör

10 st hackade oliver

1 msk finskuren purjolök

till stekning:

2 msk smör el margarin

till stesky:

1 del rödvin, 1 del vatten

Gör två längsgående skårar i köttet. Båda skårorna fylls, den ena med persiljesmör och den andra med hackade oliver och finskuren purjolök. Bind om köttet med garn. Bryn fläskharen på alla sidor och sätt in den i ugn vid 175°. Låt fläskharen sakta steka färdig. Späd med 1 del rödvin och 1 del vatten. (Buljong går också bra) Extra piffig smak blir det med några stötta pepparkorn, som blandas med vinet eller buljongen. Servera med potatis och champignonsås. Låt champignonerna koka halvfärdiga i stekskyn, det ger en underbar smak åt såsen.

Insänt av: Fru Hilma Mattsson, Ynglingagatan 35 B, STOCKHOLM

KÖTT MED CURRY

**3 dl kokt el stekt kött skuret
i tärningar (helst kalvkött)
1 stor gul lök
2 äpplen**

**2 bananer
1 msk curry
1/2 tsk salt
4 msk buljong el vatten**

Löken skalas, hackas och blandas med äpplen och bananer skalade och skurna i tärningar. Löken och frukten brynes i smör. En blandning av curry, salt och buljong eller vatten hälls över och alltsammans får koka 15 min. Då lägges köttet, som hettas upp utan att koka. Rätten lägges upp mitt på ett runt fat innanför en bård av kokt ris eller potatismos.

Insänt av: Fru Doris Thörnqvist, Dagöholm, Pl 2132, VALLA

SPARRISGRATINERAD KALV

**benfri kalv av kottlettraden
salt, peppar
1 1/2 hg rökt skinka**

**sparrisstuvning
parmesanost**

Köttet skäres i centimetertjocka skivor, som bultas med handen. Krydda och vänd skivorna i mjöl och stek i smör och olja, tills de är genomstekta, men inte mer. Lägg skivorna på ett smort eldfast fat och klipp rökt skinka över. Slå på en tjock sparrisstuvning, så att hela fatet täcks och strö parmesanost över. Gratineras i ugn och serveras med kokt ris.

Insänt av: Fru Christina Nordström, Hammarbacken 13, DANDERYD

KALVRAGU

**1 kg kalvbringa
6 tomater
4 stora gula lökar
1 1/2 hg champignoner
5 msk mjöl**

**1 dl olja
vitt vin
buljong
1 klyfta vitlök
salt, peppar**

Dela bringan i små bitar och bryn dem på alla sidor i olja. Skär löken i bitar, tillsätt dem och låt dem bryna. Krydda. Strö över mjölet och vänd det hela så att allt får färg. Späd med buljongen och vinet. Skär champignonerna i skivor och bryt sönder tomaterna. Tillsätt detta och låt det koka mycket sakt under lock ca 1 1/2 tim. Serveras med ris.

Insänt av: Fru Britta Flycht, Kungsgatan 25, NYKÖPING

KALVFRIKASSÉ MED SVAMP

$\frac{3}{4}$ kg kalvbog i mindre bitar
3 msk smör el 3 msk olja
1 liten gul lök
 $\frac{1}{2}$ hg rökt fläsk i tärningar
salt, peppar

$\frac{1}{2}$ tsk hackad dragon
1 $\frac{1}{2}$ –2 dl torrt vitt vin
1 dl tjock grädde
2 hg skivade champignoner

Bryn kalvkötsbitarna i smör eller olja så att de får fin färg, tillsätt hackad lök och fläsk. Krydda med salt och peppar och späd med vin. Låt puttra under lock ca 45 min. Späd med grädden strax innan grytan är färdig, smaka av och servera rätten överströdd med den brynta svampen.

Insänt av: Fru Ulla Areskoug, Edinsvägen 11, EKTORP

KOKT RIMMAD OXBRINGA m KÅLRÖTTER

$\frac{3}{4}$ kg benfri rullad och
rimmad oxbringa
1 morot
1 gul lök

1 purjolök
persilja
lagerbärsblad
1 kålrot

Oxbringan kokas upp i vatten och skummas. Tillsätt morot, lök, purjolök, persilja och lagerbärsblad och låt bringan koka tills den är mjuk. Skala kålroten, skär den i stora tärningar och bryn dem i matfett. Späd med litet buljong från bringan och låt bitarna puttra tills de blir mjuka. Skär upp bringan i skivor och lägg kålrötterna vid sidan om. Servera med sky av den hopkokta buljongen och potatismos.

Insänt av: Fru Margit Nilsson, Radarvägen 9, 13 tr, VIGGBYHOLM

NELSON-BIFFAR — En rätt i tryckkokaren

$\frac{1}{2}$ kg benfritt oxkött
1 gul lök
1 burk svamp
1 $\frac{1}{4}$ dl grädde
10 g vetemjöl

vitpeppar
2 kokta potatisar
1 buljongtärning
30 g smör

Skär köttet i lagom tjocka skivor och bryn dem i stekpannan i litet fett. Fräs samman smör, lök och svamp med vetemjölet. Häll detta i tryckkokaren och tillsätt en kkp buljong och grädden. Låt det koka på gallret 25–30 min. Krydda med salt och vitpeppar.

Insänt av: Fru Solgerd Hansson, Nygatan 8 a, GNESTA

OXROULADER

5 skivor oxkött
1 stor ättiksgurka
1-2 hg späck
4 gula lökar

senap
malen vitpeppar
salt
tjock grädde

Bulta lätt på köttet och strö på salt och peppar. Bred på ett tunt skikt senap med en kniv. Skär späcket i stavar (som pommes frites), dela gurkan på längden i 5 delar och skär löken i tärningar och lägg på skivorna så mycket som går. Rulla ihop och linda tråd om och knyt. Bryn rouladerna i järngryta rätt så mörka och späd sedan med vatten eller buljong. Koka tills köttet är mjukt. Såsen får en fin smak om en bit gurka får koka tillsammans med köttet. Tag upp rouladerna och klipp bort trådarna. Rör ut litet vetemjöl i vatten och håll i såsen, som får koka upp. Sila såsen och krydda om så behövs. Späd till sist med litet tjock grädde.

Insänt av: Fru Wilma Billgren, Dörrvägen 1, ENSKEDE

AGNES GODA KÖTTRÄTT

1 skiva oxfilet el
utskuren biff pr person
2 gula lökar
buljong
salt, peppar

paprika
ris
champignoner
finhackad persilja

Löken hackas och brynes ljust. Därefter lägges köttet, skuret i tärningar, i och får bryna 10-15 min. Spädes med litet buljong och saltas, peppras och litet pulvriserad paprika strös i. Riset kokas i 18 min under lock. Riset lägges upp på båda sidor på ett fat, köttet lägges i mitten och hela anrättningen öses över med hackade och smörfrästa champignoner. Finhackad persilja strös över.

Insänt av: Fru Agnes Jonsson, Maria Prästgårdsgata 1 A, STOCKHOLM

MARIANNES KYCKLINGGRYTA

1 kyckling på 8-9 hg
3 msk smör
1 halvburk kons. champignoner
2 1/2 dl tjock grädde

1 1/2 msk tomatpuré
1 medelstor finfackad lök
salt, vitpeppar el 4 kryddor

Stycka kycklingen i jämna inte för stora bitar och bryn dem i smöret tillsammans med champignonerna. Tillsätt grädden och svampspadet, tomatpurén och löken. Salta och peppra. Låt grytan småputtra under lock ca 45 min.

Insänt av: Fru Marianne Carlsson, medl 129, Hagevägen 7 a, KÖPING

KYCKLINGGRYTA MED CHAMPIGNONER

ungtuppar el
små kycklingar
salt
poule au pot-tärning
rödvin

chalottenlökar el gul lök
champignoner
röd piementos
tjock grädde

Klyv tupparna eller kycklingarna och gnid in dem med salt och bryn dem i smör. Lägg dem i en gryta och låt dem sjuda färdiga ev smaksatt med en poule au pot-tärning och några mtsk rödvin. Förväll ett antal chalottenlökar eller gul lök i liten storlek, låt dem sjuda med i grytan. Hacka några röda piementos och guldbryn små hela champignoner. Strax före serveringen blandas allt och smaksättes med salt och peppar och sist slås rikligt med tjock grädde över. Får sedan ej koka, då grädden gärna skär sig. Servera med ris eller hasselbackspotatis och grönsallad.

Insänt av: Fru Birgit Englund, Älgövägen 11, SALTSJOBADEN

DELIKATESSKYCKLING

2 kycklingar
1 burk champignoner i smör
mjölk
mjöl

salt, vitpeppar
smör
2 1/2-3 dl tjock grädde

Kycklingarna ansas, skäres i 4 delar och lägges i mjölk. Vänd dem därefter i mjöl blandat med salt och peppar. Stek kycklingarna vackert gula på alla sidor och lägg dem i en smord eldfast form. Champignonerna fräses upp och lägges över kycklingarna. Till den tjocka grädden tillsättes litet salt och peppar och allt hälls över kycklingarna. Gräddas i ugn ca 30 min, de första 20 min under lock.

Insänt av: Fru B Fors, Södergatan 11, STOCKHOLM

KYCKLINGGRYTA

1-1 1/2 kg styckad kyckling
1/4 kkp smör
salt, peppar
1 msk vinäger

2 msk Vorchestershiresås
1/4 kkp ketchup
1/2 msk socker
2 1/2 dl buljong

Kycklingbitarna brynes väl på alla sidor. Strö salt och peppar på och lägg i en eldfast form. Blanda samman vinäger, vorchestershiresås, ketchup och socker och häll över. Stek i medelvarm ugn ca 50 min. Ös och späd med den heta buljongen under stekningen.

Insänt av: Fru Ulla Areskoug, Edinsvägen 11, EKTORP

HÖNSSTUVNING

1 kokt höns skuret i tärningar	2 dl grädde
1/2 liten finhackad gul lök	salt, peppar
2 ägg	paprika och curry
2 dl buljong av det kokta hönsset	

Fräs löken i margarin och pudra med vetemjöl. Späd med buljongen. Vispa i ägg och grädde och låt det koka upp. Lägg i det skurna köttet och krydda. Klipp persilja över och servera med små brynta potatis eller spaghetti.

Insänt av: Fru Margareta Svensson, Skogsliden, Birkekärr PI 400, VALDEMARSVIK

GRILJERAT KÖTT

1/2 kg kokt el stekt kött	1-1 1/2 dl skorpmjöl
1 ägg	2 msk smör eller margarin
1/2 dl mjölk	

Köttet skäres i skivor. Dessa doppas i ägg uppvispat med mjölk och vändes i skorpmjöl. En stekpanna upphettas på stark värme, och köttet får steka vackert gulbrunt i smör.

Insänt av: Fru Ruht Ohlander, Färentuna, medl 368

RISPILAFF

4 dl risgryn	1 gul lök
8 dl kokande vatten	salt

Löken hackas och brynes samman med grynen. Späd med kokande vatten. Koktid 18 min.

Insänt av: Fru Ruth Lund, Radervägen 1, VIGGBYHOLM



EFTERRÄTTER

CITRONSOPPA

1 1/2 l vatten
1 1/2 citron
3/4-1 kkp socker

2 msk potatismjöl
2 äggulor
1 dl vispgrädde

Vattnet kokas upp tillsammans med citronskalet, som skurits i strimlor, samt citronsaften och sockret. Skalet silas ifrån soppan och därefter redas med potatismjölet utrört i kallt vatten. Äggulorna lägges i en skål och soppan slås het på under kraftig vispning. Grädden slås till skum och tillsättes då soppan är kall.

Insänt av: Fru Siv Yding, Salthamn, VISBY

APELSINSOPPA

35 g smör
20 g mjöl
1 l vatten
4 apelsiner

2 äggulor
1 1/2 msk vaniljsocker
socker efter smak

Vattnet kokas upp tillsammans med apelsinskalen. Skalen silas ifrån och därefter redas soppan med smör och mjöl, som bakats ihop. Äggulorna, socker och vanilj röres ihop och därefter tillsättes apelsinsaften. Låt den redde soppan koka upp därefter slås den över äggröran under vispning.

Insänt av: Fru Karin Persson, Persbo, RIMFORSA

JORDGUBBSDRÖM

6 dl vetemjöl
1 dl socker
rivet skal av 1 citron
1 tsk bakpulver
200 g smör el margarin

1 ägg
fyllning och garnering:
1 l jordgubbar
3 dl tjock grädde
1 msk florsocker

Lägg alla ingredienserna till degen i en bunke och arbeta ihop dem. Dela degen i tre eller fyra lika stora bitar och platta ut dessa med fingrarna till lika stora runda kakor, som lägges på smorda plåtar och gräddas i god ugnsvärme 225° ca 10 min. Låt bottnarna kallna på plåtarna, ta bort dem försiktigt och täck dem med lätt sockrad vispgrädde och sköljda, t o r r a jordgubbar. Garnera och lägg samman bottnarna just i serveringsögonblicket, så har de sin sprödhet kvar.

Insänt av: Fru Ninni Nylund, Nickby, Broböle, RONNÄSA, FINLAND

ISLA FLOTANTE (Flytande ö)

4 äggvitor
8 msk florsocker

vaniljsås

Äggvitorna vispas till hårt skum och sen ännu 10 min. Rör försiktigt i florsocker. En ringform täcks med brynt socker, som till brylépudding, och massan hålls i formen. Gräddas i svag ugn ca 20 min. Släck ugnen och låt formen stå kvar ännu 15 min. Stjälp sedan upp marängen och håll vaniljsås i och utanför ringen.

Insänt av: Fru Ninni Nylund, Nickby, Broböle, RONNÅSA, FINLAND

BISCUIT TORTONI

2 dl vispgrädde
 $\frac{1}{2}$ dl florsocker
1 äggvita, hårt vispad

1 dl mandelkakor el dyl
i smulor
3 dsk sherry

Vispa grädden hårt och blanda försiktigt i socker, äggvita, kaksmulor samt sherry. Häll blandningen i portionsglas och strö över mera kaksmulor. Sätt glaset i kylskåp eller ännu hellre i frysbox tills anrättningen blir fast.

Insänt av: Fru Ninni Nylund, Nickby, Broböle, RONNÅSA, FINLAND

FRUKTSALLAD I CITRONSKUM

2- 3 syrliga äpplen
2- 3 päron
8-10 plommon
2- 3 bananer
1- 2 apelsiner

2 äggulor
1 dl florsocker
saft av $\frac{1}{2}$ citron
1-2 dl tjock grädde

Skölj frukten, torka den och tag bort kärnhus och kärnor. Rör äggulor och socker pösigt, vispa grädde och citronsaft till hårt skum. Blanda ner äggsockermassan i grädden. Skär frukten i jämna, rätt små bitar och blanda den i citronskummet. Servera rätten nylagad och kall.

Insänt av: Fr Siw Kronqvist, c/o Hidestrand, Tenningen 34, KALLHÄLL

ÄTLIGA FLUGSVAMPAR

4 st små el 3 stora bananer
2 dl vispgrädde
8 kokta aprikoser

1 tsk vaniljsocker
några droppar grön karamellfärg

Grädden vispas till hårt skum och färgas svagt grön. En halv tesked grädde tas undan innan färgningen. Bananerna skalas, och de små delas i två, de stora i tre lika stora bitar, vilka ställs i grädden på serveringsfatet. En kokt aprikoshalva lägges på varje bananbit. Med en tandpetare göres vita prickar av den ofärgade grädden på aprikoserna.

Insänt av: Fru Annie Pettersson, Kyrkbyn Rute, LÄRBRO

BARNENS ÄLSKLINGSEFTERRÄTT

1 ägg
1 1/2 kkp socker
1 1/2 kkp vetemjöl

lingongrädde:
2 dl vispgrädde
3-4 msk lingonsylt

Alltsammans blandas kraftigt samman och lägges sedan med en matsked ut till tunna plättar på plåt, ej mer än tre åt gången. Gräddas guldgula och skäres loss och rullas snabbt ihop till strutar. Fylles sedan med lingongrädde.

Insänt av: Fru Ruth Lund, Radarvägen 1, VIGGBYHOLM

GRETAS BANANDESSERT

Bananer
djupfrysta blåbär

vispgrädde
chokladbitar

Skiva bananerna och lägg upp dem högt på ett runt fat och lägg upptinade blåbär runt om bananpyramiden och till sist en ring av vispad grädde. I grädden nedstickes chokladbitar.

Insänt av: Fru Greta Berggren, Anundvägen 11, DJURSHOLM

TÄRTA DE BANANA FRÅN BRASILIEN

6 bananer
2 ägg
1/2 l vatten

rivet skal av 1/2 citron
strösocker

Skala och skär bananerna i 1–2 cm tjocka skivor, och lägg dem på botten av en smord eldfast form. Vispa äggulor, vatten, citronskal och 1 dl socker vitt och pösigt och bred ut massan över bananerna. Vispa äggvitorna till mycket hårt skum och tillsätt 4 msk socker och täck formen med marängen. Grädda i svag ugnsvärme 175–200°, tills den fått vacker färg. Garnera pajen med färsk eller konserverad frukt och servera den avsvalnad.

Insänt av: Fru Birgit Englund, Älgövägen 11, SALTSJOBADEN

FLARNEFTERRÄTT

Köpt portionsglass
till garnering:
1–2 dl vispgrädde
vindruvor, bananskivor el
kokta äppelklyftor
Flarnbottnar:

150 g margarin
150 g strösocker
150 g sötmandel el
75 g mandel och 75 g havregryn
2 msk vetemjöl
2 msk mjölk

Mandeln skällas och males. Alla ingredienserna röres ned i en kastrull och får ett hastigt uppkok. Smeten bredes tunt ut på en plåt och gräddas snabbt i en ugnsvärme av 225°. På en plåt av ordinär storlek kan två bottnar gräddas. De flyter ut mycket och blir håliga. När de tagits ut ur ugnen väntar man ett litet tag innan man försiktigt lossar dem och för över på ett serveringsfat. Av denna sats blir det fyra rätt stora, tunna bottnar. Strax före serveringen lägger man glass emellan bottnarna och garnerar med vispad grädde och frukt.

Insänt av: Fröken Inga-Britt Hallgren, Tranebergsvägen 56, BROMMA

SÖNDAGSRUTA MED FRUKT

3 äggvitor
1 1/2 dl socker
2 tsk rivet citronskal

1 burk mandariner
2 hg blå el gröna druvor
1/2 pkt citronjello

Vispa vitorna till maräng och tillsätt socker. Pröva med ett prov i ugn, att smeten håller formen. Smaksätt med citron. Spritsa ut marängen i rutmönster på ett ugnseldfast fat. Grädda i svag värme. Rutorna fylls med mandarin-klyftor och druvor omväxlande. Lös upp jellopulvret efter anvisning och dekorera, om så önskas, även med gelé. Serveras ev med tunn grädde.

Insänt av: Fru Tora Carlsson, Tallåsen, ORNO

FIKON I APELSINSÅS

1 pkt fikon (500 g)
saften av 8-10 apelsiner
rivet skal av 1 citron och

1 apelsin
3 dl osötad vispgrädde
grovt hackade nötkärnor

Plocka isär fikonen och lägg tillsammans med det rivna skalet i en burk med lock. Den pressade apelsinsaften hälls över så att den täcker fikonen. Locket lägges på och burken ställes mörkt och svalt och får stå och svälla minst ett dygn, gärna två. Fikonen lägges på serveringsfat och garneras med vispgrädde och grovt hackade nötkärnor.

Insänt av: Fru Anna-Lisa Fryklund, Ladugatan 11, STRÅNGNÄS

BRYLÉPUDDING

7 ägg
2 kkp socker

1 l mjölk
3 tsk vaniljsocker

1 kkp socker brynes i stekpanna och sedan beklädes formen med sockret. De övriga ingredienserna, utom mjölken, vispas pösigt och därefter iröres mjölken. Gräddas i medelvarm ugn.

Insänt av: Fru Margareta Svensson, Skogsliden, Birkekärr, Pl 400, VALDEMARSVIK

GRÄDDKRANS MED PERSIKOR

3 äggulor
 $\frac{1}{2}$ hg strösocker
 $\frac{1}{2}$ l gräddmjölk
5 tsk gelatinpulver
1 dl vatten

vaniljsocker efter smak
2 $\frac{1}{2}$ dl tjock grädde
Till garnering:
1 burk persikor
1 $\frac{1}{2}$ -2 dl tjock grädde

Äggulor och socker röres vitt och poröst, den kokande gräddmjölken tillsättes litet i sänder under kraftig vispning. Krämen hälls tillbaka i kastrullen och sjudes ett ögonblick. Kastrullen tages från plattan och gelatinet utrört i litet hett vatten röres ned. Vaniljsocker tillsättes efter smak. Krämen vispas till den svalnat. Blanda därefter ner 2 $\frac{1}{2}$ dl tjock vispad grädde. Slå upp krämen i en sköljd och sockrad ringform. Ställ den att stelna på kallt ställe. När den stelnat stjälpes den upp på ett vattensköljt glasfat och väl avrunna persikor eller plommon lägges i mitten. Garnera runtom med spritsad grädde.

Insänt av: Fru Elin Gustafsson, Rönnerberga, STALLARHOLMEN

PERSIKO P A J

250 g margarin
1 dl socker
1 ägg

1 tsk bakpulver
3 1/4 dl vetemjöl
1 burk (450 g) persikor

Margarinet och sockret röres vitt och pösigt ägget tillsättes under fortsatt omröring. Vetemjålet med det iblandade bakpulvret siktas i blandningen. Degen breddes ut i den smorda formen. Persikohalvorna radas ovanpå, och pajen gräddas i ca 35 min i 150°.

Pajen serveras halvvarm direkt från formen antingen som kaffebröd eller efterrätt. I sistnämnda fall tillsammans med vaniljsås eller grädde.

Insänt av: Fru Lisen Nybacka, SMEDSBY, FINLAND

Ä P P L E m R I S, M A R Ä N G O C H V A N I L J S Å S

1 l färska äpplen el
100 g torkade äpplen
3/4 kkp risgryn
1 1/2 l vatten

1/2 tsk salt
maräng: 2 äggvitor
4 msk socker

Äpplena kokas och får kallna och lägges därefter upp på ett eldfast fat. Riset kokas i 1 1/2 l vatten och 1/2 tsk salt och lägges sedan över äpplena och till sist breddes marängmassan över det hela. Gräddas i mycket svag värme tills marängmassan stelnat. Serveras med vaniljsås.

S O L S T U G A N S E F T E R R Ä T T

Kokta äpplen
Deg: 125 g florsocker
60 g smör

125 g mandel
3 ägg
vaniljsocker

Den skalade och hackade mandeln blandas med sockret och 1 ägg tillsättes. Massan arbetas väl och 2 äggulor, en i sänder, tillsättes. Smeten röres porös och de till skum slagna vitorna nedröres försiktigt och sist det avsvalnade skirade smöret. Degen slås över äpplena, som lagts i en form och gräddas ca 25 min vid 200°.

Insänt av: Fru Märta Björling, ENSKEDE

FASTERS ÄPPELKAKA FASTERRETTEN

100 g sötmandel
1 hg margarin
1 hg socker
4 bittermandlar

2 ägg
8 gr mjöl
1 l syrliga äpplen
socker efter smak

Margarinet och sockret röres, den skällade och malda mandeln och äggulorna tillsättes en i sänder samt mjölet och de vispade vitorna. Äpplena skalas och kokas med sockret till mos och lägges i en eldfast form. Smeten brederes över och kakan gräddas i medelvarm ugn och serveras med vaniljsås.

Insänt av: Fru Greta Wigh, Vallsberg, VÄDERSTAD

ÄPPELKAKA MADE IN USA

6 hg äpplen ca
4 dl vatten
1 ½ dl socker
2 ägg

2 dl socker
4 dl kokosflingor
(1 tsk citronsaft)
margarin till formen

Äpplena kokas till kompott och lägges upp på ett eldfast fat så att ytan blir så jämn som möjligt. Vispa ägg och socker kraftigt. Rör ner flingorna och ev citronsaften i smeten och häll denna över äpplena. Grädda kakan ca 20 min vid 200° tills den fått vacker färg. Serveras avsvalnad med vispad grädde.

Insänt av: Fru Anne-Marie Tjörnebrant, Källgatan 3, VÄSTERAS

ÄPPELKAKA I LÅNGPANNA

3 ägg
3 ½ dl socker
100 g margarin
1 ½ dl grädde el mjölk
4 ½ dl vetemjöl

2 ½ tsk bakpulver
syrliga äpplen
1-2 tsk kanel
4-5 msk socker

Smörj och mjöla en ugnspanna. Vispa ägg och socker pösigt. Koka upp margarin och mjölk tillsammans och vispa ner det i ägg-sockersmeten. Blanda mjöl och bakpulver och rör ner det och arbeta smeten jämn och slät. Skala äpplena och skär dem i tunna klyftor. Häll smeten i långpannan, lägg äppelklyftorna i rader ovanpå och strö över kanel och socker. Grädda kakan i god ugnsvärme 200—225° ca 30 min. Låt kakan svalna i pannan innan den skäres i bitar.

Insänt av: Fru Ninni Nylund, Nickby, Broböle, RÖNNÄSA, FINLAND

VALNÖTSPANNKAKA

1 ägg
1/4 tsk salt
1/2 dl vatten
6 dl mjölk
3 dl mjöl

25 g malda valnötskärnor
2 1/2 msk smält smör
Garnering: vispgrädde
hackade valnötskärnor

Ägg och salt vispas samman med vatten och 2 dl mjölk. Rör ned mjölet blandat med valnötskärnorna och vispa tills smeten är klimpfri. Tillsätt resten av mjölken och smöret. Grädda pannkakorna vackert ljusgula. Ett tunt lager sylt, helst hjortronsylt, breddes på och pannkakorna hoprullas och lägges på serveringsfat. Vispad grädde breddes över och garnera med hackade valnötter. Pannkakorna är också goda med någon frukt emellan, ex hackade mandarin-klyftor, apelsiner eller bananer.

Insänt av: Fr Margit Eriksson, St. Trädgårdsgatan 64, VASTERVIK

MARIANNES PANNKAKA MED FRUKTTÄRNINGAR

100 g margarin
3-4 dl mjölk
125 g vetemjöl
2 msk socker
2 ägg

1-2 dl färsk frukt
i tärningar (äpple,
apelsin, banan)
1 dl socker

Margarinet smältes i en kastrull och mjölken tillsättes och får koka upp. Därefter iröres mjölet. Smeten röres tills den är jämn och slät och kokat 6-8 min. Får sedan svalna något. Äggulor och socker vispas och tillsättes i den avsvalnade smeten. Sist iröres de till hårt skum slagna vitorna. Bred ut smeten på ett smort smörpapper och grädda i varm ugn (225°). Stjälp upp kakan på ett sockrat papper och bred på frukten samt sockra. Rullas ihop som rulltårta. Pannkakan skäres i tjocka skivor och serveras genast.

Insänt av: medl 129

MINA BÄSTA VÅFFLOR m BANANKRÄM

3 ägg
1 kkp strösocker
1 1/2 kkp potatismjöl
1 hg smält smör el margarin

KräM: 3-4 mosade bananer
1 dl malda nötkärnor
Garnering: vispgrädde
blockchoklad

Ägg och socker vispas ljust och poröst, potatismjölet röres ner och sist det smälta avsvalnade smöret. Våfflorna gräddas vackert gulbruna. Till krämen blandas bananer och nötkärnor med litet vispad grädde till lagom tjocklek. Strax före serveringen breddes krämen på våfflorna, vispgrädde klickas på och garneras med strimlad blockchoklad.

Insänt av: Fru Ellen Lindholm, Vendelsövägen 14, TROLLBÄCKEN

ANANASFROMAGE

2 ägg
3/4 dl socker
1/2 dl ananasspad

6 blad gelatin
1 burk ananaskross
3 dl tjock grädde

Blötlägg gelatinbladen. Vispa ägg och socker vitt och pösigt. Lös gelatinet i litet av ananasspadet och tillsätt det till äggblandningen. Låt blandningen stelna till hälften. Blanda ner den vispade grädden och ananasen. Slå krämen i en glasskål eller portionsskålar och garnera med litet vispgrädde och vindruvor.

Insänt av: Fru Inger Wallin, Vöringgatan 23, STOCKHOLM

NYPONPUDDING

2 dl tjock grädde
3 dl nyponpuré

1-1 1/2 dl socker
4 blad gelatin

Gelatinet löses upp och blandas med den uppvispade grädden och purén. Smaksätt med socker. Upphålles och får kallna ett par timmar. Servera med småkakor.

Insänt av: Fr Hilma Johansson, Box 49, STJÄRNHOV

RABARBERPAJ

1/2-3/4 kg rabarber
2 dl socker
1 1/2 msk potatismjöl

Smuldeg: 2 dl mjöl
1 hg margarin
1 msk socker

Tvätta rabarbern och skär den i 3 cm långa bitar. Blanda socker och potatismjöl och varva i en smord form rabarber och sockerblandning. Sätt in formen med lock i medelvarm ugn i 10 min. Blanda mjöl, margarin och socker till en grymig massa och strö över rabarbern. Formens sättes på nytt in i ugnen och gräddas till degen fått vacker färg, ca 10 min. Servera med tunn grädde.

Insänt av: Fru Birgit Karlsson, Ektorps, BJÖRNLUNDA

ANANASPUDDING

3 äggulor
2 msk strösocker
2 dl tunn grädde
1 1/2 msk vaniljsocker

6 blad gelatin
3 dl tjock grädde
1 burk ananas eller ananaskross

Äggulor, vaniljsocker och strösocker blandas i en skål. Den tunna grädden kokas upp och slås över blandningen under kraftig vispning. Alltsammans slås tillbaka i kastrullen och får sjuda upp, slås därefter tillbaka i skålen och vispas till det kallnat. Den tjocka grädden vispas och blandas i krämen. Användes hel ananas, skäres den i bitar, eller den avrunna ananaskrossen, röres ned. Gelatinet upplöses i ananasspad och röres ned. Hälles sedan upp i portionsskålar och garneras med ananas och vindruvor. Färdig att servera, när den stelnat.

FRUKTPUDDING

4 dl mjölk
4 äggulor
1 1/2 dl socker

8 gelatinblad
3 dl vispgrädde
1 msk vaniljsocker

Sjud en kräm av äggulor, mjölk och socker och vispa den kall. Rör ned en lösning av gelatinblad, vispgrädde och vaniljsocker. Ånga och sockra en form väl och lägg däri krämen varvvis med väl avrunna och fint skuren ananas och hallonkompott eller konserverade hallon och grovt krossade biskottier. Frukten bör inte läggas ända ut till kanten. Låt formen stå kallt över natten och tills den skall serveras. Garnera puddingen med grädde och frukt.

Insänt av: Fru Eva Emrikson, Hemgårdsvägen 13, NYKÖPING



VICKNINGSRÄTTER

CREPES SOS

Kokt potatis
matjessill
grädde el gräddmjölk
hackad dill

peppar
små osockrade pannkakor
riven ost

Skär kokt potatis och matjessill i tärningar. Fräs i en kastrull med smör eller margarin. Späd med grädde eller gräddmjölk och låt koka tills det blir tjockt (potatisen kokar sönder). Strö i hackad dill och peppar. Lägg stuvningen i små vanliga pannkakor av osockrad smet, rulla ihop och gratinera med mycket riven ost i varm ugn.

Insänt av: Fru Wandy Philipson, Ullerudsbacken 54, FARSTA

SILLÅDA I UGN

2 sillar
3 purjolökar
1 knippe gräslök
1-1 1/2 dl vispgrädde

smör
2 msk riven ost
ströbröd

Sillarna urvattnas, filéas och skärs i bitar. Purjolökarna strimlas så tunt som möjligt och gräslöken klippes smått. Lägg allt i en smord eldfast form, vispgrädden slås i och smör klickas över. Strö över riven ost och ströbröd. Låt lådan stå och småputtra i ugnen ca 1 tim tills purjolöken och gräslöken har smält ihop.

Insänt av: Fru Ing-Britt Gustavsson, Kaj Munks väg 7, BROMMA

MIN SPECIELLA SILLGRATIN

1 salt sill
10 kokta potatisar
1 hårdkokt hackat ägg
3 msk brynt lök
hackad persilja

vit sås: 3 msk margarin
3 msk vetemjöl
4-5 dl mjölk
salt och peppar

Sillen filéas och urvattnas 2-3 tim. Den kokta kalla potatisen skivas och hälften lägges i en eldfast form, därefter sillen skuren i bitar, brynt lök, ägget och persiljan strös över och till sist resten av potatisen. Gör en sås av margarin, vetemjöl, mjölk och kryddor och häll över sillen. Gratinera i ugn ca 15 min.

Insänt av: Fru Lisbeth Ljungström, medl 623, Box 20, NORSBORG

SILL A LA GUSTAF

2 feta sillar
1 gul lök
1 ättikgurka
kryddpeppar
stött enbär

1/2 smulat lagerblad
sås: 1 msk vatten
2 msk vinäger
3 tsk socker
1 dl vispgrädde

Sillen rensas och blötlägges över natten och skäres sedan i portionsbitar. Löken och gurkan finhackas. Kryddorna stötes och blandas i vinäger, vatten och socker. Sist tillsättes den vispade grädden och det hela hälls över sillen. Bör stå minst 5 tim i kylskåp och serveras sedan med massor av klippt gräslök över.

Insänt av: Fru Marianne Carlsson, Hagavägen 7 a, KÖPING

KVICKKVICK

100 g margarin
2 dl vetemjöl
salt
2 msk vatten

12 ansjovisfiléer
tomater
riven ost
dill

Margarin, vetemjöl, vatten och salt arbetas ihop till en deg. Kläd en låg, rund form eller stekpanna med degen. Lägg ansjovisfiléerna som strålar ut från mitten. I fälten mellan filéerna lägges tomatskivor. Strö rikligt med riven ost över det hela. Grädda i varm ugn tills osten smält och ytan fått vacker färg. Garnera med dill. Serveras rykande het direkt ur formen.

Insänt av: Fru Siv Dünkelberg, Zornvägen 33, BROMMA

EN VICKNINGSRÄTT I HERRSMÅK

1 1/2 msk smör
3 msk vetemjöl
3 dl gräddmjölk

3 ägg
8-10 rensade ansjovisar
vitpeppar

Fräs smör och vetemjöl och späd med kokande gräddmjölk. Koka 5 min och låt redningen svalna. Tillsätt 3 äggulor en i sänder under kraftig omrörning och blanda ner ansjovisarna. Smaka av med litet vitpeppar och ansjovisspad om så behövs. Blanda i de 3 äggvitorna, som slagits till hårt skum, när smeten är alldeles kall och håll den i smord form. Koka sufflén i vattenbad, helst i ugnen ca 35 min. Servera den genast med kallt smör och nykokt dillpotatis.

Insänt av: Fru Siv Yding, Salthamn, VISBY

ANSJOVISLÅDA

kokt potatis
gul lök
ansjovis

ägg
skorpsmulor
margarin

Lägg ett lager kokt, skivad potatis i en smörd eldfast form. Bryn gul lök och varva den med hackad ansjovis och hackat ägg. Översta lagret skall vara potatis. Strö på skorpsmulor och klicka över margarin. Grädda i 225° ugn.

Insänt av: Fru Britta Flycht, Ringvägen 33 B, NYKÖPING

BÖCKLINGLÅDA I

1 paket böckling
3-4 ägg

några inlagda rödbetor

Hårdkoka äggen och rensa böcklingen under tiden, lägg böcklingen på botten av ett stekfat eller form. Skilj vitan från gulan på äggen och hacka var för sig. Hacka även rödbetorna. Lägg allt över böcklingen, så att det bildar ett vitt, ett gult och ett rött fält, som täcker böcklingen helt och servera.

Insänt av: Fru Ulla Ström, Tors väg 8 B, GAMLA UPSALA

BÖCKLINGLÅDA II

10 böcklingar
1 dl tjock grädde
1 dl tunn grädde

1 msk skorpmjöl
2 msk tomatpuré

Rensa och filéa böcklingen. Smörj en eldfast form och lägg i böcklingen. Slå på den tunna grädden och sätt in i varm ugn, 225°. Låt den stå tills grädden kokat in. Blanda den tjocka grädden med tomatpurén och häll över böcklingen. Strö över skorpmjölet. Låt lådan stå i ugnen 5-10 min. Servera med pumpnickel och smör.

Insänt av: Fru Margit Lindqvist, Stensiövägen, ÄLTA

LITEN SUPÉRÄTT

4 böcklingar
1 l kantareller
2-3 dl tunn grädde

smör
mjöl
salt

Rensa böcklingen och lägg dem i en eldfast form. Bryn kantarellerna, gör en stuvning på smör, mjöl och grädde och lägg kantarellerna däri. Häll svampstuvningen över böcklingen. Grädda 15 min i 175-200° varm ugn.

Insänt av: Fru Ingrid Feldt, Skönstaholmsvägen 23, FARSTA

GRATINERADE SARDINER MED RIS

Kokt ris
2 burkar svenska sardiner i tomat

2 dl grädde

Litet kokt ris lägges på botten av en smord eldfast form. Sardinerna mosas tillsammans med grädden och bredes över riset. Insättes i het ugn och gratineras ca 7 min.

Insänt av: Fru Els-Mari Silander, Svartågatan 16, JOHANNESHÖV

BRITTAS VICKNINGSRÄTT

1 liten burk sardiner i tomat
salt, peppar
dill
2 ägg

2 kkp mjölk
1 tsk vetemjöl
socker

Lägg sardinerna i en eldfast form. Salta och peppra något litet och klipp dill över. Slå över en äggstanning av ägg, mjölk, vetemjöl, litet socker och salt. Gräddas i ugn tills äggstanningen stannat. Serveras med stekt eller kokt potatis.

Insänt av: Fru Britta Bergstedt, Statsrådsplan 40, ENSKEDE

STRÖMMINGSLÅDA MED INKOKT LAX ELLER SKALDJUR

1/2 kg små strömmingar
1/2 kokt krabba el 1 burk konserverad krabba, el 2 hg räkor el
1 liten burk konserverad lax
2 tomater

salt, vitpeppar
dillkvistar
1-2 msk margarin
1/2-1 dl grädde
skorpbröd

Rensa strömmingen, skölj och tag bort benet. Låt den rinna av. Smörj en eldfast form. Lägg hälften av strömmingen i botten. Salta och peppra mellan varven. Lägg på dillen, som klippts, och därefter de rensade skaldjuren eller lax. Skiva tomaterna ovanpå och sedan resten av strömmingen, som man saltat och pepprat på. Strö på skorpbröd och klicka på margarin. Grädda i 225-250° värme ca 25 min. Innan lådan är riktigt färdig slås grädden över.

Insänt av: Fru Greta Blomberg, Orgavägen, 9, SKÄRBLACKA

SENAPSSTRÖMMING

1/2 kg strömming
2 msk olja
1 msk vinäger
1-2 tsk senapspulver

2 tsk socker
1/2 tsk salt
2 dl tjock grädde
dill

Rensa och skölj strömmingen, salta den lätt och rulla ihop den. Lägg gärna en dillkvist i varje strömming. Blanda samman oljan, vinägern och kryddorna. Vispa grädden och rör ned den. Lägg strömmingarna i en smord form och håll över såsen. Grädda lådan 15-20 min i varm ugn, 225-250°, och servera den varm eller avsvlnad. Klipp dill över och servera rätten med frasig grön-sallad och ev nykokt potatis.

Insänt av: Fru Birgitta Kihlgren, Friherregatan 62, VÄLLINGBY

RULLAD STRÖMMING I ÄGGLÅDA

1/2 kg strömming
salt
7-8 hela kryddpepparkorn
4-5 hela vitpepparkorn
2 lagerbärsblad

dill, persilja el gräslök
2 ägg
2 kkp mjölk
1 msk margarin el smör

Strömmingen rensas och rullas, lägges i en smord eldfast form. Salta och krydda efter smak. Dill och persilja eller gräslök slås över anrättningen. Sist slås en äggstanning av ägg och mjölk över fisken. Rätten ställes i ugnen tills äggstanningen stelnat och fått färg. Serveras med dillpotatis och tomater.

Insänt av: Fru Sally E Jansson, HOVSTALUND

UGNSTEKT MAKRILLFLUNDRA

2 makrillar 7-8 hg tillsammans
1 kkp hackad gul lök
1 kkp hackad persilja

vitpeppar, salt
1 1/2 hg margarin

Makrillen rensas, som man rensar strömming till flundror. Panera skinnsidorna. Lagg en makrill i en stekform, häll över lök och persilja, strö salt och peppar över och lagg på den andra makrillen. Bryn smöret, slå det över fisken och grädda den i 225° värme tills den fått fin färg.

Servera med citron och nykokt potatis.

Insänt av: Fru Eva Lundström, Tyresövägen 154, TROLLBÄCKEN

ÄGG PÅ SPENATBÄDD

spenat
pocherade ägg
smör

mjöl
grädde
riven schweizerost

Smörj en eldfast form, lägg förvälld spenat på botten och på spenaten några pocherade ägg. Gör en stuvning av smör, mjöl och grädde och häll den över, samt litet riven ost över alltsammans. Gratineras i het ugn.

Insänt av: Fru Monica Rönning, Blanchegatan 14, STOCKHOLM

GRATINERADE FYLLDA LÖKAR MED CHILI- ELLER TOMATSÅS

1 medelstor lök per person
1 skiva kokt eller rökt skinka
1 msk finhackad persilja
1 tsk chilisås
1 msk riven ost
sås: smör el margarin

1-1 1/2 dl chilisås el
koncentrerad tomatpuré
1 dl buljong el vatten
salt, svartpeppar
vitlöks- el sellerisalt

Skala och koka lökarna mjuka i lätt saltat vatten ca 30 min. Holka ur dem och hacka inkråmet fint och blanda med finskuren skinka, persilja, chilisås, salt och peppar. Fräs alltsammans i smör eller margarin och fördela fyllningen jämt i lökarna. Placera lökarna på ett eldfast fat och lagg en matsked riven ost på varje lök. Gratinera i 250-275° tills osten smälter och blir gyllenbrun. Smält en klick smör eller margarin i en kastrull, blanda i chilisås eller tomatpuré och vatten eller buljong. Smaksätt med salt, peppar, vitlöks- eller sellerisalt. Servera lökarna med såsen och stekt potatis.

Insänt av: Fru Veronica Lisselmann, Överby, RESARÖ

SKINKGRATINERAD PURJOLÖK

$\frac{3}{4}$ kg purjolök
2 dl vatten
 $\frac{1}{2}$ tsk salt

4-5 tomater
2 hg rökt skinka el bacon
riven ost

Skölj purjolöken och skär den i 2-3 cm långa bitar. Koka löken ca 15 min i vatten och salt. Lägg därefter upp dem på smort gratinfat. Skär tomaterna i skivor och lägg över purjolöken. Strimla skinkan och fördela över tomaterna. Strö riven ost över det hela. Gratinera i varm ugn, 250°, ca 15 min.

Insänt av: Fru A M Sjöström, Bronäs, HALLEFORSNAS

PURJOLÖKSLÅDA MED SKINKA

4 stora purjolökar
vatten
 $\frac{1}{2}$ tsk salt

150 g skinka
1 $\frac{1}{2}$ dl riven ost
vitpeppar

Slitsa upp purjolökarna och skölj dem väl. Dela varje lök i 7 cm långa bitar. Förväll dem i kokande saltat vatten och låt dem rinna av väl. Linda en skiva skinka om varje bit purjolök och lägg rullarna på ett smort eldfast fat. Strö över litet vitpeppar och riven ost och grädda i mycket god ugnsvärme 275° ca 10-15 min. Serveras med kavring och smör.

Insänt av: Fru Birgit Tyrbäck, Blåsutvägen 37, ENSKEDE

PIANS KVÄLLSRÄTT

3 hg champignoner
hackad gräslök
hackad persilja

salt, peppar
ägg
grädde

Skär champignonerna i skivor. Fräs dem i smör och lägg det hela i en eldfast form. Strö på gräslök, persilja, salt och peppar. Låt så många ägg, som får plats i formen glida ner och håll till slut över litet grädde. Grädda i ugnen tills äggen stannat.

Insänt av: Fru Britta Flycht, Ringvägen 33 B, NYKOPING

GRATINERAD BROCCOLI I OSTSÅS

2 pkt djupfryst broccoli
2 msk smör el margarin
2-3 msk vetemjöl
4-5 dl kokande mjölk

salt, vitpeppar
1 msk smör
1 dl riven ost

Koka broccolin i lätt saltat vatten. Låt mjölet fräsa i smöret utan att ta färg. Späd med mjölken litet i taget, under omrörning tills såsen är slät. Låt såsen koka på svag värme i ca 5 min, rör sedan i smöret och sist den rivna osten. Därefter får såsen inte koka. Lägg broccolin på ett eldfast fat. Häll såsen över och gratinera.

Insänt av: Fru Birgit Tyrbäck, Blåsutvägen 37, ENSKEDE

BROCCOLI A LA INGER

1 pkt djupfryst broccoli
 $\frac{1}{2}$ kg fläskfärs
tomater

riven ost
smör

Förväll broccolin i saltat vatten. Smörj en eldfast form med smör och lägg i broccolin, köttfärsen utblandad och ganska lös och överst ett lager skivade tomater, som beströs med riven ost. Klicka smör över. Gratineras i ugn.

Insänt av: Fru Inger Forslund, Norrbackagatan 17, VISBY

CREPES MED LEVERPASTEJ OCH FLÄSK

tunna pannkakor
leverpastej
stekt fläsk

tomater
ost
smör

Tag vanliga överblivna tunna pannkakor, lägg på en skiva god leverpastej, helst bakad, på denna en stekt fläskskiva och överst ett par tomatskivor. Rulla ihop till ett paket och lägg i en eldfast form. Täck rullarna med ostskivor och några smörklickar. Gratinera i het ugn.

Insänt av: Fru Karin Gustavsson, Sockenplan 376, ENSKEDE

GOD KORVRÄTT

falukorv

1 röd lök

1 gul lök

1/2 tsk salt

curry

1 tsk socker

2-3 ägg

1 äpple

Falukorven skäres i små tärningar. Löken hackas ganska smått. Lök och falukorv brynes i smör med salt, curry och socker tills korvtärningarna blivit knapriga. Vispa upp äggen och häll över och låt äggstanningen bli ljust brynt. Strax innan rätten är färdig rives ett syltigt äpple över.

Insänt av: Fru Margith Hedberg Lindhe, Repslagaregatan 15, NYKÖPING

KORV MEXICAINE

frukostkorv

finhackad lök

paprika

tomatpuré

pepparrot

chilipeppar

ostskivor

Grilla eller stek korven i ugn vackert brun. Gör sedan en skåra på längden, grilla eller stek ytterligare en stund, så att även innanmätet blir brunt. Ovanpå denna yta strykes en massa av finhackad lök, paprika, tomatpuré kryddad med pepparrot och chilipeppar. Ovanpå detta lägges en ostskiva och alltsamman värmes upp i ugnen tills osten smält och fått en vackert ljusbrun färg. Serveras med pommes frites eller ris.

Insänt av: Herr Gunnar Rinaird, Tunnländsvägen 47, BROMMA

VARIATION PÅ VARM KORV

8 potatisar

smör

4 prinskorvar

Borsta potatisen väl. Skär av en skiva. Lägg potatisen på en plåt med den skivade delen uppåt. Baka den i ugn, 225°, tills de är mjuka ca 30 min. Lägg en klick smör på varje potatis och luckra upp med en gaffel. Skär korvarna i bitar. Dela dem i ett kryss, stick ner dem i potatisen och in i ugnen ett litet tag, tills korvarna fått färg och delat ut sig.

Insänt av: Fru Birgit Hallerström, Vreta, ALBERGA

PILSNERKORVLÅDA

4 hg falukorv i skivor
2-3 stora tomater el
3-5 msk tomatpuré

1 1/2 dl pilsner
skorpsmulor
1 msk smör el margarin

Bryn korvskivorna och lägg dem i rader i en smord eldfast form. Lägg på tomatkivor, strö över skorpsmulor och några smörklickar samt slå i pilsnern. Krydda med salt och vitpeppar och låt småputtra i varm ugn tills rätten fått färg.

Insänt av: Fru Alice Ägren, PI 1614, VIMMERBY

SIM SALA BIM

1 medelstor gul lök
8 sardellfyllda oliver
tomatketchup

8 wienerkorvar
8 baconskivor
riven ost

Hacka löken och oliverna och blanda det hela med tomatketchup. Skåra wienerkorvarna längs med och fyll dem med massan. Linda in varje korv i en baconskiva. Placera paketen i en eldfast form, strö över riven ost och gratinera i het ugn.

Insänt av: Fru Elsa Dahlin, Tornngaatan 14, LAHOLM

TOMATKORV

4 hg falukorv
2 tomater

senap

Skär korven och tomaterna i tunna skivor. Stryk senap på korvskivorna och lägg ihop två och två med en tomatkiva mellan. Grilla eller stek korven. Om korven skall stekas, vänd den först i litet skorpmjöl.

Serveras till potatismos.

Insänt av: Fru Margarta Folkesson, medl 2, Box 605, RIDDARHYTTAN

BACON MED MUSSLOR

1 burk musslor i vatten

1 pkt bacon

Smörj en eldfast form, lägg en mussla på varje baconskiva, rulla ihop och lägg rullarna i formen. Strö litet skorpbrod över och sätt in formen i ugnen så att rätten får färg.

Insänt av: Fru Karin Göthberg, Stadion, STOCKHOLM O

ANN-MARIES SKINKA MED SPARRIS

1 burk skinka
2 dl tjock grädde
1 burk stångsparris

1 burk ärter och morötter
1 hg riven ost
tomatketchup

En eldfast form smörjes i botten. Skinkan skäres i skivor ca 1/2-cm tjocka och lägges i formen. Grädden vispas och smaksättes med tomatketchup och det hela bredes över skinkan. Sparrisen lägges ovanpå strålformigt med spetsarna mot mitten och ovanpå detta strös rikligt med riven ost. Gratinera i ganska het ugn ca 20 min. Garnera med varma ärter och morötter runt kanten i formen.

Insänt av: Fru Ann-Marie Ek, Brälunden 17, BROMMA

ÄGG FINESS

1/2 ägg per person
grädde
senap

hackad rökt skinka
vit sås
ost

Hårdkoka äggen och dela dem i halvor. Tag ut gulan och blanda den med grädde, senap, och hackad rökt skinka och fyll blandningen i äggen. Placera ägghalvorna i en eldfast form och häll över en god vit sås och riv litet ost över. Gratinera.

Insänt av: Fru Doris Karsinger, Vegatan 15 A, NORRTÄLJÉ

EN GOD SKINKLÅDA

1 1/2 hg rökt skinka i
tunna skivor
3 purjolökar
ostskivor

vit sås: 1 msk smör, 2 msk mjöl,
mjölk
tomatsås
rivebröd

Förväll purjolökarna, så de känns mjuka. Skär dem i 1 dm långa bitar och rulla en skinkskiva om varje. Lägg dem sedan i en smord form och spritsa litet tomatsås ovanpå och täck dem sedan med ostskivor. Gör en vanlig vit sås av smör, mjöl och mjölk så den blir ganska tjock och häll den över skinkrullarna och strö rivebröd över. Gratinera i 250° värme ca 30 min.

Insänt av: Fru Eivor Carlsson, Maltesholmsvägen 139, VALLINGBY

SKINKSTUVNING

1 hg rökt skinka
2 msk smör el margarin
3 msk mjöl
4-5 dl gräddmjölk el mjölk

salt, peppar
hårdkokta ägg
persilja

Skinkan skäres i tärningar och bräckes lätt. Tärningarna läggs upp och fördelas jämnt över serveringsfatet. Över skinkan slås stuvningen av smör, mjöl, gräddmjölk och kryddor. Stuvningen bör vara ganska tjock och väl kryddad. De hårdkokta äggen hackas och fördelas över stuvningen och överst finklippt persilja.

Insänt av: Fru Ella Hammarberg, Fridhemsgatan 14, HULTSFRED

SKINKBANANER

bananer
lätt rökt skinka

schweizerost el
helfet ost

Smörj en eldfast form med mycket smör. Rulla smörgåsskuren skinka om bananerna så att dessa täcks helt och lägg dem i formen. Skiva ordentligt med ost över alla bananerna. Grädda i stark ugnsvärme tills osten smält helt. Garnera med litet persilja och servera.

Insänt av: Fru Marianne Sjölin, Dansbanevägen 5, HÄGERSTEN

MAJKENS ÄGGSTUVNING MED SKINKA

5 ägg
smör
mjöl
mjölk

salt
rökt skinka
persilja
tomater

Hårdkoka äggen. Skilj gulan och vitan. Hacka vitan fint och gör en tjock redning av smör, mjöl och mjölk. Vispa redningen tills den är blank och blanda ner den hackade vitan. Smaksätt med salt. Bryn rökt skinka skuren i tärningar. Stuvningen slås upp i form. Skinkan och gulorna användes till garnering t. ex. i rutmönster. Lägg persilja och tomater i klyfter över.

Insänt av: Fru Majken Olsson, Box 1129, HOGSATER

ÄGG OCH SKINKA PÅ NYTT SÄTT

1 ägg per person
1 skiva rökt skinka per person

ostskivor
1 gul lök

Den finhackade löken fräses ljust gul. Skinkskivorna lägges i så de täcker pannan, därefter ostskivorna och till sist äggen, som slås sönder över det hela. Salta och peppra. Stick med en gaffel försiktigt, så att äggen blandas ner bland det andra. Lägg ett lock över och stek några minuter tills osten smält. Passa noga så att inte löken bränns i botten.

Insänt av: Fru Margareta Lindblom, Sandgatan 25 B, ENKÖPING

PAPRIKAGRYTA

2 skivor magert bogfläsk
1 grön paprika

1 gul lök
3 tomater

Fläsket skäres i tärningar, brynes och lägges i en kastrull. Löken skäres i skivor och paprikan i strimlor, lägges i stekpannan och får puttra en stund utan att brynas, det hålles sedan över fläsket i kastrullen. Tomaterna skållas och kläms sönder överst. Tillsätt ett par matskedar vatten, vitpeppar och salt. Låt det koka under lock tills paprikan känns mjuk.

Insänt av: Fru Kerstin Walgeborg, Tallbacken 22, ENKÖPING

RESTPIFF

1 ägg
1 gul lök
1 potatis

salt
persilja
stuvning

Den råa potatisen och löken rives på rivjärn och blandas med ägget till en lös smet. Smaksätt med litet salt. Gräddas i klickar, i stekpanna eller på plättlagg, på båda sidor. Plättarna läggs tillsammans två och två med någon fyllning emellan t ex svampstuvning eller någon rest av kött eller grönsaker. Strö persilja över.

Insänt av: Fru Anna-Lisa Knutar, Brunkebergsåsen 9 B, NORRVIKEN

FLÄSKFILÉ MED CHAMPIGNONER

fläskfiléskivor
selleri

champignonstuvning

Skär 1/2 cm tjocka skivor av selleri och förväll dem. Lägg upp dem på ett serveringsfat. Fräs upp fläskfiléskivor och lägg dessa ovanpå sellerin. Slå sedan en champignonstuvning över.

Insänt av: Fru Märta Fahlstedt, Handelsvägen 28, ENSKEDE

RIS MED STUVNING

Ris
smör
mjöl
grädde el buljong

kött (skinka, stek, lever el höns)
gurka, tomater
salt, peppar
curry

Riset kokas i saltat vatten eller buljong, packas i vattensköljda koppar eller formar och stjälpes upp på varmt fat. Smör och mjöl brynes och spädes med grädde eller buljong. Köttet skäres i mycket små tärningar samt gurka och tomater. Alltsammans nedröres i stuvningen och smaksättes med salt, peppar och curry. Stuvningen hälls sedan över riset.

Insänt av: Fru Sigrid Jansson, Arkitektvägen 57, BROMMA

HACKIS PÅ OXSTEK

3 msk smör
3 msk mjöl
3 dl buljong
1 1/2 dl grädde
1/2-3/4 l rester av stekt kött

skuret i fina tärningar
1-2 tsk fint hackad lök
2 äggulor
salt, vitpeppar

Smör och mjöl fräses tillsammans, buljongen och grädde påspädes, och såsen får koka några minuter. Köttet tillsättes och anrättningen avsmakas. Sist nedröres äggulorna. Serveras enbart, i risrand eller som fyllning i omelett.

Insänt av: Fru Ebba Sköld, Upplunda, NORRTALJE

LÖRDAGSGOTT

1 kalvnjure el 2 skivor nötlever
lök
salt, vitpeppar
paprika el tomatketchup
1 msk vetemjöl

vatten el buljong
grädde
ris
persilja

Njuren eller levern skäres i tärningar och brynes tillsammans med lök i en stekpanna. Kryddas med salt, vitpeppar, paprika eller tomatketchup. En matsked vetemjöl strös över, spädes med vatten eller buljong och grädde till en ganska tjock sås. Lägg en ring av kokt ris på ett fat och håll stuvningen i mitten. Strö persilja över och servera.

Insänt av: Fru Gunborg Rosén, Bjälbogatan 24, SKÄNNINGE

GOD GRATÄNG

1/2 kg stekt el kokt kött
3 msk riven ost
1 msk smält smör
1 1/2 msk smör
4 msk mjöl
4 dl buljong

salt, peppar
1/2 tsk rosmarin
1/2 tsk basilika
3 msk skorpmjöl
tomater

Köttet skäres i tunna skivor. Ett smörat gratängfat beströs med hälften av skorpmjölet, köttet lägges på fatet varvat med ost och en sås gjord av smör, mjöl, buljong och kryddor. Översta lagret sås samt resten av skorpmjölet och sist smält smör. Ev kan tomatskivor läggas i såsen under skorpmjölet.

Insänt av: Fru Birgit Karlsson, Ektorp, BJÖRNLUNDA

EVAS RÄKSALLAD

2 hg räkor
1 salladshuvud
1 hg kokt fisk

1 stor tub majonnäs
1 dl grädde

Räkorna skalas och delas litet, salladshuvudet strimlas, fisken hackas och majonnäsen blandas med grädde som vispats lätt. Alla ingredienserna blandas försiktigt samman. Ställes kallt någon timme. Krydda efter smak.

Insänt av: Fru Eva Fredh, N:ra Långgatan 41, KALMAR

BLOMKÅL MED RÄKSTUVNING

**blomkålshuvud
räkor, stuvade
tomatskivor**

**gurkskivor
stekt, bacon, prinskorv el
köttbullar**

Blomkålshuvudena kokas hela, ev ett huvud per person, upplägges på ett stekfat med räkstuvning över och gärna litet extra räkor över, så det blir vacker färg. Sedan lägges det stekta runt alltsammans på stekfatet och tomat-skivor, samt mellan tomat-skivorna gurkskivor.

Insänt av: Fru Ulla Adolfsson, c/o Lerax, Tavastgatan 13, STOCKHOLM

SKALDJURSSALLAD

**räkor
musslor
krabba
gröna ärter**

**vispgrädde
tomater
gurka
persilja**

Fyll portionsglas med skaldjuren och ärtorna. En god sås göres av skaldjurs- och gravlaxsås blandad med litet vispad grädde. En sked sås lägges på varje portion, som garneras med tomater, gurka och persilja.

Insänt av: Fru Linnea Aggeskog, Tomtbergavägen 27, STUVSTA

ÄGG A LA OSCAR

**6 hårdkokta ägg
6 skivor franskbröd
35 g smör
hummerkött**

**currysås
kokt ris
salt**

Insänt av: Herr Stig Sandberg, Verkstadsgatan 22, STOCKHOLM

LÖRDAGSGOTT

4 hårdkokta ägg
dill
1 burk musslor
1 burk krabba

vit stuvning
skorpmjöl
smör

Lägg de skivade hårdkokta äggen i en smord eldfast form och strö över finklippt dill. Lägg i musslor och krabba och slå över en vit stuvning. Strö på skorpmjöl och lägg några smörklickar överst. Sätt in rätten i ugnen tills den fått färg.

Insänt av: Fru Margaret Christersson, Tegelviksvägen 9 a, KALMAR

LÖRDAGSGOTT FÖR FYRA

4 skivor kalvkött
salt, peppar
grädde

1 msk smör
1 1/2 msk mjöl
2 hg räkor

Bryn köttet i smör, salta och peppra. Späd med grädde och låt skivorna puttra möra. Gör en stuvning av smör, mjöl och avkoket av skalerna av räkorna samt litet grädde. Salta och peppra. Därefter lägges de rensade räkorna. Placera köttskivorna på ett fat och lägg räkstuvningen ovanpå dem.

Insänt av: Fru Elsa Rooth, medl 101, Alb. Tengens väg 20, VÄSTERVIK

KALL POTATISSALLAD

8-10 kokta potatisar
3- 4 rödbetor
4- 5 msk färdig majonnäs
1 kkp grädde

salt, vitpeppar
socker
dill
persilja el kryddkrasse

Potatisen och rödbetorna skäres i skivor. Majonnäsen utrörd med grädden blandas med potatis och rödbetor. Krydda och strö persilja eller kryddkrasse över.

Insänt av: Fru Margareta Lindblom, Sandgatan 25 B, ENKÖPING

ALICE OMELETT

3 ägg
6 msk mjölk

salt, peppar

Vispa äggulorna, kryddorna och mjölken litet. Vispa sedan vitorna till hårt skum (det skall gå att vända upp och ned på karotten). Smörj en stek- eller omelettpanna med kallt smör eller margarin. Blanda ihop allt och töm i pannan, lägg på ett lock och passa den noga. Färdig på 4-4½ min.

Insänt av: Fru Alice Vejdal, PI 5148, NYKOPING

UNGERSK ÄGGRÖRA

1 mellanstor gul lök
2 gröna paprikor
3 tomater

2 ägg
salt och peppar

Urkärna paprikan och skär den samt löken i smala strimlor och bryn alltsammans. Lägg tomaterna några minuter i kokande vatten och skala dem. Skär dem i inte alltför tjocka skivor och låt dem småputtra tillsammans med löken och paprikan. Vispa och håll över det hela. Salta och peppra.

Insänt av: Fr Waltraude Wolf, Palmbladsvägen 4, STOCKHOLM

EXOTISK OMELETT

2 msk smör
2,5 msk hackad gul lök
1 tsk curry (knapp)

2 ägg
salt

Smör, lök och curry fräses i en stekpanna till en gulbrun massa. Vispa ihop ägg och salt och låt det glida ner i pannan och få stelna. Serveras enbart eller med varmt ris.

Insänt av: Fru Anna Bratt, Persikogatan 52, VÄLLINGBY

ÄGGKAKA MED VARMRÖKT SIDFLÄSK OCH LINGON

5 ägg
1 dl vetemjöl
5 dl mjölk

½ tsk salt
3 hg sidfläsk

Vispa samman alla ingredienserna till en jämn smet. Stek fläsket och håll det varmt. Häll smeten i stekflottet i stekpannan och grädda på svag värme. Vänd kakan på ett lock och grädda på andra sidan. Lägg fläsket runt kakan och garnera gärna med grönt och tomat.

Insänt av: Fru Eivor Wiell, Simrishamnsvägen 14, JOHANNESHOV

FRUKTOMELETT

4 ägg
4 msk vatten el grädde
1/2 tsk salt
halverade vindruvor

hackad färsk gurka
tomatskivor
äpple, skuret i tärningar
ev kryddgrönt

Vispa lätt samman med en gaffel ägg, vatten eller grädde och salt. Rör ned frukten. Lägg en klick smör i en stekpanna och grädda omeletten på en sida. Stjälp upp på serveringsfat och garnera med råa äppelskivor med en halverad vindruva på varje. Serveras med rostat bröd och smör.

Insänt av: Fru Barbro Carlsson, Talgoxvägen 14, KÖPING

BÖCKLINGSALLAD

4 böcklingar
3 msk olja

1 msk vinäger
1-2 msk finhackad gul lök

Rensa och filéa böcklingarna. Mosa sönder dem med gaffel tillsammans med löken. Blanda dressingen och tillsätt den. Packa salladen i en form, stjälp upp den på ett fat och garnera med grönsallad och tomater.

Insänt av: "Kajsa"

TONFISKSALLAD I

1 burk tonfisk i olja
1 burk fyllda oliver
3 tomater i klyftor
1 grön el gul paprika skuren
i ringar

2 hg färska skivade champignoner
salladssås: 2 delar olja, 1 del
vinäger, vitlökssalt, peppar
1 salladshuvud
2 hårdkokta ägg i klyftor

Blanda tonfisk, oliver, tomater, paprika och champignoner i en djup teaskål. Gör en salladssås av olja, vinäger, vitlökssalt och peppar och häll över. Sätt salladen kallt. Före serveringen strimlas salladen över och dekoreras med äggklyftorna.

Insänt av: Fru Åsa Hagner, Orrvägen 11, NÄSBYPARK

TONFISKSALLAD II

4 hårda tomater
2 stora gula lökar
2 gröna paprikor

1 burk tonfisk
olja, vinäger, salt

Grönsakerna och tonfisken skäres i små bitar och löken i tunna strimlor, varefter allt blandas och serveras kallt.

Insänt av: Fru Solveig De Logn, medl 622, Lövdalsvägen 20, KLINTEN

SALLADSSKEPP MED KAVIAR-PIFF

1 tub smörgåskaviar
1 dl vispgrädd

1 hårdkokt ägg
salladsblad

Blanda kaviar och ägg med den uppvispade grädden. Servera i små fräscha salladsblad med rostat bröd och smör.

Insänt av: Fröken Solveig Broquist, Hästhagsvägen 1, GUSTAVSBERG

HÖNS- ELLER KYCKLINGSALLAD

2 kkp höns- el kycklingrester
1 salladshuvud i strimlor
 $\frac{1}{4}$ burk el 1 litet paket
djupfrysta örter
 $\frac{1}{4}$ burk konserverad majs
200 g skivade råa champignoner

4-5 tomater i strimlor
blekselleri i småbitar
100 g knaperbrynt bacon i strimlor
finhackad persilja
vinägrettsås

Lägg varje ingrediens för sig i en skål. De djupfrysta örterna behöver ej koka, endast tinas upp. Gör en sås av 1 del vinäger, 3 delar olja, salt, vitpeppar och dragon samt ev en aning vitlökssalt eller krossad vitlök. Strö bacon och persilja över. Häll inte över såsen förrän i serveringsögonblicket. Blanda om och servera.

Insänt av: Fru Gunvor Freij, Lebo gård, HJORTED

JÄTTEGOD KALL RÄTT

4 selleriskivor
salladsblad
ris

majonnäs
tjock grädde
räkor

Selleriskivorna kokas i lätt saltat vatten och lägges upp på ett vackert salladsblad, ett blad till varje skiva. Riset kokas 18 min varefter majonnäs, tjock grädde samt sönderskurna räkor blandas i. Risblandningen packas i en kopp och stjälpes upp på selleriskivan. Garnera på toppen med 3-4 räkor.

Insänt av: Fru Agnes Jonsson, Maria Prästgårdsgata 1 A, STOCKHOLM

RADIO NORDSMÖRGÅSAR

4 vita brödsivor
4 pocherade ägg
1 gul lök
1 hg rökt skinka
1 hg champignoner
1 tomat

50 g majonnäs
2 msk mjöl
mjölk
salt, vitpeppar
paprikapulver

Brödsivorna bredes med smör på ena sidan och lägges i en smord form, de pocherade äggen lägges ovanpå. Löken hackas fint och fräses lätt, skinkan skäres i tärningar och blandas med löken, varefter de skivade champignonererna ilägges. Mjölet strös över, spädes med mjölk till en lagom tjock stuvning, den hackade tomaten tillsättes, kryddas med salt, vitpeppar och en aning paprika. När stuvningen svalnat något tillsättes majonnäsen. Stuvningen hålles över smörgåsarna och beströs med riven ost och smörklickar. Gratineras i varm ugn tills allt fått fin färg.

Insänt av: Fru Gunvor Fogman, Kaplansbacken 3, STOCKHOLM

SVENNES VARMA SMÖRGÅS

skivat vitt bröd
ägg
svampstuvning

riven ost
hackad persilja
tomater

Tag ut ett runt hål i brödskivan, lagom för en äggula. Stek brödet lätt på båda sidor, slå ägget i hålet på brödet så att vitan rinner ner först och sist gulan. Stek hastigt på det igen, så att vitan under brödskivan stannar. Lägg sedan upp skivorna på ett eldfast fat. Gör en stuvning av kantareller eller champignoner. Lägg stuvningen runt gulan och strö riven ost på. Gratinera i ugn och garnera med hackad persilja och tomatkiva.

Insänt av Herr S Strömsten, sign "Svenne", Stövelvägen 24, HÄGERSTEN

BRITTAS VARMA SMÖRGÅS

2 tekakor
smör
4 tomater
4 ägg
svampstuvning
1 litet paket djupfrost spenat

8 prinskorvar
senap
2 msk kaviar
riven ost
dill el persilja

Tekakorna delas mitt itu så att fyra tunna halvkor bildas. Bred smör på och sätt i mitten på varje kaka en urgröpt liten tomat. Locket på tomaten och inkråmet sparas. Äggulorna hälls försiktigt ner i tomaterna. En god svampstuvning göres i ordning på vanligt sätt och smaksättes med tomatinkråmet. Lägg på en tredjedel av kakan. Spenaten tinas upp, saltas och lägges på ytterligare en tredjedel. Prinskorvarna förvälles hastigt och lägges på spenaten, två på varje smörgås. Bstryk korvarna med senap. Den sista tredjedelen täckes med äggvitan som vispas och smaksättes med kaviar och riven ost. Gratineras. Tomatlocken lägges vid serveringen över den nu stelnade gulan. Garnera med dill eller persilja.

Insänt av: Fru Britta Stegle, O Storgatan 21, NYKÖPING

CHAMPIGNONSMÖRGÅS

4 skivor vitt bröd
1 hg färsk champignon
50 g smör

1/2 tsk vitlökspulver
1 msk hackad persilja

Smöra brödskiivorna, skär champignoner i skivor och lägg ett lager på varje smörgås. Blanda smör och vitlökspulver samt persilja. Lägg en klick på champignoner. Grilla smörgåsarna i het ugn tills svampen fått litet färg.

Insänt av: Fru Gudrun Nilsson, Skogsvägen 29, STRÄNGNÄS

RÄKBURGARE

4 skivor vitt bröd
1/4 kg köttfärs
1 litet paket djupfrost räkor
1/2 tsk salt

vitpeppar
vitlökspulver
champignoner
tomater

Smöra brödskiivorna. Blanda köttfärsen med räkor, salt, vitpeppar och vitlökspulver. Bred massan över smörgåsarna och grädda i het ugn. Garnera med skivade råa champignoner och ett par tomatklyftor.

Insänt av: Fru Gudrun Nilsson, Skogsvägen 29, STRÄNGNÄS

OSTGRATINERAD GODBIT

4 skivor vitt bröd
smör
3 hg finmalen oxfärs
1 liten knippa gräslök

salt, cayennepeppar
kapis
parmesanost
1 paket broccoli

Gör en god, väl smaksatt oxfärs med finklippt gräslök, salt, cayennepeppar och kapis. Bred denna på de smörade brödskiivorna och strö på rikligt med parmesanost. Gratinera smörgåsarna omkring 20 min. Servera tillsammans med kokt broccoli.

Insänt av: Fru Eiwor Göterfelt, Tandläkarbostaden, BJÖRKVIK

GRATINERAD SMÖRGÅS A LA IRIS

vitt bröd
hårdkokta ägg

svampstuvning
ost

Hårdkokt ägg i skivor lägges på en skiva smörat vitt bröd. Över hälls en god svampstuvning och sist rikligt med inte för stark ost. Gratineras i god ugnsvärme tills osten smält.

Insänt av: Fru Iris Thörnsten, Skogsbacken 12, SUNDBYBERG

GRATINERAD SVAMPSMÖRGÅS

4 skivor vitt bröd
4 skivor leverpastej
margarin
1 liten burk champignoner
1 msk margarin

2 msk vetemjöl
2 dl gräddmjölk och svampspad
salt, vitpeppar
riven ost el ostskivor

Bred margarin på brödet och täck det med skivor av leverpastej. Fräs champignonererna i margarin och strö över mjöl, späd med svampspad och mjölk. Smaksätt med salt och peppar. Lägg litet av stuvningen på varje smörgås, en ostskiva eller rikligt med riven ost över och gratinera i varm ugn, 275°, tills de fått vacker färg.

Insänt av: Fru Ingborg Dahl, Hökarvägen 31, HÄGERSTEN

GRATINERAD SKINKSMÖRGÅS

skivor av vitt formbröd
smör
senap

rökt skinka
ost

Rosta skivor av vitt formbröd. Bred på rikligt med smör samt ett tunt lager god senap. Täck brödet med en skiva rökt skinka och ovanpå en stor skiva ost. Gratineras i ugnen tills osten smält.

Insänt av: Fru Britta Flycht, Ringvägen 33 B, NYKÖPING

VARM SMÖRGÅS

8 skivor vitt bröd
1 1/2 msk margarin
1 1/2 msk senap

4 skivor rökt skinka
4 skivor mild ost
olja

Bred margarin och senap på brödet. Lägg skinka på 4 st, ost på 4, lägg så en ostsmörgås mot en skinksmörgås. Stek dem så i en stekpanna med olja tills osten smält och brödet fått fin färg. Serveras genast.

Insänt av: Fru Doris Karsinger, Vegagatan 15 A, NORRTÄLJE

GRATINERAD SMÖRGÅS MED ÅL

kavring
rökt ålfilé

smältost

På kavringsskiva lägges rökt ålfilé och ovanpå smältost. Gratineras.

Insänt av: Fru Lisbet Jansson, Arkitektvägen 57, BROMMA

VARM SMÖRGÅS m SPENAT OCH RÄKOR

vitt bröd
spenat
räkor

majonnäs
äggvita

Vitt bröd täckes med förvälld spenat, därpå räkor. Överst majonnäs utrörd med vispad äggvita. Gratineras.

Insänt av: Fru Lisbet Jansson, Arkitektvägen 57, BROMMA

VARM SMÖRGÅS MED KRÄFTSMAK

4 skivor vitt formbröd

4 ägg

1 burk sill i dill

Rosta brödsnivorna, stek ett ägg till varje skiva. Gör en vanlig vit stuvning utan salt, rör sedan ner en burk sill i dill i den varma stuvningen, och rör tills sillbitarna smält. Lägg den rostade skivan på en assiett, sedan ägget på skivan och håll över så mycket stuvning att skivan täcks.

Insänt av: Fru Ann Marie Johansson, Box 594, FJÄRDHUNDRA

VARMA SMÖRGÅSAR

4 hg pölsa

1 tsk mejram

2 msk margarin

8 skivor vitt bröd

2 gula lökar

Stek pölsan. Smaksätt med mejram och bred den på brödsnivorna. Skiva löken och lägg den ovanpå. Stek smörgåsarna långsamt på båda sidor i margarinet och servera dem varma.

Insänt av: Fru Margareta Folkesson, medl 2, Box 605, RIDDARHYTTAN

MIN GODA SMÖRGÅS

franskbrödsnivor utan kant

leverpastej

kantareller

margarin

bacon

salt, vitpeppar

persilja

gräslök

Stek kantarellerna med vitpeppar, salt och ev finhackad persilja. Bred margarin på brödsnivorna, lägg på rikligt med leverpastej, täck med kantareller och en skiva bacon. Grädda i varm ugn tills baconskivorna är knapriga. Strö över färsk klippt gräslök och servera.

Insänt av: Fru Ilse Ericsson, Gustavsdal 177 c, ABY

VICKNINGSDELIKATESS

4 st korvbröd
1 gul lök
2 msk smör el margarin
2 hg köttfärs

1 dl tomatjuice el
tomatpuré och vatten
salt, peppar
1 hg halvfet ost

Skär ett lock av korvbröden och holka ur underdelarna. Hacka löken och fräs den i fett. Tillsätt färsen och låt alltsammans brynas under omrörning. Späd med tomatjuice och smaka av med kryddor. Fyll korvbröden med färsen och lägg oststavar i kryss ovanpå. Gratinera bröden i het ugn, tills osten smält och fått färg.

Insänt av: Fru Gun Hallberg, Bergåsa, Gryteryd, BROARYD

PARISERSMÖRGÅS

8 skivor vitt bröd
smör
2 hg kalv- el fläskfärs
1 msk stötta skorpor

1 dl grädde el vatten
1 äggula
1 lök
1 msk finhackad inlagd rödbeta

Stek brödskivorna på en sida. Arbeta ihop färsen och bred den på den stekta skivan. Stek smörgåsarna på båda sidor och servera dem heta.

Insänt av: Fru Ingborg Dahl

CROQUE MONSIEUR

4 skivor vitt bröd
4 skivor rökt skinka

4 tjocka skivor ost
senap, smör

Bred smör på brödskivorna, lägg på skinkan och bred senap på den, lägg därefter ost så att hela brödet är täckt. Gratinera i het ugn 275° tills osten är helt smält. Servera med grönsallad.

Insänt av: Fru U-B Lindblom, Skogsvägen 29, STRÄNGNÄS

SVAMPBRÖD

småfranska
smör
svamp

salt, peppar
citronsaft

Småfranska skäres itu, halvorna urholkas, så att ett tunt brödlager blir kvar, bestrykes ut- och invändigt med smör och insättes i het ugn så de blir spröda. Under tiden stekes svampen, som smaksättes med salt, peppar och litet citronsaft. Placera svampen i de heta bröden och servera genast.

Insänt av: Fru Ebba Olofson, Johannesfredsvägen 38, BROMMA

FYLLT LÅNGFRANSKA

1 långfranska el formbröd
vitlökssmör
herrgårdsost
senap

bacon
tomatketchup
paprika, ättiksgurka

Ett långfranska eller formbröd skäres i skivor, ej helt igenom, det skall hänga samman i botten, mellan skivorna bredes vitlökssmör och lägges en skiva herrgårdsost bestruken med senap. Bind om med ett snöre så att brödet ej brer ut sig för mycket. Täck brödet med baconskivor och grädda i varm ugn 225–250° tills baconskivorna fått vacker färg. Häll tomatketchup över det hela och garnera med paprika och ättiksgurka.

Insänt av: Fru Thyra Larsson, Frösövägen 19, STUVSTA

FYLLD LÅNGFRANSKA A LA ULLA-STINA

1 långfranska
1 burk korv
gul lök
ättiksgurka
stark senap

tomatpasta el ketchup
margarin
tomater
riven ost

Klyv ett långfranska på längden och gröp ur, så det blir som en form. Korven skäres i bitar tillsammans med löken och gurkan. Blanda allt med senap och ketchup. Bred margarin i botten på brödformen, skär tomater i skivor och ställ på kant runt formen och häll i korvröran i mitten. Strö riven ost över och gratinera tills franskat är knaprig. Franskat kan även fyllas med skaldjursstuvning eller kött.

Insänt av: Fru Ulla-Stina Johansson, medl 626, Odengatan 5, NORRKÖPING

EVAS GRATINERADE LÅNGFRANSKA

**1 långfranska
smör
halvfet mjukost
1 burk tonfisk**

**3-4 msk finklippt dill
2 äggvitor
2 dl burkmajonnäs**

Ett långfranska skäres på längden i knappt centimetertjocka skivor, som befrias från kanter och lägges tätt ihop i en smord eldfast form. Brödet bredes med smör och ett lager halvfet mjukost och innehållet i en burk tonfisk skäres sönder och lägges över tillsammans med dill. Äggvitorna vispas till hårt skum, blandas med majonnäs och bredes över. Gräddas ca 12 min i 200°.

Insänt av: Fru Eva Kantsjö, Bjursätragatan 81, BANDHAGEN

CHRISTIDSTÄRTA

**tekaka
schweizerost
sallad
persilja**

**smör
5 skivor salami
1 burk krossad ananas**

Dela tekakan i två bottnar. Bred på smör, täck med salladsblad och ostskivor mellan bottarna och ovanpå. Lägg samman dessa och dela kakan i fem delar. Korvskivorna formas till strutar, fylles med avrunnen ananas och hopfästes med tandpetare. En korvstrut lägges på varje del. I mitten av tårtan garneras med en persiljekvist.

Insänt av: Fru Margareta Kjaell, Tranmyravägen 23, TYRESÖ

SUCCEPIZZA

**1 tekaka
2 burkar sardiner
salt, peppar
ketchup el paprikapulver
margarin**

**mjöl
gräddmjölk
finklippt dill, persilja o. gräslök
1 1/2 tsk hackad kapis ev.
1 1/2 dl riven ost**

En tämligen stor tekaka klyves och de båda delarna placeras på ett gratinfat. De övertäckes med en lagom tjock vit sås, gjord av margarin, mjöl och gräddmjölk smaksatt med salt, peppar, ketchup eller paprikapulver. Sardiner från två burkar lägges prydligt på och överströs med en blandning av dill, persilja, gräslök och kapis. Över det hela strös osten. Gratinera i 250-275° ugnsvärme tills osten smält och fått färg. Serveras het.

Insänt av: Fröken Ingrid Wallensteen, Fasanstigen 4, DANDERYD



MJUKA KAKOR

PETITS-CHOUXTÅRTA MED OST

1 dl vatten
1 1/2 dl mjöl
40 g margarin
50 g riven ost
1-2 ägg

salt
fyllning:
2-3 dl tjock grädde
100 g ost i små tärningar
50 g hackade valnötskärnor

Blanda vatten, salt, margarin i en kastrull. Låt det koka upp. Vispa ner mjölet i det sjudande vattnet (använd träsked). Rör tills smeten släpper pannen. Avlägsna den från värmen. Skilj gulor och vitor och blanda ner gulorna en i sänder. Tillsätt den rivna osten och sist försiktigt de hårt vispade vitorna. Lägg upp degen som en krans på en smord, lätt mjölad plåt. Grädda i medelvarm ugn ca 180°. Öppna inte luckan på 15 min. När kakan sedan känns lätt och tom tas den ut och får kallna. Dela kransen mitt itu så att det blir ett runt lock. Gör en fyllning av vispad grädde, ost och valnötskärnor och lägg i håligheten. Sätt på locket och servera.

Insänt av: Fröken Cate Logård, Västbergavägen 23, HÄGERSTEN

HASTKAKA

3 kkp vetemjöl
1 1/2 kkp socker
2 tsk bakpulver

2 msk smält smör
1 kkp mjölk
1 tsk vaniljsocker

Blanda mjöl, socker och bakpulver och tillsätt därefter smält smör och mjölk. Smaksätt med vaniljsocker. Grädda i medelvarm ugn ca 30 min.

Insänt av: Fru Gunhild Johansson, Bergarbo, JÄRLASA

DANSKA BULLAR

1 hg smör
1/2 hg strösocker
2 tsk kardemumma
6 dl vetemjöl

3 tsk bakpulver
2 dl kall mjölk
1 ägg

Blanda samman alla ingredienser. Häll smeten i pappersformar. Grädda i 200° ugnsvärme.

Insänt av: Fru Elin Lindborg, Hästhagsvägen 2 B, GUSTAVSBERG

KALASMUFFINS

200 g smör
200 g socker
100 g vetemjöl

100 g malen mandel (oskållad)
4 ägg

Smöret smältes, får kallna och röres vitt och pösigt med sockret. Mjöl, mandel och äggulor tillsättes och till sist de hårt vispade äggvitorna. Smeten hälls i små pappersformar och gräddas i medelvarm ugn 175–200°.

Insänt av: Fru Birgit Karlsson, Ektorps, BJORNLUNDA

KAFFEGIFFLAR

1 hg smör el margarin
1 dl socker
1 ägg
1 1/2 dl mjölk el grädde

6 dl vetemjöl
3 tsk bakpulver
apelsinmarmelad el äppelmos

Rör smör och socker poröst. Rör ner ägg och mjölk. Sikta ner vetemjöl blandat med bakpulver. Kavla ut degen knappt 1/2 cm tjock. Sporra ut trekanter och lägg en klick apelsinmarmelad eller äppelmos på varje. Rulla ihop dem, böj dem till giffelar och lägg dem på smord plåt. Grädda giffelarna i varm ugn, 225–250°, ca 15 min. Om så önskas kan giffelarna glaceras med socker-
glasyr när de svalnat.

Insänt av: Fru Vivianne Karlsson, Parkgatan 3, HÄLLEFORSNÄS

ÖSTERRIKISKA GIFFLAR

2,7 hg mjöl
2 hg smör

1 hg mald mandel
0,6 hg socker

Sedan degen gjorts färdig, göres giffelarna på vanligt känt sätt. När de sedan gräddats färdigt i ugnen och fått en guldgul färg, rullas de ännu varma i vaniljsocker blandat med pudersocker.

Insänt av: Fr Elfriede Pilz, Äsvägen 9, SOLNA

FRESTELSER

2 1/2 dl kall mjölk
1/2 hg jäst
2 msk socker

2 hg margarin
1/2 kg vetemjöl

Rör ut jästen i sockret. Arbeta samman alla ingredienser till en deg. Smöret skall ej smältas utan tagas kallt. Kavla genast ut degen och sporra ut fyrkanter, 1 dm stora. Lägg 1 tsk smör och 1 tsk socker därpå, vik snibbarna över och tryck till. Lägg bullarna i pappersformar att jäsa 2 timmar i vanlig rums-temperatur. Bullarna penslas med ägg och överstrykes med glasyr. Grädda i 225–250° ugnsvärme.

Insänt av: Fru Britta Lundberg, Pålsbodagränd 19, BANDHAGEN

BJÖRNKAKA

2 ägg
2 kkp socker
2 kkp vetemjöl
1 kkp mjölk

2 tsk bakpulver
1 tsk stött kardemumma
2 tsk kanel
1 hg smör

Rör socker och ägg pösigt. Blanda samma mjöl och bakpulver samt kryddor och rör ner det i smeten. Tillsätt sedan mjölken litet i sänder och till sist det smälta avsvalnade smöret. Häll smeten i en smord och brödbeströdd form och grädda kakan i svag ugnsvärme, 200°, ca 45 min.

Insänt av: Fröken Ulla Carlsson, Björkåsen, Pl 79, Ukna, NELHAMMAR

MORMORS MANDELKAKA

4 ägg
2 1/2 hg socker
6 msk grädde
1 kkp smält smör el margarin

1 hg sötmandel
5 droppar bittermandelolja
1 kkp finstötta skorpor

Rör äggulor och socker till vitt skum. Tillsätt grädden, smöret, skorpmjölet och den malda mandeln. Vispa upp vitorna till hårt skum och rör ner dem försiktigt i smeten. Häll smeten i en smord och brödbeströdd form och grädda kakan i svag, 175°, ugnsvärme ca 1 tim.

Insänt av: Fru Marianne Carlsson, Hagavägen 7 a, KÖPING

RADIO NORDKAKA

250 g vetemjöl
1 tsk bakpulver
150 g margarin
125 g socker
1 äggula
2 msk grädde el mjölk

fillning:
1 hg mald sötmandel
1 hg florsocker
1 äggvita
vatten

Blanda alla ingredienser till degen. Smörj en stekpanna, kläd botten med hälften av degen. Tryck också upp litet av degen kring kanten. Lägg på en fyllning av mald sötmandel, florsocker, äggvita och vatten. Gör till sist ett galler av resten av mördegen. Grädda i 200° ugnsvärme ca 30 min.

Insänt av: Fru Ingrid Häggström, Reinervägen 5, ESKILSTUNA

KONJAKSKAKA

100-150 g margarin
100 g strösocker
50 g skällad och mald sötmandel
3 äggulor
3 äggvitor
2 msk konjak

2 msk tjock grädde
100 g vetemjöl
1 tsk bakpulver
50 g blockchoklad hackad
i småbitar

Margarin och socker röres vitt och pösigt. Äggulorna tillsättes en i sänder. Mandel, konjak, grädde och choklad tillsättes. Mjölet blandat med bakpulvret nedröres och sist nedröres försiktigt de till hårt skum slagna äggvitorna. Gräddas i svag ugnsvärme, 175°, ca 45 min.

Insänt av: Fru Gudrun Nilsson, Skogsvägen 29, STRÄNGNÄS

PUNCHKAKA

2 ägg
2 dl socker
50 g smält smör el margarin
3/4 dl grädde el mjölk
2 dl vetemjöl

1 1/2 tsk bakpulver
1 glas punch
glacyr:
2 dl florsocker
1 1/2-2 msk vatten

Äggen vispas pösigt med sockret. Tillsätt smält smör, grädde omväxlande med vetemjöl blandat med bakpulver. Grädda kakan i väl smord och bröad hålförm i medelvarm ugn. När kakan är färdig slås ett glas punch över och låt den sedan svalna i formen. Stjälp sedan upp kakan och gläsera med florsocker utrört i vatten. Kakan kan också ätas varm och oglaserad.

Insänt av: Fru Eva Molin, Blommensbergsvägen 147, HÄGERSTEN

GOD MAZARINKAKA

150 g socker
125 g smör el margarin
1 ägg
2 hg mjöl

2 tsk bakpulver
fyllning:
1 hg oskållad mandel
1 hg socker

Smör och socker röres poröst, ägget tillsättes. Mjöl blandat med bakpulver röres ner och allt blandas till en smidig deg. En stekpanna smörjes och bröas. Tag av en degbit som skall vara till ett galler ovanpå. Kläm ut degen i stekpannan och uppåt kanterna, lägg i en fyllning av mandel och socker utrört i litet vatten till en smidig massa. Rulla ut längder av degbiten och lägg som ett galler ovanpå. Grädda i medelvarm ugn.

Insänt av: Fr Thyra Nord, Folkungavägen 18, NYKÖPING

DOKTORNS SÖNDAGSKAKA

50 g smör
125 g socker
200 g vetemjöl
5 äggvitor

1/2 dl mjölk
1 1/2 tsk bakpulver
1 tsk rivet citronskal
2 msk riven kokos

Rör smör och socker pösigt. Blanda i de övriga ingredienserna utom äggvitorna, som slås hårt och röres ner sist. Grädda kakan i smord och bröad form i 225–250° ugnsvärme.

Insänt av: T Carlsson, Tallåsen, ORNO

MÖRDEGSTÄRTA

212 g smör
212 g mjöl

75 g sötmandel
65 g socker

Ingredienserna arbetas ihop till en deg. Dela degen i två delar och kavla ut den till en stekpannas storlek. Lägg en del i botten på formen eller pannan och lägg hallonsylt på. Den andra delen lägges ovanpå. Ruta med längder av degen om så önskas. I så fall lägges sylt i rutorna. Grädda i ordinär ugnsvärme. Tag ur tårtan ur pannan när den kallnat.

Insänt av: Fru Brita Fors, Södergatan 11, STOCKHOLM

KUNGENS TÅRTA I

5 1/2 dl vetemjöl
1 dl socker
2/3 dl cacao
1/2 tsk bakpulver
165 g smör
1 ägg
2 msk grädde

vaniljkräm: av marzipanpulver
chokladglasyr:
2 msk smör
2 msk cacao
1 dl florsocker
1 äggula
1/4 tsk vaniljsocker

Sikta ihop vetemjöl, socker, cacao och bakpulver. Hacka in smöret i mjölet. Tillsätt ägg och grädde. Arbeta degen jämn och smidig. Kavla ut degen i rektangel ca 28×36 cm. Skär kanterna jämna med sporre. Skär också tvärs över degen så att 3 st rektanglar bildas, 12×28 cm. Grädda kakan i knappt medelvarm ugn 12–15 min. Lossa försiktigt varje bit med spade, men låt den kallna på plåten. Smält smör i en kastrull, drag den av spisen och rör i cacao till chokladglasyn. Tillsätt florsocker, äggula och vaniljsocker. Rör tills glasyn är slät. Bred vaniljkräm mellan bottnarna och chokladglasyr överst. Strö över rostad strimlad mandel. Låt kakan stelna och skär i lagom stora bitar.

Insänt av: Fru T Carlsson, ORNO

KUNGENS TÅRTA II

125 g mandel
1 dl socker
4 äggvitor
fyllning:
1 1/2 dl gräddmjölk

1/2 dl socker
4 äggulor
1 1/2 tsk potatismjöl
1 1/2 hg osaltat el
tvättat smör

Skålla och mal mandeln. Blanda den med socker och de hårt vispade äggvitorna. Gör två bottnar av smeten och grädda på väl smord och mjölad plåt i 200–225° ugnsvärme 15–20 min. Vispa gräddmjölk, socker, äggulor och potatismjöl i en kastrull innan den sätts över elden. Sjud sedan under kraftig vispning tills krämen tjocknat. Tag av kastrullen från spisen, men fortsätt att vispa tills krämen svalnat. När krämen är kall nedröres smöret i små klickar. Rör kraftigt så att krämen blir tjock och blank. Bred kräm på den vackraste mandelkakan och lägg resten av krämen på den andra bottnen. Lägg ihop tårtan och garnera med skållade mandlar, som skakats över svag värme i en panna med litet smör och salt.

Insänt av: Fr Lillemor Carlberg, Stockholmsvägen 178, ROSLAGS-NÄSBY

CHRISTINA - KAKAN

2 ägg
2 kkp socker
1 kkp mjölk
3 kkp mjöl
2 tsk bakpulver
2 tsk vanilj
150 g margarin

glasyr: 2 hg florsocker
4 msk smält smör
5 msk kallt kokt kaffe
1 msk kakao
2 tsk vaniljsocker
garnering: kokos el
strössel

Rör ihop ägg, socker, mjölk, mjöl blandat med bakpulver och vaniljsocker samt till sist smält margarin. Häll smeten i en långpanna och grädda den i 200–225° ugnsvärme. När kakan är färdiggräddad vändes den på ett smörpapper. Rör sedan ihop florsocker, smält smör eller margarin, kaffe, kakao och vaniljsocker. Smörj på denna smet på kakan medan den är varm. Strö kokos eller färgglatt strössel över kakan. När den kallnat skäres den i 5×5 cm stora bitar.

Insänt av: Fru Gungerd Hallberg, Handlsvägen 6, BOLLSTANÅS

BANANKAKA

2 väl mogna bananer
1 ägg
1 kkp socker
½ hg smör
1 tsk vaniljsocker

1 tsk bakpulver
½ tsk bikarbonat
4 msk grädde
1 ½ kkp vetemjöl

Mosa bananerna, rör socker och lätt vispat ägg, samt tillsatt grädde, smält smör, mjöl och bakpulver. Grädda i medelgod ugnsvärme.

Insänt av: Fröken Rose-Marie Kärrn, Fack 122, HÄLLBERGA

APELSINKAKA

115 g smör
170 g socker
190 g vetemjöl
3 ägg
saft av 1 apelsin
rivet skal av 2 apelsiner

1 tsk bakpulver
röd karamellfärg
glasyr: 1 kkp pudersocker
2 msk cacao
vatten

Smör och socker röres. Äggen vispas i ett i sänder. Saft och skal tillsättes samt röd karamellfärg. Mjöl och jästpulver blandat röres ner. Fyll smeten i en kransform och grädda. Glasera när den kallnat med chokladglasuren.

Insänt av: Fru Eivor Blomberg, Jung, Box 4380, ENKOPING

MANDARINTÅRTA

3 dl cocosflingor
2 msk vetemjöl
1 tsk bakpulver
2 ägg
1 ¼ dl socker

50 g margarin
garnering:
1 burk mandariner
1 dl vispad grädde

Vispa ägg och socker pösigt. Rosta cocosflingorna lätt i stekpanna. Smält margarinet och låt det svalna. Blanda alla ingredienser i äggsmeten. Häll smeten i smord bröad form. Grädda i medelvarm ugn tills kakan fått fin gulbrun färg och känns torr. Låt kakan kallna. Genomdränk den sedan med det mesta av saften av mandarinerna. Garnera tårtan med mandarinerna som lägges tätt i en ring runt tårtans kant. Fyll i mitten med den uppvispade grädden.

Insänt av: Fru Britt Karlsson, Eksjövägen 3, NÄSSJÖ

BRUN PEPPARKAKA

3 kkp vetemjöl
2 kkp socker
1 tsk kanel
1 kkp ingefära

1 tsk nejlikor
2 tsk bikarbonat el
bakpulver
2 kkp gräddmjölk

Blanda alla torra ingredienser och tillsätt därefter gräddmjölken. Grädda i väl smord och mjölad form ca 40 min. 200° ugnsvärme.

Insänt av: Fru Gunhild Johansson, Borgarbo, JÄRLASA

CHOKLADGLASERAD KOKOSKRANS

135 g smör el margarin
3 dl socker
1 dl kokosflingor
2 ägg
½ dl mjölk
½ dl kokande vatten

3 dl vetemjöl
½ tsk bakpulver
glasyr:
2 ½ dl florsocker
1 dsk kakao
1 ½ msk vatten

Rör smör och socker smidigt och tillsätt äggen, ett i sänder. Rör ner kokosflingorna samt mjölk och vatten. Rör sist ner mjölet blandat med bakpulvret. Grädda kakan i smord och bröad kransform i medelvarm ugn, 175–200°. Stjälp upp den. Blanda samman siktat florsocker, kakao och vatten till en tjock glasyr och bred den på kakan då den svalnat litet.

Insänt av: Fru Elsa Ericson, Bergsvägen 15 A, VÄSTERAS

NÖTKRANS

125 g smör
2 msk mjölk
1 ägg
2 tsk bakpulver
3 hg vetemjöl
1 hg socker

fillning: mandelmassa:
2 hg nötkärnor
1 hg socker
1 äggvita
3 msk vatten

Rör smör och socker, tillsätt ägg och mjölk och sist mjölet blandat med bakpulver. Kavla ut degen till en avlång kaka och bred på mandelmassan och rulla sedan ihop den som en rulltårta. Lägg den som en krans på väl smord plåt och pensla den med äggula, samt gör 8–10 snitt i den. Grädda kransen i 200° värme ca 30 min. Låt den kallna på plåten och sikta florsocker över.

Insänt av: Fru Britha Hård, Kränge, MALMSLÄTT

NÖTKAKA

100 g smör
1 1/2 dl grädde
2 ägg
3 dl socker

2 dl mjöl
2 tsk jästpulver
1 hg malda nötkärnor

Koka smör och grädde. Rör ägg och socker pösigt. Grädden och smöret nedröres varmt i äggsmeten. Rör ner mjölet blandat med jästpulver och nötkärnor. Grädda kakan i 175–200° ugnsvärme.

Insänt av: Fru Birgit Wessman, S:t Persgatan 155, NORRKÖPING

ULLAS NÖTKAKA

2 hg hasselnötskärnor
2 hg socker

3 ägg

Ägg och socker vispas poröst. Nötkärnorna males och blandas i. Häll smeten i en smord och mjölad form och grädda i svag ugnsvärme ca 25 min.

Insänt av: Fr Ulla Brith Notteberg, Segeltorpsvägen 40, ÄLVSJO

DRÖMKAKA

150 g smör el margarin
3 dl socker
1 tsk vaniljsocker
rivet skal av 1 apelsin
2 tsk bakpulver
3 dl vetemjöl
1 ½ dl tunn grädde
5 äggvitor

chokladkräm: 1 dl socker
1 dl vatten
3 äggulor
150 g smör
50 g blockchoklad
1 tsk vaniljsocker
garnering:
kokosflingor

Rör smör, socker och vaniljsocker pösigt. Blanda bakpulver, mjöl och apelsin-skal och rör ned blandningen i smeten växelvis med grädden. Tillsätt sist de hårt vispade äggvitorna och häll smeten i en väl smord form. Grädda kakan i svag ugnsvärme, 175°, ca 55 min. Stjälp upp kakan och låt den kallna. Till chokladkrämen kokas socker och vatten till en simmig lag, som trådar sig. Rör samman äggulorna och häll över den heta lagen. Vispa blandningen tills den svalnat och rör i smöret litet i sänder. Tillsätt den smälta blockchokladen och vaniljsockret. Vispa blandningen tills den svalnat och rör i smöret litet i sänder. Tillsätt den smälta blockchokladen och vaniljsockret. Bred chokladkrämen över kakan och strö kokosflingor över. Låt kakan stå kallt så chokladkrämen stelnar.

Insänt av: Fr Ulla Brith Notteberg, Segeltorpsvägen 40, ALVSJO

FIN SANDKAKA MED FRUKTDEKOR

200 g smör el margarin
2 dl potatismjöl
1 tsk jästpulver
3 ägg

2 dl socker
½ dl konjak
dekor: ananas, gröna och
röda bär

Rör smöret. Blanda jästpulvret i mjölet och rör ner det i smöret. Vispa ägg och socker pösigt och arbeta in det, litet i taget i smörsmeten. Tillsätt till sist konjaken. Grädda i smord och bröad form i 175° varm ugn ca 50 min. Garnera med stavar av ananas och halverade cocktailbär.

Insänt av: Fr Eva Maria Krüger, Lilla-Kråkebo, ULRICEHAMN

NEGERTÅRTA

200 g vetemjöl
2 ägg
200 g smör el margarin
4 msk cacao

2 1/2 dl socker
1 msk vaniljsocker
2 dl gräddmjölk
1 1/2 tsk bakpulver

Gräddmjölk, cacao och 1 dl socker vispas i en kastrull och får koka upp, varefter blandningen får kallna. Smöret och resten av sockret röres i 10 min, varefter äggen tillsättes, ett i sänder, samt vaniljsockret. Mjölet och bakpulvret blandas och röres ihop med den kalla chokladmjölken och smörblandningen. Grädda i en väl smord form i 175° ugnsvärme ca 1 tim.

Insänt av: Fru Dolly Strandberg, Nygatan 11 A, MARIEHAMN, ÅLAND

INGRIDS GODA TÅRTA

1 hg socker
2 hg margarin
3 hg mjöl

äpplen, banan,
grädde, mandel

Rör socker och margarin poröst och tillsätt sist mjölet. Baka ut degen till 3 runda kakor och grädda. Riv äpple och mosa banan och fyll de avsvalnade bottarna. Låt stå och safta några timmar. Vispa den tjocka grädden och slå över. Garnera med banan och hackad mandel.

Insänt av: Fru Ingrid Löwne, Vintrosagatan 50, BANDHAGEN

CHOKLADKAKA

2 msk cacao
2 tsk vaniljsocker
1 hg smör el margarin
3/4 dl mjölk
3/4 dl vatten

3 dl vetemjöl
1 tsk bakpulver
2 ägg
3 dl socker

Rör ägg och socker pösigt. Koka cacao, vaniljsocker, smör, mjölk och vatten och rör ner detta i äggsmeten. Mjölet blandat med bakpulver blandas i. Grädda kakan i 175–200° ugnsvärme.

Insänt av: Fru Birgit Wessman, S:t Persgatan 155, NORRKÖPING

JÄTTE-RULLTÄRTA

3 ägg
1 kkp strösocker
1 kkp vetemjöl

1/4 kkp potatismjöl
1 1/2 tsk bakpulver
fyllning: sylt

Vispa socker och ägg pösigt. Blanda vetemjöl, potatismjöl och bakpulver väl och rör ned i smeten. Bred ut smeten på en väl smord och bröad långpanna. Grädda i 250° ugnsvärme. Stjälp upp kakan på sockrad folie eller smörpapper. Bred på sylt och rulla ihop.

Insänt av: Fru Bibbi Flink, Källargatan 2 B, MALMKÖPING

NÖTRULLTÄRTA MED VISPGRÄDDE

3 ägg
2 dl socker
100 g nötkärnor
2 tsk bakpulver

2 msk potatismjöl
2 dl vispad grädde
2 tsk vaniljsocker
3 bananer

Vispa ägg och socker, tillsätt malda nötkärnor och bakpulver blandat med potatismjöl. Grädda som rulltårta. Fyll sedan kakan kallnat med vispgrädde smaksatt med vaniljsocker och skivade bananer.

Insänt av: Fru Gudrun Nilsson, Skogsvägen 29, STRÄNGNÄS

KRYDDRULLE

3 ägg
2 1/2 dl socker
1 dl potatismjöl, knappt
2 tsk kanel
1 tsk nejlikor
2 tsk bakpulver

kräm: 120 g margarin
100 g florsocker
2 finhackade syltade apelsinskal
25 g hackad grön suckat
25 g malda nötkärnor

Vispa ägg och socker poröst, tillsätt kryddorna och mjölet blandat med bakpulvret. Bred ut smeten på ett väl smort smörpapper och grädda i varm ugn 5 min. Stjälp upp kakan på ett sockrat papper och låt den svalna. Rör smör och socker till fyllningen och blanda i övriga ingredienser. Bred ut fyllningen på den kalla kakan och rulla ihop den.

Insänt av: Fru Dagmar Johansson, Stockholmsvägen 131, VÄSTERÅS

GRÖN RULLTÄRTA

4 ägg
2 dl strösocker
1 dl vetemjöl
3/4 dl potatismjöl

2 tsk bakpulver
fyllning: krusbärssylt
garnering: grön glasyr,
mandel, cocktailbär

Ägg och socker vispas tjockt och poröst. Mjölsorterna blandat med bakpulver röres ner. Grädda kakan i långpanna med smort smörpapper i het ugn, 275°. Stjälp upp kakan på sockrat papper. Bred genast på sylten och rulla ihop. Låt kakan svalna och garnera den med glasyr, mandel och cocktailbär.

Insänt av: Fr T Carlsson, Tallåsen, ORNO

ISCHOKLAD MED APELSINSMÅK

2 ägg
1 hg pudersocker
1 dsk vaniljsocker
5-6 msk kakao

1 tsk nescafé el 1 msk starkt kaffe
1 tsk rivet apelsinskal
1/4 kg kokosfett

Kokosfettet smältes och får svalna. Ägg och socker röres pösigt. Smakämnen tillsättes och sist iröres fettett litet i sänder. Blanda gärna i russin och ris. Fyll massan i små knäckformar och låt dem stelna på kallt ställe. Förvaras svalt.

Insänt av: Fru Gudrun Nilsson, Skogsvägen 29, STRÄNGNÄS

DANSK KAKA I BITAR

2 ägg
2 dl socker
1 tsk ättika

9 bittermandlar
1 dl smält smör
2 dl mjöl

Ägg och socker vispas 10 min, varefter ättika, riven mandel och smält av-svalnat smör iröres. Sist blandas mjölet ner. Grädda i stekpanna i medelvarm ugn. Stjälp upp kakan och gläsera med florsockerglasyr och garnera med hackade sötmandlar. Skär upp kakan i fyrkantiga bitar.

Insänt av: Marianne Magnusson, Moränvägen 6, HALLSTAVIK

NÖTMAZARINER

1 ½ hg havregryn
1 hg smör el margarin
1 hg socker
25 g vetemjöl
½ tsk hjorthornssalt
½ tsk bakpulver
fyllning:

75 g smör el margarin
130 g socker
2 små ägg
100 g nötkärnor, malda
175 g kokt kall potatis,
mald el mosad

Blanda alla torra ingredienser till degen och finfördela smöret däri. Arbeta alltsammans till en deg. Smörj de veckade formarna väl och tryck ut degen i dem. Rör smör och socker till fyllningen, tillsätt äggulorna, potatisen och nötterna. Vispa äggvitorna till hårt skum och rör ner dem försiktigt i smeten. Fyll formarna till ¾ med nötmassan och grädda kakorna i ej för varm ugn, 175°. Låt dem stå ett par minuter innan de stjälpes upp.

Insänt av: Fru Inger Pettersson, Avmunds Roma, ROMAKLOSTER

HAVREGRYNSMAZARINER

4 dl havregryn
1 dl socker

1 hg margarin
10 bittermandlar

Blanda samman havregryn, socker och mandel. Smält fettet och rör ner i grynen. Lägg smeten i pappersformar, fyll dem till hälften och grädda i 200° ugnsvärme.

Insänt av: Fru Elin Lindborg, Hästhagsvägen 2 B, GUSTAVSBERG

HAVREBAKELSER

110 g smör el margarin
1 ägg
1 ½ dl socker
3 dl havregryn
1 tsk jästpulver

1 msk vetemjöl
fyllning: 2 dl tjock grädde,
vaniljsocker
garnering: 1 hg blockchoklad
1 msk smör, cocktailbär

Smält smöret. Rör ner övriga ingredienser och blanda alltsammans väl. Lägg ut smeten glest, med hjälp av två teskedar, på väl smorda och mjölade plåtar. Grädda flarnen i 225° ugnsvärme 8–10 min. Låt dem svalna litet på plåten och lossa dem sedan med en tunn kniv. Lägg dem på plant underlag att svalna. Vispa grädden till fyllningen till skum och smaksätt med vaniljsocker. Bryt sönder chokladen till garneringen och smält den i kokande vattenbad. Tillsätt en klick smör och rör glasyren blank och jämn. Bred den över hälften av flarnen och garnera med cocktailbär. Strax före serveringen lägges de ihop två och två med vispgrädde emellan.

Insänt av: Fru Britta Dahlberg, Drejargatan 19, TORSHALLA

REGNBÅGSKUBER

2 ägg
2 dl socker
2 dl mjöl
2 tsk bakpulver
1 dl sur mjölk

50 g smält smör el margarin
smörkräm: 1 hg smör el margarin
75-100 g pudersocker
1 äggula
1 påse olidfärgad strössel

Vik en avlång form av folie och pensla den invändigt med smält smör eller margarin. Vispa ägg och socker pösigt, mjölet blandat med bakpulver samt mjölken röres i. Sist tillsättes det smälta avsvalnade matfettet. Häll smeten i formen och grädda i medelvarm ugn. När kakan svalnat skäres den i fyrkanter. Till smörkrämen röres smör och socker smidigt, äggulan tillsättes och krämen är klar att använda. Den kan också smaksättas med vanilj, kaffe eller arrak. Bred smörkräm på alla sidor av sockerkakskuberna och rulla dem i strössel.

Insänt av: Fr Ulla Brith Notteberg, Segeltorpsvägen 40, ÄLVSTO

HALVMÅNAR

2 ägg
1 1/2 dl socker
100 g smör el margarin
80 g vetemjöl

1 tsk bakpulver
fyllning: mos el gelé
garnering: glasyr, mandel

Skira smöret och rör det ljust och poröst med sockret. Vispa upp äggen och blanda ner dem samt mjölet blandat med bakpulvret. Smörj en plättlagg och bred ut 1/2 msk smet i varje form. Grädda dem gulbruna i 200° ugnsvärme. Låt dem kallna. Lägg samman dem två och två med mos eller gelé emellan. Klyv dem. Färga glasyren svagt grön, bred den på kakorna och strö på finhackad mandel.

Insänt av: Fru Inger Pettersson, Avmunds Roma, ROMAKLOSTER



KAKOR

HERRSKAPSKAKOR

130 g smör
130 g socker
3 ägg
10 bittermandlar
1 tsk bakpulver
130 g vetemjöl

till garnering:
2-3 äggvitor
3 msk pärlsocker
100 g hackade russin
25 g sötmandel

Smör och socker röres vitt. Äggen tillsättes ett i sänder och sist den rivna bittermandeln och mjölet blandat med bakpulvret. Smeten bredes ut på väl smord plåt. Vitorna slås till mycket hårt skum, pärlsockret hälls ner försiktigt. Massan bredes som en slöja över kakan och ovanpå strös hackade russin och skållad, hackad sötmandel. Grädda i svag till medelvarm ugn tills kakan höjt sig och fått fin gulbrun färg. Låt kakan svalna och skär den sedan lätt i fyrkantiga bitar.

Insänt av: Fru Maj-Britt Andersson, Ostra, PI 1252, ESKILSTUNA

RUSSINKAKOR

425 g vetemjöl
213 g smör
213 g socker
1 ägg

1 msk vatten
1 hg russin
10-15 droppar cedro el
citronessens

Blanda alla torra ingredienser på bakkbordet och tillsätt det i vattnet sönderslagna ägget. Arbeta samman allt till en smidig deg och tillsätt de sönderhackade russinen. Rulla degen till en rulle och låt den stå kallt att stelna. Skär den sedan i 3-5 mm tjocka skivor och grädda vackert gula i medelgod ugnsvärme.

Insänt av: Fru Maj-Britt Andersson, Ostra, PI 1252, ESKILSTUNA

LJUSA DRÖMMAR

3 kkp socker
2 hg margarin el smör
3 kkp mjöl

1 1/2 tsk hjorthornssalt
vanilj efter smak

Margarin och socker röres vitt och pösigt. Hjorthornssalt och mjöl blandas och röres i. Grädda i svag ugnsvärme.

Insänt av: Fru Lisa Karlsson, Lundby, ÖSTRA HUSBY

MARSTRANDSKEX

150 g margarin el smör
100 g socker
1 dl grädde

1 1/2 tsk hjorthornssalt
3 dl potatismjöl
4 dl vetemjöl

Rör margarin och socker, lös upp hjorthornsaltet i grädden och tillsätt den omväxlande med mjölet. Arbeta ihop degen på bakbordet. Kavla ut degen tunt, nagga eller kavla med kruskavel. Tag ut kakorna med runt mått försett med ett hål ett stycke från centrum. Grädda kakorna ljusgula i medelvarm ugn.

Insänt av: Gun Ekström, Ekholmsvägen 31 E, LINKÖPING

MANDEL-MIDJOR

250 g mandlar
250 g socker
4 äggvitor

100 g mörk choklad
1/2 tsk kanel
1/2 tsk vaniljsocker

Mandlarna hackas fint och rostas litet med litet socker och får svalna. Äggvitorna slås till hårt skum, socker, riven choklad, kryddor och mandel tillsättes. Klicka med en tesked ut kakorna på en smord plåt. Grädda i 150° ugnsvärme. Kakorna skall vara mjuka inuti.

Insänt av: Fru Brita Zettergren, Södertäljevägen 76, SEGELTORP

MORMORS MANDELFORMAR

2 ägg
2 hg socker
2 hg smör el margarin
4 hg vetemjöl

1/2 hg sötmandel
10 bittermandlar
2 tsk jästpulver

Vispa ägg och socker pösigt, smält smöret och rör ner det samt den malda mandeln. Blanda jästpulver och vetemjöl och arbeta samman allt till en deg. Smörj formar och tryck ut små klickar i formarna. Grädda i 225° ugnsvärme.

Insänt av: Fru Edit Nordin, Hagby, HÄLLBY BRUNN

HALLONRUTOR

200 g smör el margarin
200 g mjöl
45 g socker

yllning: hallonsylt
pensling: ägg och socker

Blanda samman smör, mjöl och socker till en deg och låt den vila en stund. Kavla ut $\frac{2}{3}$ av degen till en ganska tunn kaka och lägg den på en plåt. Bred hallonsylt över kakan, kavla ut resten av degen, sporra ut remsor och lägg dem i rutor över kakan. Pensla remsorna med ägg och strö socker över. Grädda i 250° ugnsvärme. Skäres i rutor.

Insänt av: Fru Eivor Blomberg, Jung, Box 4380, ENKÖPING

SKURNA CHOKLADKAKOR

2 hg margarin
2 $\frac{1}{2}$ dl socker
1 ägg
8 dl vetemjöl

1 tsk bakpulver
2-3 msk kakao
2 tsk vaniljsocker

Rör smör och socker poröst, rör i ägget och sikta ner vetemjöl, bakpulver, kakao och vaniljsocker. Arbeta ihop degen. Rulla degen till en rulle 4 cm i diameter och låt den ligga på kallt ställe tills den stelnat. Skär rullen i mycket tunna skivor. Pensla kakorna med uppvispad äggvita. Doppa dem i pärlsocker. Lägg kakorna på smord plåt. Grädda i varm ugn, 225-250°, ca 10 min.

Insänt av: Fr Birgitta Jönsson, Sveavägen 12 a, FLEN

CHOKLADKAKOR

2 hg margarin
2 $\frac{1}{2}$ dl socker
1 ägg
6 dl vetemjöl

1 tsk bakpulver
2-3 msk kakao
2 tsk vaniljsocker

Rör smör och socker poröst, rör i ägget och sikta ner vetemjöl, bakpulver, kakao och vaniljsocker. Arbeta ihop degen. Rulla den till längder omkr 2 cm breda. Lägg längderna på en smord plåt. Pensla dem med uppvispad äggvita. Strö på pärlsocker och hackad sötmandel. Grädda i varm ugn, 225-250°, ca 10 min. Skär längderna på snedden i $1\frac{1}{2}$ cm breda kakor, när de svalnat något.

Insänt av: Fr Birgitta Jönsson, Sveavägen 12 a, FLEN

BÄSTA PEPPARKAKOR

200 g sirap (1 $\frac{1}{2}$ dl)
400 g socker
1 rågad msk soda
2 tsk kanel
2 tsk ingefära

1 kg vetemjöl
2 tsk nejlikor
1 msk finskurna pomeransskal
300 g smör
3 ägg

Sirap, socker och kryddor lägges i en gryta och får sjuda, sodan nedröres försiktigt innan smeten kokar. Låt smeten stå och svalna något. Därefter iröres smöret och äggen och till sist mjölet.

Insänt av: Fru Ingunn Grönstrand, Sirkkalagatan 28 b 10, ABO, FINLAND

CORNFLAKESKAKOR

250 g kokosfett
225 g florsocker

125 g kakao
 $\frac{3}{4}$ pkt cornflakes, ca 10 kkp

Smält kokosfett och rör det tillsammans med socker och kakao. Blanda därefter i flingorna så att smeten blir som en tjock gröt. Lägg smeten i små pappersformar och ställ dem på svalt ställe 2-3 tim. Kakorna bör förvaras svalt.

Insänt av: Fru Ella Perneborg, Industrigatan 21 C, NYKÖPING

MUNKAR

2 ägg
1 kkp socker
1 kkp mjölk
2 msk smör

$\frac{3}{4}$ l mjöl
4 tsk jästpulver
2 tsk vaniljsocker

Blanda ingredienserna till en deg, som kavlas ut och tas ur med runt mått med hål i mitten. Koka munkarna i kokosflott och lägg dem i strösocker.

Insänt av: Fr Anita Rundlöf, Agnebo, TOBO

TOSCATÅRTA

2 ägg
2 dl socker
50 g margarin
3/4 dl grädde el mjölk
2 dl vetemjöl
1 1/2 tsk bakpulver
knäckglasyr:

50 g skällad sötmandel,
skuren i tunna flingor
50 g smör el margarin
1/2 dl socker
1 msk mjöl
1 msk grädde

Vispa ägg och socker vitt och pösigt, tillsätt det smälta smöret, grädde och sist mjölet blandat med bakpulvret. Bred ut smeten i en smord brödbeströdd rund form. Grädda kakan i 175° ugnsvärme knappt färdig, ca 20 min. Blanda ingredienserna till knäckmassan i en kastrull, låt den sjuda under omrörning. Bred den varma glasyren på den knappt färdiga kakan. Grädda sedan 5-10 min.

Insänt av: Fr Anita Rundlöf, Agnebo, TOBO

ANITAS MANDELKAKOR

100 g mandel
100 g socker
1 ägg

50 g smör
till garnering:
halva mandlar

Smöret smältes, får svalna litet och mandel, socker och ägg iblandas. Rulla degen till små kulor på välsmord och mjölad plåt och garnera med en halv mandel. Grädda i 175-200° ugnsvärme.

Insänt av: Fr Anita Rundlöf, Agnebo, TOBO

KNÄCKKAKOR

100 g smör el margarin
50 g socker
1/2 ägg
150 g vetemjöl
knäck: 125 g smör

100 g socker
1 dl sirap
75 g skällad, grovt strimlad
mandel

Blanda ingredienserna. Kavla ut degen och tag ut kakor med runt mått. Grädda dem ljusgula i 200° ugnsvärme. Koka ingredienserna till knäcken till en ljusbrun sammanhängande massa. Låt den svalna litet. Lägg med en sked en topp av massan på varje kaka.

Insänt av: Fr Anita Rundlöf, Agnebo, TOBO

MÖRASTE SPRITSARNA

200 g smör el margarin
1/2 dl strösocker
1 äggula
1 tsk stött kardemumma

1/2 tsk kanel
1 tsk bakpulver
3 dl vetemjöl
1 dl potatismjöl

Socket och smör röres pösigt. Äggulan tillsättes. Kardemumma, kanel, bakpulver, vetemjöl och potatismjöl blandas samman väl och röres ner i smeten. Arbeta samman en jämn deg och forma spritsar. Grädda i 200° ugnsvärme.

Insänt av: Fru Bibbi Flink, Käliargatan 2 B, MALMKÖPING

SIRAPSSTÄNGER

400 g mjöl
200 g smör
100 g socker

1 msk sirap
2 tsk bikarbonat

Blanda först en del av mjölet med bikarbonaten. Blanda därefter alla ingredienserna och arbeta till en stadig deg. Rulla ut degen i långa stänger och lägg dem på en plåt. Platt ut dem så de blir 1 cm höga. Grädda dem vackert bruna i inte för hög värme. Skär stängerna i bitar och låt dem svalna på plåten.

Insänt av: Fröken Linnéa Andersson, Kärnhult 286, VALDEMARSVIK

FYLDA KOKOSSNITT

1 hg smör el margarin
1 msk socker
1 ägg
1 tsk bakpulver
2 1/2 dl vetemjöl
hallon-, jordgubbs- el vinbärssylt

yllning: 1 msk smör
1 dl socker
2 tsk vaniljsocker
1 ägg
1 hg kokosflingor

Smör, socker, ägg, bakpulver och vetemjöl blandas till en deg, vilken sedan rullas ut till 3 cm tjocka rullar. Längs rullen göres en fördjupning vari sylten lägges. Sedan blandas kokossmeten ihop och lägges rikligt över sylten. Grädda i medelvarm ugn, 200–225°, tills kokosen blivit vackert gulbrun.

Insänt av: Fru Birgit Åkesson, Årsta, UPPSALA

MORS GODA RINGAR

3 hg mjöl
2 hg smör

2 msk socker
2 msk grädde

Alla ingredienser blandas, arbetas till en smidig deg, och får stå och svalna 1 timme. Kavla ut degen, ej alltför tunt, tag ut runda kakor med hål i mitten. Pensla med ägg och strö pärlsocker över. Grädda vackert ljusgula.

Insänt av: Fru Sagny Andersson, Nyby 3, RADMANSO

SMÄLTANDE ÖGONBLICK

200 g smör
200 g vetemjöl
70 g maisenamjöl

70 g socker
1 tsk vaniljsocker

Arbeta samman alla ingredienserna. Låt degen vila på kallt ställe. Baka ut den till små bollar. Garnera med syltat apelsinskal, en strimla ovanpå. Grädda i 175° varm ugn.

Insänt av: Fru Anna Nordberg, Vestrum, RUTE

MANDELFLARN

125 g smör el margarin
75-100 g mandel el nötkärnor,
malda

2 msk vetemjöl
125 g socker
2 msk grädde

Alla ingredienser blandas och får sjuda upp i en gryta. Klicka sedan sparsamt i plättlagg eller på väl smord och mjölad plåt, då med stora mellanrum, så att kakorna har plats att flyta ut. Gräddas ljusbruna i medelvarm ugn. Låt flarnen svalna något innan de lossas och böjes över en käpp eller kavel. Önskas flata kakor att lägga samman får de svalna på platt underlag. Fyllning: iskall vispad grädde smaksatt med snusmalet kaffe.

Insänt av: Fru Eva Molin, Blommensbergsvägen 147, HÄGERSTEN

IRMAS FAVORITER

100 g smör el margarin
100 g vetemjöl
fyllning: 1 äggvita

1 1/2 dl socker
25 g nötkärnor

Arbeta samman smör och mjöl och ställ degen kallt någon timme. Kavla ut den till en avlång kaka. Vispa äggvitan hårt till skum och blanda i sockret och sist nötkärnorna, som skall vara malda. Bred denna fyllning över kakan, rulla samman den som en rulltårta. Skär 1 cm tjocka skivor av rullen och lägg dem med den skurna sidan mot den smorda plåten. Grädda kakorna i 175° varm ugn.

Insänt av: Fröken Irma Karlsson, Boda, PI 588, EDS BRUK

MAMMAS LÄCKRA SPRITSKRANSAR

250 g smör el margarin
170 g strösocker
2 äggulor
1 tsk vaniljsocker

1 tsk bakpulver
50 g potatismjöl
250 g vetemjöl

Smöret röres vitt. Äggulorna och sockret tillsättes samt vaniljsockret. Vetemjöl, potatismjöl och bakpulver blandas väl och iröres. Degen spritsas ut och formas till runda ringar och gräddas i medelgod ugnsvärme.

Insänt av: Fr Gun Överström, Storby, Eckerö, ÅLAND

TREVÄPPLING

140 g smör el margarin
70 g socker
1 äggula

250 g vetemjöl
sötmandel

Smör, socker och ägg röres tillsammans, varefter mjölet tillsättes. Degen kavlas ut och uttages med runt mått. Pensla med ägg. Oskållad mandel skäres i strimlor, lägg tre mandelstrimlor på varje kaka som en treväppling. Grädda kakorna vackert ljusgula.

Insänt av: medl 368

BRYGGOR

200 g smör
1 1/2 dl socker
1 tsk vaniljsocker
1 ägg
8 dl vetemjöl

1 tsk bakpulver
garnering: vit, grön eller
röd glasyr, hackade syltade
apelsinskal, hackad mandel
eller strössel

Rör smör och socker pösigt. Tillsätt vaniljsocker, ägg och mjöl blandat med bakpulver. Arbeta ihop degen och kavla ut den tunt. Sporra ut bitar i storlek 8×4 cm. Lägg dem på smorda mandelspånjärn eller rivjärn och grädda i medelvarm ugn, 200°. Låt dem svalna. Glasera och garnera.

Insänt av: Fru Lilly-Ann Gustafsson, Kimito, ENGELSBY, FINLAND

STENBYKAKOR

1 hg smör el margarin
1 hg socker
175 g mjöl

1 tsk bikarbonat
1/2 msk sirap
vaniljsocker

Rör smöret pösigt med sockret. Tillsätt sedan övriga ingredienser och arbeta ihop allt till en smidig deg. Rulla ut degen i fyra längder, platta till den försiktigt med fingret och grädda i medelvarm ugn, 175–200°. När längderna är färdiggräddade, skäres de i sneda bitar.

Insänt av: Fru Marianne Lundgren, Tollare Egna Hem, KLINTEN

KUBBAR

1 hg margarin
125 g socker
1 ägg
5 bittermandlar

1/2 dl mjölk
325 g vetemjöl
2 1/2 tsk bakpulver

Rör margarin och socker, blanda därefter i ägg, mandel, mjölk, mjöl och bakpulver. Forma degen till en längd och skär den i bitar, vilka doppas i pärlsocker. Grädda kubbarna ljust gula.

Insänt av: Fröken Marianne Hedlund, Tallbacksvägen 1, HANDEN

*Till alla mina
trogna
lyssnare*



– både medlemmar i Husmodersklubben och övriga – ber jag få framföra mitt varmaste tack för alla de goda råd och fina tips, som gjort det möjligt för mig att sammanställa denna lilla receptbok. Ni har alla dragit Ert strå till stacken genom Era trevliga och uppmuntrande brev. För mig har det varit ett nöje och för Er hoppas jag den ska bli både till nytta och glädje!

Tack för det och på återhörande!

Chris Wahlström

Pris 12:50

Roos Förlags AB Box 32, Vällingby