



1. KOKBOK

Rätterna är indelade i flera kategorier:

- Fisk och skaldjur
- Fågel
- Kött
- Ugnsrätter
- Pizza och quiche
- Tårta och kakor
- Bröd och bullar
- Grönsaker
- Kräm och terriner
- Smårätter
- Menytilagning

2. FISK OCH SKALDJUR

2.1 Torsk:

För 4-6 personer.

Ingredienser:

- 800 g torkad torsk
- 2 matskedar olivolja
- 2 stora lökar
- 6 skalade vitlöksklyftor
- 2 purjolökar
- 6 röda paprikor
- 1/2 burk hackade tomater (200 g)
- 200 ml vitt vin
- 200 ml koklag
- peppar, salt, timjan, oregano

Beskrivning:

Blötlägg den torkade torsken över natten. Låt torsken rinna av nästa dag och lägg den i en kastrull med vatten. Låt koka upp. Flytta sedan kastrullen från värmen och låt svalna. Häll olivolja i en panna och hetta upp. Skala och finhacka löken, skala och krossa vitlöksklyftorna, skiva och skölj purjolöken. Häll i den heta oljan och fräs kort. Ta ur kärnhusen ur paprikorna och skär i strimlor. Lägg sedan paprikan i pannen tillsammans med den hackade tomaten. Tillsätt vitt vin och koklag och låt sjuda en stund. Krydda med peppar, salt, timjan och oregano och låt sjuda i pannen i ytterligare 15 minuter. Ta ut den kallnade torkade torsken ur kastrullen och badda den torr med hushållspapper. Avlägsna skinn, ben och alla fenor. Skär fisken i tunna skivor och blanda med grönsakerna i en ugnsfast form.

- Tid i produkten (min): 30
- Ugnsnivå: 1

2.2 Fiskfilé:

För 4-6 personer.

Ingredienser:

- 600-700 g gös-, lax- eller havsforell-filéer
- 150 g riven ost
- 250 ml grädde
- 50 g ströbröd
- 1 tsk dragon
- hackad persilja
- salt, peppar
- citron
- smör

Beskrivning:

Skvätt citronjuice över fiskfiléerna och låt marinera ett tag. Badda med hushållspapper för att ta bort överbliven juice. Salta och peppra fiskfiléerna på båda sidor. Placera sedan fiskfiléerna i en smord, ugnsfast form. Rör ihop riven ost, hackad persilja, dragon, ströbröd och grädde. Fördela genast blandningen över fiskfiléerna och klicka ut smör på blandningen.

- Tid i produkten (min): 35
- Ugnsnivå: 2

2.3 Fisk på saltbädd:

För 6 personer.

Ingredienser:

- en hel fisk, cirka 1,5-2 kg
- 2 oxaxade citroner
- 1 fänkålshuvud
- 4 kvistar färsk timjan
- 3 kg bergsalt

Beskrivning:

Rengör fisken och gnid in juicen från citronerna. Skär fänkålen i tunna skivor

och stoppa den i fisken tillsammans timjankvistarna. Strö ut hälften av bergsaltet i en bakform och lägg fisken ovanpå. Strö den andra hälften av bergsaltet över fisken och tryck ner det hårt.

- Tid i produkten (min): 55
- Ugnsnivå: 1

2.4 Laxkotlett

Ingredienser:

- 400 g potatis
- 2 knippen salladslök
- 2 vitlöksklyftor
- 1 liten burk hackade tomater (400 g)
- 4 laxfiléer
- juice från en citron
- salt och peppar
- 75 ml grönsaksbuljong
- 50 ml vitt vin
- 1 kvist färsk rosmarin
- 150 ml vin
- 1/2 knippe färsk timjan

Beskrivning:

Skölj potatisen. Skala, skär i fjärdedelar och koka i saltat vatten i 25 minuter, låt sedan rinna av och skär i skivor.

Skölj och finhacka salladslöken. Skala vitlöksklyftorna och skär i bitar. Blanda lök och vitlök med den hackade tomaten.

Skvätt citronjuice över laxfiléerna och låt dem marineras en stund. Torka sedan av och smaksätt med salt peppar.

Blanda grönsaker och potatis och placera i en smord ugnsfast form. Krydda och lägg laxen överst.

Häll grönsaksbuljong och vitt vin över, sprid ut rosmarin och timjan ovanpå.

- Tid i produkten: 35 minuter
- Ugnsnivå: 2

2.5 Fisk (forell), pocherad:

Ingredienser:

- 1 citron
- fisk

Beskrivning:

Tvätta och torka fisken och stänk därefter citron på in- och utsidan. Låt den ligga och dra en stund och krydda därefter med salt och peppar. Lägg fisken i en rostfri skål med perforerad insats.

- Tid i produkten (min): 25
- Ugnsnivå: 3

2.6 Fylld bläckfisk:

För 4 personer.

Ingredienser:

- 1 kg medelstor bläckfisk, rengjord
- 1 stor lök
- 2 matskedar olivolja
- 90 g kokt långkornigt ris
- 4 msk pinjenötter
- 4 msk korinter
- 2 msk hackad persilja
- salt, peppar
- juice från en citron
- 4 matskedar olivolja
- 150 ml vin
- 500 ml tomatjuice

Beskrivning:

Gnid in bläckfisken intensivt med salt och skölj sedan av under rinnande vatten. Skala och finhacka löken och låt den svettas med två matskedar olivolja tills den är genomskinlig. Tillsätt långkornigt ris, pinjenötter, korinter och hackad persilja till löken och krydda med salt, peppar och citronjuice. Fyll bläckfisken löst med blandningen, sy igen öppningen.

Häll fyra matskedar olivolja i en stekpanna och bryn bläckfisken. Tillsätt vin och tomatjuice. Täck ugnspannan med ett lock och ställ in i ugnen.

- Tid i produkten (min): 60
- Ugnsnivå: 1

3. FÅGEL

3.1 Kycklinglår:

För 2-4 personer.

Ingredienser:

- 4 kycklinglår à 250 g
- 250 g crème fraîche
- 125 ml grädde
- 1 tesked salt
- 1 tesked paprika

- 1 tesked curry
- 1/2 tesked peppar
- 250 g skivade burkchampinjoner
- 20 g majsstärkelse

Beskrivning:

Rengör kycklinglåren och lägg i en ugnform. Blanda ihop resten av ingredienserna och håll över kycklinglåren.

- Tid i produkten (min): 55
- Ugnsnivå: 1

3.2 Fyllt kycklingbröst:

Serveras med spenat i saffranssås

Ingredienser:

För 6 personer

- 400 g spenatblad, förvällda
- En nypa salt
- 100 g fet kvarg med grön paprika
- Nymalen svartpeppar
- 6 kycklingbröst
- 2 matskedar citronsaft
- 1 matsked senap
- 100 ml vitt vin
- 150 ml ljus kycklingbuljong
- 1 paket saffran
- 150 ml vispgrädde
- 1/2 tesked citronsaft

Beskrivning:

Lägg 20 – 24 stora spenatblad åt sidan. Tryck försiktigt ihop resten av bladen och hacka dem grovt med gungkniven. Blanda dem sedan med kvargen och krydda med salt och peppar. Skär en ficka i kycklingbrösten. Fyll denna med spenatblandningen och tryck ihop brösten med cocktailpinnar.

Ringla på citronsaften och gnid in senapen. Krydda sedan lätt med salt och peppar. Linda slutligen in brösten i spenatbladen som du lade åt sidan tidigare. Lägg brösten i den perforerade skålen och ånga med ångkokningsfunktionen. Minska det vita vinet och buljongen till ca 100 ml i en kastrull. Tillsätt sedan saffran och vispgrädde. Krydda såsen med citronjuice och krydda vid behov med salt och peppar. Ta bort cocktailpinnarna från kycklingbrösten. Dela brösten. Håll lite sås på tallriken och lägg kycklingbrösten på den.

- Mängd vatten som ska läggas i vattenlådan: 600 ml
- Tid i produkten: 35 minuter
- Ugnsnivå: 3

3.3 Coq au Vin:

För 2-4 personer.

Ingredienser:

- 1 kyckling
- salt
- peppar
- 1 matsked mjöl
- 50 g skirat smör
- 500 ml vitt vin
- 500 ml kycklingbuljong
- 4 matskedar sojasås
- 1/2 knippe persilja
- 1 kvist timjan
- 150 g tärnad bacon
- 250 g portobello, rengjorda och skurna i fjärdedelar
- 12 schalottenlökar, skalade
- 2 vitlöksklyftor, skalade och krossade

Beskrivning:

Rengör kycklingen, krydda med salt och peppar och strö över mjölet. Värm det skirade smöret i en stekpanna och bryn kycklingen på alla sidor. Håll i vitt vin, kycklingbuljong och sojasås och koka upp. Tillsätt persilja, timjan, tärnad bacon, svamp, schalottenlök och vitlök. Koka upp igen, täck över med ett lock och ställ in i ugnen.

- Tid i produkten (min): 55
- Ugnsnivå: 1

3.4 Fylld kyckling:

För 2 personer.

Ingredienser:

- 1 kyckling, 1,2 kg (med kräs)
- 1 matsked matolja
- 1 tesked salt
- 1/4 tesked paprika
- 50 g ströbröd
- 3 - 4 matskedar mjölk
- 1 hackad lök
- 1 knippe persilja, hackad
- 20 g smör
- 1 ägg
- salt och peppar

Beskrivning:

Rengör och torka kycklingen. Blanda olja, salt och paprika och gnid in i kycklingen. Fyllning: Blanda ströbröd och mjölk. Lägg hackad lök, persilja och smör i en panna och fräs. Finhacka hjärtat, levern och magen och tillsätt ett ägg. Blanda sedan ihop allting och krydda med salt och peppar. Lägg kycklingen med bröstet nedåt i en ugnspanna och ställ in i ugnen; vänd efter 30 minuter. (En signal hörs.)

- Tid i produkten (min): 90
- Ugnsnivå: 1

3.5 Stekt anka med apelsin:

För 4-6 personer.

Ingredienser:

- 1 anka (1,6 – 2,0 kg)

- salt
- peppar
- 3 apelsiner, skalade, urkärnade och tärnade
- 1/2 tesked salt
- 2 apelsiner för råsaftprensning
- 150 ml sherry

Beskrivning:

Rengör ankan, krydda med salt och peppar och gnid in med apelsinskal. Fyll ankan med saltade apelsintärningar och sy ihop. Placera ankan med bröstet nedåt i långpannan. Pressa ur saften ur apelsinerna, blanda med sherryn och håll över ankan. Ställ in ankan i ugnen. Vänd den efter 30 minuter (en signal hörs).

- Tid i produkten (min): 90
- Ugnsnivå: 1

4. KÖTT

4.1 Biffgryta:

För 4 personer.

Ingredienser:

- 600 g nötkött
- salt och peppar
- mjöl
- 10 g smör
- 1 lök
- 330 ml mörkt öl
- 2 teskedar farinsocker
- 2 teskedar tomatpuré
- 500 ml oxbuljong

Beskrivning:

Skär nötköttet i tärningar, krydda med salt och peppar och strö ut lite mjöl över. Värm smör i en panna och bryn köttbitarna. Lägg det sedan i en gryta. Skala och finhacka löken. Fräs lätt i lite smör och lägg den sedan i grytan ovanpå köttet. Blanda mörkt öl, farinsocker, tomatpuré och oxbuljong, håll det i stekpannan och låt koka upp. Håll det sedan över köttet (köttet bör vara helt täckt). Täck över och ställ in i ugnen.

- Tid i produkten (min): 120
- Ugnsnivå: 3

4.2 Marinerat nötkött:

För 4 personer.

Ingredienser:

- 1,5 kg stek
- salt
- peppar
- soppgrönsakerna från marinaden

För att göra marinaden:

- 1 l vatten
- 500 ml vinäger
- 2 tsk salt
- 15 pepparkorn
- 15 enbär
- 5 lagerblad
- 2 knippen soppgrönsaker (morot, purjolök, selleri, persilja)

Låt allting koka upp och låt sedan svalna.

Håll marinaden över steken tills den är täckt och låt den marineras i 5 dagar.

Beskrivning:

Ta steken ur marinaden och torka den. Krydda med salt och peppar och bryn på alla sidor i en ugnspanna. Tillsätt soppgrönsaker från marinaden. Håll marinad i formen; botten bör vara täckt till ett djup av 10 - 15 mm. Täck över ugnspannan med ett lock och ställ in i ugnen.

- Tid i produkten (min): 150

- Ugnsnivå: 1

4.3 Köttfärslimpa:

För 4 personer.

Ingredienser:

- 2 torra småfranskor
- 1 lök
- 3 msk hackad persilja
- 750 g blandfärs
- 2 ägg
- salt, peppar och paprika
- 100 g baconskivor

Beskrivning:

Dränk in bullarna i vatten och krama sedan ur vattnet. Skala och finhacka löken, fräs den sedan och tillsätt hackad persilja. Blanda färsen, äggen, de urkramade småfranskorna och löken. Smaksätt med salt, peppar och paprika. Placera på ett rektangulärt stekfat och täck med baconskivor. Tillsätt lite vatten och ställ i ugnen.

- Tid i produkten (min): 70
- Ugnsnivå: 1

4.4 Fläsklägg:

För 4-6 personer.

Ingredienser:

- 1 baklägg av fläsk 0,8-1,2 kg
- 2 msk matolja
- 1 tesked salt
- 1 tsb ädelpaprika
- 1/2 tsb basilika
- 1 liten burk skivade champinjoner (280 g)
- soppgrönsaker (morot, purjolök, selleri, persilja)
- vatten

Beskrivning:

Skär i svålen runtom hela fläskläggen. Blanda olja, salt, paprika och basilika och sprid ut över fläskläggen. Lagg fläskläggen i en långpanna och strö ut champinjoner över den. Tillsätt soppgrönsaker och vatten; botten bör vara täckt till ett djup av 10-15 mm. Vänd steken efter cirka 30 minuter.

- Tid i produkten (min): 160
- Ugnsnivå: 1

4.5 Fläskbög:

För 4-6 personer.

Ingredienser:

- 1,5 kg fläskbög med skinn, från spädgris
- salt
- peppar
- 2 matskedar olivolja
- 150 g fint skuren selleri
- 1 purjolök, skivad
- 1 liten burk tomater, finhackade (400 g)
- 250 ml grädde
- 2 vitlöksklyftor, skalade och krossade
- färsk rosmarin och timjan

Beskrivning:

Skär rutor i skinnet med en vass kniv. Krydda med salt och peppar och bryn på alla sidor med olivolja i en stekpanna. Fräs selleri och purjolök med lite olja i en långpanna, tillsätt sedan tomater, grädde, vitlöksklyftor, rosmarin och timjan. Rör om och lägg fläskbogen ovanpå. Sätt in i ugnen.

- Tid i produkten (min): 130
- Ugnsnivå: 1

4.6 Plommonfylld fläskkarré:

För 4-6 personer.

Ingredienser:

- 200 g torkade plommon
- 150 ml vitt vin
- 1,5 kg grisstek eller kalvsadel (utan ben)
- 1 medelstor lök
- äpple
- salt, peppar och paprika

Beskrivning:

Blötlagg plommonen i vitt vin i två timmar. Skölj köttet snabbt med vatten och torka det sedan. Skär hål i köttets undersida och stoppa in ett plommon i varje hål. Tryck in dem så långt det går. Krydda köttet och lägg det i ugnformen med plommonsidan nedåt. Skala lök och äpple. Skär i klyftor och lägg runt steken. Späd vinet som användes för att blötlägga plommonen med vatten till 250 ml och håll över steken. Servera till exempel med croquetter, potatisgratäng eller broccoli.

- Tid i produkten (min): 60
- Ugnsnivå: 1

4.7 Kalvlägg:

För 4 personer.

Ingredienser:

- 1 baklägg av kalv 1,5 - 2 kg
- 4 skivor kokt skinka
- 2 msk matolja
- 1 tesked salt
- 1 tsk ädelpaprika
- 1/2 tsk basilika
- 1 liten burk skivade champinjoner (280 g)
- soppgrönsaker (morot, purjolök, selleri, persilja)
- vatten

Beskrivning:

Skär 8 snitt på längden runtom hela kalvläggen. Skär fyra skivor av kokt skinka i halvor och placera i snitten. Blanda olja, salt, paprika och basilika och sprid ut över kalvläggen. Lägg kalvläggen i en långpanna och strö ut champinjoner över den. Tillsätt soppgrönsaker och vatten till kalvlägget; botten bör vara täckt till ett djup av 10-15 mm. Vänd steken efter cirka 30 minuter.

- Tid i produkten (min): 150
- Ugnsnivå: 2

4.8 Ossobuco:

För 4-6 personer.

Ingredienser:

- 4 msk smör för bryning
- 4 kalvläggsskivor, cirka 3 - 4 cm tjocka (skurna på tvären i förhållande till benen)
- 4 medelstora morötter, skurna i små tärningar
- 4 selleristjälk, finhackad
- 1 kg mogna tomater, skalade, halverade, urkärnade och tärnade
- 1 knippe persilja, sköljd och grovhackad
- 4 matskedar smör
- 2 msk mjöl för panering
- 6 matskedar olivolja
- 250 ml vitt vin
- 250 ml köttbuljong
- 3 medelstora lökar, skalade och finhackade

- 3 vitlöksklyftor, skalade och tunt skivade
- 1/2 tsk vardera av timjan och oregano
- 2 lagerblad
- 2 kryddnejlikor
- salt, nymalen svartpeppar

Beskrivning:

Smält 4 matskedar smör i en ugnspanna och fräs grönsakerna i den. Tag ut grönsakerna ur pannan. Skölj av kalvläggsskivorna, torka, krydda och täck dem sedan med mjölet. Skaka av överblivet mjöl. Hetta upp olivoljan och bryn skivorna på medelhög värme tills de är gyllenbruna. Tag ur köttet och häll av överbliven olivolja. Deglasera köttsaften i långpannan med 250 ml vin, häll över i en kastrull och låt sjuda en stund. Tillsätt 250 ml köttbuljong samt persilja, timjan, oregano och tärnade tomater. Krydda med salt och peppar. Låt sedan koka upp igen. Lägg grönsakerna i en ugnspanna, lägg köttet ovanpå och häll såsen över allting. Täck ugnspannan med ett lock och ställ in i ugnen.

- Tid i produkten (min): 120
- Ugnsnivå: 1

4.9 Fylld kalvstek:

För 4 personer.

Ingredienser:

- 1 småfranska
- 1 ägg
- 200 g köttfärs
- salt, peppar
- 1 hackad lök
- hackad persilja
- 1 kg kalvbringa (med ficka utskuren)
- soppgrönsaker (morot, purjolök, selleri, persilja)
- 50 g bacon
- 250 ml vatten

Beskrivning:

Dränk in småfranskan i vatten och krama sedan ur vattnet. Blanda sedan med ägg, köttfärs, salt, peppar, hackad lök och persilja. Krydda kalvbringan (med ficka utskuren) och fyll fickan med köttfärsen. Sy sedan igen öppningen. Placera kalvbringan i en långpanna. Tillsätt soppgrönsaker, bacon och vatten. Vänd steken efter cirka 30 minuter.

- Tid i produkten (min): 100

- Ugnsnivå: 2

4.10 Lammstek med ben:

För 6-8 personer.

Ingredienser:

- 2,7 kg lammstek med ben
- 30 ml olivolja
- salt
- peppar
- 3 vitlöksklyftor
- 1 knippe färsk rosmarin (eller 1 tsk torkad)
- vatten

Beskrivning:

Skölj lammsteken och klappa den sedan torr, gnid in olivolja och skär snitt i köttet. Krydda med salt och peppar. Skala och skiva vitlöksklyftorna, tryck sedan ner dem i snitten i köttet tillsammans med rosmarinkvistarna. Lägg lammsteken i en ugnsform och tillsätt vatten; botten bör vara täckt till ett djup av 10–15 mm. Vänd steken efter cirka 30 minuter.

- Tid i produkten (min): 160
- Ugnsnivå: 2

4.11 Harsadel:

För 4 personer.

Ingredienser:

- 2 harsadlar
- 6 enbär (krossade)
- salt och peppar
- 30 g smält smör
- 125 ml gräddfil
- soppgrönsaker (morot, purjolök, selleri, persilja)

Beskrivning:

Gnid in harsadlarna med krossade enbär, salt och peppar, och stryk på smält smör. Lägg harsadlarna i en ugnspanna, håll gräddfil över och lägg i soppgrönsakerna.

- Tid i produkten (min): 35
- Ugnsnivå: 1

4.12 Harsadel i senapssås:

Ingredienser:

- 2 kaniner, 800 g vardera
- salt och peppar
- 2 matskedar olivolja

- 2 grovhackade lökar
- 50 g tärnad bacon
- 2 matskedar mjöl
- 375 ml kycklingbuljong
- 125 ml vitt vin
- 1 tsk färsk timjan
- 125 ml grädde
- 2 msk Dijonsenap

Beskrivning:

Skär kaninerna i 8 lika stora bitar, smaksätt med salt och peppar och bryn på alla sidor.

Tag ur kaninbitarna och bryn lök och bacon. Strö över mjöl och rör om. Rör i kycklingbuljong, vitt vin och timjan, och låt koka upp.

Tillsätt grädde och Dijonsenap, lägg i köttet, täck över med ett lock och ställ sedan in i produkten.

- Tid i produkten: 90 minuter
- Ugnsnivå: 1

4.13 Vildsvin:

För 4 personer.

Ingredienser:

- 1,5 kg vildsvinsstek (bog)
- salt
- peppar
- soppgrönsakerna från marinaden
- 1 liten burk kantareller

För att göra marinaden:

- 1,5 l rött vin
- 150 g rotselleri
- 150 g morötter
- 2 lökar
- 5 lagerblad
- 5 kryddnejlikor
- 2 knippen soppgrönsaker (morot, purjolök, selleri, persilja)

Låt allting koka upp och låt sedan svalna.

Häll marinaden över steken tills den är täckt och låt den marineras i 3 dagar.

Beskrivning:

Ta ut vildsvinssteken ur marinaden och torka den. Smaksätt med salt och peppar och bryn på alla sidor. Lägg i ugnsform. Tillsätt kantareller och några av soppgrönsakerna ur marinaden. Häll marinaden i ugnsformen; botten bör vara täckt till ett djup av 10–15 mm. Täck över med ett lock och ställ in i ugnen.

- Tid i produkten (min): 140

5. UGNSRÄTTER

5.1 Lasagne:

För 4 personer.

Ingredienser för köttsåsen:

- 100 g bacon
- 1 lök
- 1 morot
- 100 g selleri
- 2 matskedar olivolja
- 400 g blandfärs
- 100 ml köttbuljong
- 1 burk krossade tomater (cirka 400 g)
- oregano, timjan, salt och peppar

Ingredienser för bechamelsåsen:

- 75 g smör
- 50 g mjöl
- 600 ml mjölk
- salt, peppar och muskotnöt

Blandas med:

- 3 matskedar smör
- 250 g gröna lasagneplattor
- 50 g riven parmesan
- 50 g mild ost, riven

Beskrivning:

Skär bort brosk och svål från fläsket med en vass kniv och skär i små tärningar. Skala lök och morot, putsa sellerin och skär allt i små tärningar. Hetta upp oljan i en stekgryta, lägg i fläskköttet och de tärnade grönsakerna och stek under omrörning. Tillsätt köttfärsen gradvis och stek under omrörning för att bryta upp och deglasera köttbuljongen. Sjud köttsåsen med tomaterna, kryddorna, salt och peppar på svag värme under lock i ca. 30 minuter. Gör béchamelsåsen under tiden: Smält smöret i en kastrull, tillsätt mjölet och varm tills det är gyllene under oavbruten omrörning. Tillsätt mjölken lite i taget under ständig omrörning. Krydda såsen med salt, peppar och muskotnöt, sjud utan lock ca. 10 minuter. Smörj en stor fyrkantig gratängform med 1 matsked smör. Du kan också lägga i flera skikt lasagneplattor, köttås, béchamelsås och ostblandning i formen. Översta skiktet ska bestå av bechamelsås med ost över.

- Ugnsnivå: 1

Lägg resterande smör i klickar ovanpå lasagnen.

- Tid i produkten (min): 55
- Ugnsnivå: 2

5.2 Cannelloni:

För 4 personer.

Ingredienser för fyllningen:

- 50 g hackad lök
- 30 g smör
- 350 g hackad bladspenat
- 100 g crème fraîche
- 200 g färsk tärnad lax
- 200 g tärnad abborre
- 150 g räkor
- 150 g kött av musslor
- salt, peppar

Ingredienser för béchamelsåsen:

- 75 g smör
- 50 g mjöl
- 600 ml mjölk
- salt, peppar och muskotnöt

Blandas med:

- 1 paket cannelloni
- 50 g riven parmesan
- 150 g ost, riven
- 40 g smör

Beskrivning:

Lägg hackad lök och smör i en kastrull och tillaga på svag värme tills löken är genomskinlig. Tillsätt hackad bladspenat och varm svagt en kort stund. Tillsätt crème fraîche, rör ihop och låt svalna. Gör béchamelsåsen under tiden: Smält smöret i en kastrull, tillsätt mjölet och varm tills det är gyllene under oavbruten omrörning. Tillsätt mjölken lite i taget under ständig omrörning. Krydda såsen med salt, peppar och muskotnöt, sjud utan lock ca. 10 minuter. Tillsätt lax, abborre, räkor, musslor, salt och peppar till den svala spenaten och rör om. Smörj en stor fyrkantig gratängform med 1 matsked smör. Fyll cannellonin med spenatblandningen och lägg dem i bakformen. Häll béchamelsås mellan cannelloniraderna. Översta skiktet ska bestå av béchamelsås med ost över.

Lägg resterande smör i klickar ovanpå lasagnen.

- Tid i produkten (min): 60
- Ugnsnivå: 2

5.3 Pastagratäng:

För 2-4 personer.

Ingredienser:

- 1 liter vatten
- salt
- 250 g tagliatelle
- 250 g kokt skinka
- 20 g smör
- 1 knippe persilja
- 1 lök
- 100 g smör
- 1 ägg
- 250 ml mjölk
- salt, peppar och muskotnöt
- 50 g riven parmesan

Beskrivning:

Koka upp vatten med lite salt. Lägg tagliatellen i det kokande saltade vattnet och koka i ca. 12 minuter. Häll av vattnet. Tärna skinkan. Värm smör i en panna. Hacka persilja och skala och hacka löken. Fräs detta i stekpannan. Smörj en bakform med lite smör. Blanda tagliatelle, skinka och fräst persilja och lök, och lägg i formen. Blanda ägg och mjölk och krydda med salt, peppar och muskotnöt; håll ovanpå pastablandningen. Sprid sedan ut parmesan över rätten.

- Tid i produkten (min): 40
- Ugnsnivå: 2

5.4 Moussaka:

För 8-10 personer.

Ingredienser:

- 1 hackad lök
- olivolja
- 1,5 kg köttfärs
- 1 liten burk hackade tomater (400 g)
- 50 g riven ost
- 4 teskedar ströbröd
- salt och peppar
- kanel
- 1 kg potatis
- 1,5 kg aubergine
- smör att steka i

Ingredienser för béchamelsåsen:

- 75 g smör
- 50 g mjöl
- 600 ml mjölk
- salt, peppar och muskotnöt

Blandas med:

- 150 g riven ost
- 4 matskedar ströbröd
- 50 g smör

Beskrivning:

Fräs den hackade löken i lite olivolja, tillsätt sedan köttfärsen och värm under omrörning. Lägg i hackade tomater, riven Emmentaler och ströbröd. Rör om väl och låt koka upp. Krydda sedan med salt, peppar och kanel och avlägsna från spisplattan. Skala potatisen och skär den i 1 cm tjocka skivor. Skölj auberginen och skär i 1 cm tjocka skivor. Torka alla skivor med hushållspapper. Bryn sedan i en stekpanna med mycket smör. Gör béchamelsåsen under tiden: Smält smöret i en kastrull, tillsätt mjölet och värm tills det är gyllene under oavbruten omrörning. Tillsätt mjölken lite i taget under ständig omrörning. Krydda såsen med salt, peppar och muskotnöt, sjud utan lock ca. 10 minuter. Lägg potatisskivorna i botten av en smord bakform, strö ut lite riven ost över. Lägg ut ett lager av aubergine ovanpå detta. Lägg sedan en del av köttfärsblandningen ovanpå. Häll sedan en del av béchamelsåsen ovanpå. Gör nu ytterligare ett lager av potatis följt av aubergine och sedan köttfärsblandningen. Det sista lagret skall vara béchamelsås. Sprid sedan ut resten av osten ovanpå, samt ströbrödet. Smält smöret och håll ut ovanpå moussakan.

- Tid i produkten (min): 60
- Ugnsnivå: 2

5.5 Potatisgratäng:

Ingredienser:

- 1 000 g potatis
- 1 tesked av vardera salt, peppar och muskotnöt
- 2 vitlöksklyftor
- 200 g riven ost
- 200 ml mjölk
- 200 ml grädde
- 4 matskedar smör

Beskrivning:

Skala potatis, skär i tunna skivor, torka av och krydda. Gnid in en ugnsfast form med en vitlöksklyfta och smörj sedan formen med lite smör. Fördela hälften av den kryddade potatisen i formen och strö över lite riven ost. Lägg på resterande potatisskivor och strö över resten av den rivna osten. Pressa vitlöksklyftan och vispa ihop med mjölk och grädde. Häll blandningen över potatisen och fördela resten av smöret över gratängen i små klickar.

- Tid i produkten (min): 70
- Ugnsnivå: 2

5.6 Frankisk dumplingspanna:

För 6-8 personer.

Ingredienser:

- Ca 1000 g kalkonstrimlor
- 1 liten burk champinjoner
- 500 g hackad lök
- 1 kg dumplingdeg
- 400 g riven ost
- 250 ml grädde

Beskrivning:

Blanda kalkonstrimlorna med salt, peppar, paprika etc. Fräs den hackade löken. Låt champinjonererna rinna av väl. Blanda sedan ihop köttet, löken och champinjonererna och lägg i en ugnsfast form. Blanda ihop dumplingdegen och osten och lägg ovanpå kalkonblandningen. Häll sedan över grädden.

- Tid i produkten (min): 75
- Ugnsnivå: 1

5.7 Vitkålsgröta:

För 4 personer.

Ingredienser:

- 1 vitkålshuvud (800 g)
- mejram
- 1 lök
- olja för sautering
- 400 g köttfärs
- 250 g långkornigt ris
- salt, peppar och paprika
- 1 liter köttbuljong
- 200 ml crème fraîche
- 100 g riven ost

Beskrivning:

Skär kålhuvudet i fjärdedelar och skär bort stjälken. Blanchera i saltat vatten kryddat med mejram. Skala och finhacka löken och stek den lätt i lite olja. Tillsätt sedan köttfärsen och det långkorniga riset. Fräs och krydda med salt, peppar och paprika. Tillsätt köttbuljong och låt sjuda i 20 minuter med lock på. Lägg lager av kål och ris-/köttfärsblandningen i en form. Häll crème fraîche ovanpå och sprid ut ost över.

- Tid i produkten (min): 60
- Ugnsnivå: 2

5.8 Gratinerade endiver:

För 4 personer.

Ingredienser:

- 8 medelstora endiver
- 8 skivor kokt skinka
- 30 g smör
- 1,5 matskedar mjöl
- 150 ml grönsaksbuljong (från endiverna)
- 5 msk mjölk
- 100 g riven ost

Beskrivning:

Halvera endiverna och skär ut den beska kärnan. Tvätta dem sedan noggrant och koka i 15 minuter. Ta upp endivhalvorna ur vattnet, skölj av dem i kallt vatten och sätt ihop halvorna igen. Slå sedan in var och en i en skinkskiva och lägg dem i en smord ugnsfarm. Smält smöret och tillsätt vetemjöl. Fräs snabbt och häll sedan i grönsaksbuljongen och mjölk och koka upp. Rör ner 50 g ost i såsen och häll över endiverna. Sprid sedan ut resten av osten över formen.

- Tid i produkten (min): 35
- Ugnsnivå: 2

5.9 Jansons frestelse:

För 4 personer.

Ingredienser:

- 8 - 10 potatisar
- 2 lökar
- 125 g ansjovisfiléer
- 300 ml grädde
- 2 matskedar ströbröd
- peppar

- nyhackad timjan
- 2 matskedar smör

Beskrivning:

Skölj potatisen, skala och skär i tunna strimlor. Skala löken och skär i strimlor. Smörj en ugnsfast bakform. Lägg en tredjedel av potatisen och löken i formen. Lägg hälften av ansjovisfiléerna ovanpå, och täck därefter med ytterligare en tredjedel av löken och potatisen. Sprid ut resten av ansjovisfiléerna

ovanpå. Lägg överst resten av löken och potatisen, och låt det översta lagret bestå av potatis. Peppra och sprid ut hackad timjan ovanpå. Häll saltlaken från ansjovisfiléerna över blandningen och tillsätt grädden. Strö över ströbrödet och lägg små smörklickar ovanpå.

- Tid i produkten (min): 60
- Ugnsnivå: 3

6. PIZZA OCH QUICHE

6.1 Pizza:

För 4 personer.

Ingredienser för degen:

- 14 g jäst
- 200 ml vatten
- 300 g mjöl
- 3 g salt
- 1 matsked matolja

Ingredienser för fyllningen:

- 1/2 liten burk tomater, hackade (200 g)
- 200 g ost, riven
- 100 g salami
- 100 g kokt skinka
- 150 g svamp (på burk)
- 150 g fetaost
- oregano

Övrigt:

- Bakplåt, smord

Beskrivning:

Smula sönder jästen i en skål och lös upp den i vattnet. Blanda mjölet och saltet och blanda ner det i skålen tillsammans med oljan. Knåda ingredienserna till en smidig deg som släpper från skålens kanter. Täck därefter över degen och låt den jäsa på en varm plats till dubbel storlek. Kavla ut degen och placera den på den smorda bakplåten. Stick hål i botten med en gaffel. Lägg på ingredienserna till fyllningen i tur och ordning.

- Tid i produkten (min): 25
- Ugnsnivå: 1

6.2 Örtfylld pirog:

För 4-6 personer.

Ingredienser för degen:

- 300 g mjöl
- 20 g jäst
- 125 ml mjölk
- 1 ägg
- 50 g smör
- 3 g salt

Ingredienser för fyllningen:

- 750 g lök
- 250 g bacon
- 3 ägg
- 250 g crème fraiche
- 125 ml mjölk
- 1 tesked salt
- 1/2 tsk malen peppar

Beskrivning:

Sikta ned mjölet i en skål, gör ett hål i mitten. Skär upp jästen och lägg i hålet. Blanda med mjölken och lite mjöl från kanterna. Strö mjöl över degen och lämna på en varm plats för jäsning tills det utströdda mjölet börjar spricka. Lägg ägget och smöret på mjölkanten. Knåda alla ingredienser till en smidig jäsdeg. Låt degen jäsa på en varm plats till ungefär dubbel storlek. Skala löken, dela den i fyra delar och skiva den tunt under tiden. Tärna bacon och tillaga försiktigt med löken utan att bryna. Låt svalna. Kavla ut degen och lägg den på en smord bakplåt, nagga botten med en gaffel och tryck upp kanterna. Låt jäsa igen. Rör ihop ägg, crème fraiche, mjölk, salt och peppar. Tillsätt avsvalnade löken och baconet i degblandningen. Häll blandningen över allt och jämna till.

- Tid i produkten (min): 45
- Ugnsnivå: 1

6.3 Quiche Lorraine:

För 2-4 personer.

Ingredienser för pajbotten:

- 200 g mjöl
- 2 ägg
- 100 g smör
- 1/2 tesked salt
- lite peppar
- 1 nypa muskotnöt

Ingredienser för fyllningen:

- 150 g riven ost
- 200 g kokt skinka eller magert bacon
- 2 ägg
- 250 g gräddfil
- salt, peppar och muskotnöt

Övrigt:

- Svart bakform, smord, 28 cm diameter

Beskrivning:

Lägg mjöl, smör, ägg och kryddor i en skål och rör ihop till en jämn deg. Låt degen stå i kylskåpet i några timmar. Kavla sedan ut degen och lägg den i en smord svart bakform. Nagga botten med en gaffel. Fördela skinka eller bacon på degen. Blanda ägg, gräddfil och kryddor till fyllningen. Tillsätt sedan ost. Häll fyllningen över köttet.

- Tid i produkten (min): 45
- Ugnsnivå: 1

6.4 Ostpaj:

Ingredienser:

- 1,5 skivor schweizisk smördeg (kvadratisk uttrullad)
- 500 g riven ost
- 200 ml grädde
- 100 ml mjölk
- 4 ägg
- salt, peppar och muskotnöt

Beskrivning:

Placera degen på en välsmord bakplåt. Stick hål över hela degen med en gaffel. Fördela osten jämnt på degen. Blanda grädde, mjölk och ägg och krydda med salt, peppar och muskot. Rör om ordentligt och häll ut över osten.

- Tid i produkten (min): 40
- Ugnsnivå: 1

6.5 Piroger:

För 30 små bitar.

Ingredienser för degen:

- 250 g dinkelmjöl
- 250 g smör
- 250 g lättkvarg
- salt

Ingredienser för fyllningen:

- 1 litet vitkålshuvud (400 g)
- 50 g bacon
- 2 msk skirat smör
- salt, peppar och muskotnöt
- 3 matskedar gräddfil
- 2 ägg

Övrigt:

- Bakplåt med bakplåtspapper

Beskrivning:

Knåda dinkelmjöl, smör, lättkvarg och lite salt till en deg och lägg i kylskåpet. Skär vitkålen i fina strimlor. Tärna bacon och stek i det skirade smöret. Tillsätt kålen och fräs tills den är mjuk. Krydda med salt, peppar och muskot och blanda med gräddfilen. Fortsätt att bräsa tills all lös vätska har avdunstat. Hårdkoka äggen, kyl dem och tärna dem. Blanda ner i kålen och låt svalna. Kavla ut degen och skär ut cirklar med 8 cm diameter. Lägg lite fyllning i mitten av varje cirkel och vik över. Försegla kanterna genom att trycka till med en gaffel. Placera pirogerna på en bakplåt täckt med bakplåtspapper och pensla med äggula.

- Tid i produkten (min): 20
- Ugnsnivå: 3

6.6 Fetaostfylld pirog:

Ingredienser:

- 400 g fetaost
- 2 ägg
- 3 msk hackad slätbladig persilja
- svartpeppar
- 80 ml olivolja
- 375 g filodeg

Beskrivning:

Blanda ihop fetaost, ägg, persilja och peppar. Täck filodegen med en fuktig tygbit så att den inte torkar. Pensla varje blad med lite olja och lägg 4 blad på varandra. Skär i 4 remsor, cirka 7 cm per remsa. Placera 2 rågade matskedar

fetablandning i ett hörn av varje remsa och vik ihop den diagonalt till en triangel. Lägg uppochned på en bakplåt och pensla med olja.

- Tid i produkten (min): 25
- Ugnsnivå: 3

6.7 Getostpaj:

Ingredienser för pajbotten:

- 125 g mjöl
- 60 ml olivolja
- 1 nypa salt
- 3 - 4 matskedar kallt vatten

Ingredienser för fyllningen:

- 1 matsked olivolja
- 2 lökar
- salt och peppar
- 1 tsk hackad timjan
- 125 g ricotta
- 100 g getost
- 2 msk oliver
- 1 ägg
- 60 ml grädde

Övrigt:

- Svart bakform, smord, 28 cm diameter

Beskrivning:

Lägg mjöl, olivolja och salt i en skål och blanda tills smeten liknar ströbröd. Tillsätt vatten och knåda till en deg. Låt degen stå i kylskåpet i några timmar. Kavla sedan ut degen och lägg den i en smord svart bakform. Nagga botten med en gaffel. Häll 1 msk olivolja i en stekpanna. Skala löken, skär den i tunna skivor och fräs i oljan under lock i cirka 30 minuter. Krydda med salt och peppar och blanda i 1/2 tsk hackad persilja. Låt löken svalna något, sprid sedan ut den på degen. Bred sedan ut ricotta och getost ovanpå och sprid ut oliverna. Strö 1/2 tsk hackad timjan överst. Blanda äggen och grädden till fyllningen. Häll ut fyllningen över formen.

- Tid i produkten (min): 45
- Nivåer: 1

7. TÅRTA OCH KAKOR

7.1 Mandelkaka:

Ingredienser för smeten:

- 5 ägg
- 200 g socker
- 100 g marsipan
- 200 ml olivolja
- 450 g mjöl
- 1 matsked kanel
- 1 paket bakpulver (ungefär 15 g)
- 50 g hackade pistaschmandlar
- 125 g finhackad mandel
- 300 ml mjölk

Ingredienser för fyllningen:

- 200 g aprikosmarmelad
- 5 matskedar florsocker
- 1 tesked kanel
- 2 matskedar varmt vatten
- flagad mandel

Övrigt:

- 28 cm springform

Beskrivning:

Vispa ihop ägg, socker och marsipan i 5 minuter. Tillsätt sedan långsamt olivoljan till äggsmeten. Sikta ihop mjöl, kanel och

bakpulver, och blanda sedan ner de hackade pistaschmandlarna och den malda mandeln i mjölet. Rör sedan försiktigt ner äggsmeten i mjölken. Häll ut i bakformen, vars botten har beströts med ströbröd.

- Tid i produkten (min): 70
- Ugnsnivå: 2

Efter bakning:

Värm aprikosmarmeladen och bred sedan ut den på kakan med en pensel. Låt svalna. Rör ihop florsocker, kanel och varmt vatten och bred ut det på kakan. Strö sedan flagad mandel direkt på kakans glaserade yta.

7.2 Brownies:

Ingredienser:

- 250 g vanlig choklad
- 250 g smör
- 375 g socker
- 2 paket vaniljsocker (ungefär 16 g)
- 1 nypa salt
- 5 matskedar vatten
- 5 ägg

- 375 g valnötter
- 250 g mjöl
- 1 tesked bakpulver

Beskrivning:

Bryt chokladen i stora bitar och smält i ett vattenbad. Vispa ihop smör, socker, vaniljsocker, salt och vatten. Tillsätt äggen och den smälta chokladen. Grovhacka valnötterna, blanda dem med mjölet och bakpulvret, och rör ner i chokladsmeten. Täck en djup bakplåt med bakplåtspapper, håll ut smeten ovanpå och jämna ut.

- Tid i produkten (min): 50
- Ugnsnivå: 3

Efter bakning:

Låt svalna. Avlägsna bakplåtspapperet och skär i fyrkanter.

7.3 Cappuccinokaka:

För 4-6 personer.

Degingredienser:

- 100 g rumstempererat smör
- 90 g socker
- 2 äggulor
- frön från en vaniljstång
- 2 msk snabbkaffe (upplöst i 50 ml varmt vatten)
- 2 äggvitor
- 50 g mjöl
- 50 g potatismjöl
- 1/2 tesked bakpulver

Till såsen:

- 250 ml apelsinjuice
- 50 g socker
- 1 nypa kanel
- 20 ml apelsinlikör

Som avslutning:

- 200 ml vispad grädde som dekoration

Övrigt:

- 6 små smorda formar eller skålar

Beskrivning:

Rör samman smör, socker, äggulor, vaniljfrön från en vaniljstång och blanda därefter i snabbkaffet. Vispa äggvitorna. Sikta mjöl, potatismjöl och bakpulver och tillsätt blandningen varvat med äggvitorna och vänd ned. Häll blandningen i små smorda formar eller skålar.

- Tid i produkten (min): 40

- Ugnsnivå: 2

Efter bakning:

Häll apelsinjuice, socker, kanel och apelsinlikör i kastrullen och låt det koka ihop tills såsen är sirapstjock. Häll upp de varma kakorna på dessertfatet, dekorera med sås och grädde.

7.4 Morotskaka:

Ingredienser för smeten:

- 150 ml solrosolja
- 100 g farinsocker
- 2 ägg
- 75 g sirap
- 175 g mjöl
- 1 tesked kanel
- 1/2 tesked malen ingefära
- 1 tesked bakpulver
- 200 g fint rivna morötter
- 75 g sultanrussin
- 25 g kokosflingor

Ingredienser för fyllningen:

- 50 g smör
- 150 g cream cheese
- 40 g strösocker
- malda hasselnötter

Övrigt:

- Rund springbakform med 22 cm diameter, smord

Beskrivning:

Vispa ihop solrosolja, farinsocker, ägg och sirap. Rör ner resten av ingredienserna till smeten. Häll smeten i den smorda bakformen.

- Tid i produkten (min): 55
- Ugnsnivå: 3

Efter bakning:

Rör ihop smör, cream cheese och socker (vid behov kan lite mjölk tillsättas för att göra glasyren bredbar). Bred ut glasyren över kakan när denna har svalnat och strö ut malen hasselnöt ovanpå.

7.5 Ostkaka:

Ingredienser för botten:

- 150 g mjöl
- 70 g socker
- 1 paket vaniljsocker (ungefär 8 g)
- 1 ägg
- 70 g rumstempererat smör

Ingredienser för ostkrämen:

- 3 äggvitor
- 50 g russin
- 2 matskedar rom
- 750 g lättkvarg
- 3 äggulor
- 200 g socker
- saft från en citron
- 200 g crème fraiche
- 1 paket vaniljsåpulver (40 g eller motsvarande mängd pulver för att göra pudding av 500 ml mjölk)

Övrigt:

- Svart springbakform med 26 cm diameter, smord

Beskrivning:

Sikta ned mjölet i en skål. Tillsätt resten av ingredienserna och blanda ihop med en elvisp. Ställ sedan degen i kylskåpet i 2 timmar. Lägg cirka 2/3 av degen i den smorda kakformen och gör små hål med en gaffel. Forma en ca. 3 cm hög kant av resten av degen. Vispa äggvitorna till hårt skum med en elvisp. Tvätta russinen, låt dem torka väl, droppa över rommen och låt dra in. Häll lättkvarg, äggulorna, socker, citronsaften, creme fraiche och puddingpulvret i en skål och blanda ingredienserna väl. Vänd avslutningsvis försiktigt ner de vispade äggvitorna och russinen i kvargsmeten.

- Tid i produkten (min): 85
- Ugnsnivå: 1

7.6 Körsbärspaj:**Ingredienser:**

- 500 g bröd
- 750 ml mjölk
- 1 nypa salt
- 80 g socker
- 4 ägg
- 2 burkar sura körsbär
- 50 g smör

Övrigt:

- Bakform, smord

Beskrivning:

Skär brödet i skivor. Blanda mjölk, salt, socker och ägg och häll över brödet, blanda och låt det dra ordentligt. Låt de sura körsbären rinna av och tillsätt dem till blandningen. Häll smeten i den smorda bakformen. Klicka smör över puddingen.

- Tid i produkten (min): 40
- Ugnsnivå: 2

7.7 Fruktkaka:**Ingredienser:**

- 200 g smör
- 200 g socker
- 1 paket vaniljsocker (ungefär 8 g)
- 1 nypa salt
- 3 ägg
- 300 g mjöl
- 1/2 paket bakpulver (ungefär 8 g)
- 125 g korinter
- 125 g russin
- 60 g hackade mandlar
- 60 g kanderat citronskal eller kanderat apelsinskal
- 60 g hackade kanderade körsbär
- 70 g hela, skållade mandlar

Övrigt:

- Svart springbakform, 24 cm i diameter
- Margarin för smörjning
- Ströbröd för att täcka bakformen

Beskrivning:

Lägg smör, socker, vaniljsocker och salt i en skål och vispa ihop. Tillsätt sedan äggen, ett åt gången, vispa igen. Tillsätt mjöl blandat med bakpulver i den pösiga blandningen och vänd ned. Vänd även ned fruktblandningen. Häll smeten i den förberedda formen och dra upp smeten lite högre längs kanten än i mitten. Garnera kanten och mitten av kakan med hela, skållade mandlar. Sätt in kakan i ugnen.

- Tid i produkten (min): 100
- Ugnsnivå: 1

7.8 Frukttårta:**Ingredienser för pajbotten:**

- 200 g mjöl
- 1 nypa salt
- 125 g smör
- 1 ägg
- 50 g socker
- 50 ml kallt vatten

Ingredienser för fyllningen:

- Frukt beroende på säsong (400 g äpplen, persikor, sura körsbär, etc.)
- 90 g finhackad mandel
- 2 ägg
- 100 g socker

- 90 g rumstempererat smör

Övrigt:

- Quiche-form med 28 cm diameter, smord

Beskrivning:

Sikta mjölet i en skål, blanda salt och smör skuret i små bitar med mjölet. Tillsätt sedan ägg, socker och kallt vatten, och knåda till en deg. Låt degen svalna i kylskåpet i 2 timmar. Kavla ut den kyllda degen, placera i den smorda quiche-formen och stick hål med en gaffel. Rengör och kärna ur frukten och lägg ut den i små bitar eller skivor på degen. Lägg malen mandel, ägg, socker och rumstempererat smör i en skål och vispa tills det blir pösigt. Håll sedan ut det ovanpå frukten och jämna till.

- Tid i produkten (min): 50
- Ugnsnivå: 1

7.9 Mormors äppelkaka:

Ingredienser:

- 250 g smör
- 250 g socker
- 1 paket vaniljsocker
- 1 nypa salt
- 100 g marsipan
- 5 ägg
- 500 g mjöl
- 1 paket bakpulver
- 1 paket pepparkakskryddor
- 50 g kakaopulver
- 150 ml rött vin
- 1,2 kg äpplen
- Plommonpuré

Beskrivning:

Lägg smör, socker, vaniljsocker och salt i en skål och vispa tills det är pösigt. Tillsätt marsipan i små bitar och vispa ihop till en jämn deg. Tillsätt äggen, ett i taget, och vispa tills det är pösigt. Tillsätt mjöl, bakpulver, pepparkakskryddor och kakaopulver till blandningen. Rör i rött vin. Lägg degen i en djup bakplåt täckt med bakplåtspapper och jämna till. Skala och kärna ur äpplena och skär dem i 0,5 cm tjocka skivor.

Plommonpuré:

Lägg skivorna ovanpå degen och fyll äppelhålen med plommonpuré. Sätt sedan in i ugnen.

- Tid i produkten (min): 50
- Ugnsnivå: 3

Efter bakning:

Låt kakan svalna och ta bort bakplåtspapperet.

Glasyr:

- 250 ml äppeljuice
- 12 g gelatin

Blanda till glasyren med äppeljuicen och gelatinet och pensla över kakan.

7.10 Citronsockerkaka:

Ingredienser för smeten:

- 250 g smör
- 200 g socker
- 1 paket vaniljsocker (ungefär 8 g)
- 1 nypa salt
- 4 ägg
- 150 g mjöl
- 150 g potatismjöl
- 1 slät tesked bakpulver
- rivet skal av 2 citroner

Ingredienser till glasyren:

- 125 ml citronjuice
- 100 g florsocker

Övrigt:

- Rektangulär bakform, 30 cm lång
- Margarin för smörjning
- Ströbröd för att täcka bakformen

Beskrivning:

Häll smör, socker, citronskal, vaniljsocker och salt i en skål och vispa tills det är pösigt. Tillsätt sedan äggen, ett åt gången, vispa pösigt igen. Tillsätt mjöl och potatismjöl blandat med bakpulver i den pösiga blandningen och vänd ner. Häll smeten i den smorda och bröade bakformen, jämna till och sätt in i ugnen. Blanda citronsaft och florsocker efter gräddningen. Lägg den bakade kakan på aluminiumfolie. Vik upp aluminiumfolien längs kakans sidor så att glasyren inte rinner ut. Nagga kakan och bred på glasyr med en pensel. Låt därefter kakan stå en stund för att suga upp glasyren.

- Tid i produkten (min): 75
- Ugnsnivå: 1

7.11 Muffins:

Ingredienser:

- 150 g smör
- 150 g socker
- 1 paket vaniljsocker (ungefär 8 g)
- 1 nypa salt
- skal från en oxavad citron
- 2 ägg
- 50 ml mjölk
- 25 g potatismjöl
- 225 g mjöl
- 10 g bakpulver
- 1 burk surkörsbär (375 g)
- 225 g grovhackad choklad

Övrigt:

- Pappersformer, cirka 7 cm i diameter

Beskrivning:

Vispa samman smör, socker, vaniljsocker, salt och skal från en oxavad citron. Tillsätt ägg och vispa ihop igen. Blanda potatismjöl, mjöl och bakpulver och rör ner i smeten tillsammans med mjölken. Låt surkörsbären rinna av och rör ner i smeten tillsammans med chokladbitarna. Häll smeten i pappersformarna, sätt formarna på en bakplåt och ställ i ugnen. Använd muffinsplåt om möjligt.

- Tid i produkten (min): 40
- Ugnsnivå: 3

7.12 Plommonknyten:

För 4-6 personer.

Till degen (ingredienserna bör ha rumstemperatur):

- 125 ml mjölk
- 20 g socker
- 1 litet paket torkad jäst (8 g torrjäst eller 42 g färsk jäst)
- 300 g mjöl
- 30 g socker
- 30 g smör
- 1 äggula
- 1 ägg
- 1 paket vaniljsocker (ungefär 8 g)
- lite citronskal
- plommonsylt

Efter tillagning:

- 50 g smör
- 50 g malda vallmofrön
- florsocker

Övrigt:

- smord form

Beskrivning:

Häll mjölk och socker i kastrullen och värm lätt. Tillsätt jästen och rör om. Låt stå i cirka 30 minuter. Tillsätt mjöl, socker, smör, äggula, ägg, vaniljsocker och lite citronskal i en skål. Tillsätt mjölk och jäst och knåda till en smidig deg. Låt degen jäsas övertäckt i ytterligare 45 minuter. Använd sedan en sked och tryck ut klimpar (cirka 80 g), tryck dem platta med handen och fyll med 1 tesked plommonsylt. Dra upp degkanterna och täck sylten med degen och forma till en boll. Lägg bollarna på ett smort fat och låt jäsas övertäckt i ytterligare 45 minuter och sätt därefter in i ugnen.

- Tid i produkten (min): 35
- Ugnsnivå: 3

7.13 Sockerkaka:

Ingredienser för botten:

- 500 g mjöl
- 1 litet paket torkad jäst (8 g torrjäst eller 42 g färsk jäst)
- 80 g florsocker
- 150 g smör
- 3 ägg
- 2 strukna teskedar salt
- 150 ml mjölk
- 70 g russin (dränk i 20 ml kirsch under 1 timme i förväg)

Ingredienser för garnering:

- 50 g hela, skållade mandlar

Beskrivning:

Lägg mjöl, torrjäst, florsocker, smör, ägg, salt och mjölk i en skål och knåda till en smidig jäsdeg. Täck över degen i skålen och låt jäsas i 1 timme. Knåda in de indränkta russinen i degen för hand. Placera mandlarna individuellt i varje hållighet i en smord och mjöltäckt sockerkaksform. Forma sedan degen till en korv, lägg den i sockerkaksformen. Täck över och låt jäsas i ytterligare 45 minuter.

- Tid i produkten (min): 60
- Ugnsnivå: 1

7.14 Savarinkaka:

Ingredienser för degen:

- 350 g mjöl
- 1 litet paket torkad jäst (8 g torrjäst eller 42 g färsk jäst)

- 75 g socker
- 100 g smör
- 5 äggulor
- 1/2 tesked salt
- 1 paket vaniljsocker (ungefär 8 g)
- 125 ml mjölk

Efter bakning:

- 375 ml vatten
- 200 g socker
- 100 ml plummonbrännvin eller 100 ml apelsinlikör

Beskrivning:

Lägg mjöl, torrjäst, socker, smör, äggulor, salt, vaniljsocker och mjölk i en skål och knåda till en smidig jäsdeg. Täck över degen i skålen och låt jäsa i 1 timme. Placera sedan degen i smord cirkelformad kakform och täck över igen för jäsning i 45 minuter.

- Tid i produkten (min): 35
- Ugnsnivå: 1

Efter bakning:

Koka upp vatten och socker och låt sedan svalna. Tillsätt plummonbrännvin eller apelsinlikör till sockervattnet och rör ihop. När kakan har kallnat, genomborra den flera gånger med ett träspett och låt sedan blandningen sugas upp jämnt av kakan.

7.15 Sockerkaka:

Ingredienser:

- 4 ägg
- 2 matskedar varmt vatten
- 50 g socker
- 1 paket vaniljsocker (ungefär 8 g)
- 1 nypa salt
- 100 g socker
- 100 g mjöl
- 100 g potatismjöl
- 2 strukna teskedar bakpulver

Övrigt:

- 28 cm rund springform, svart, botten täckt med bakplåtspapper

Beskrivning:

Separera äggen. Rör ihop äggulorna med varmt vatten, 50 g socker, vaniljsocker och salt. Vispa äggvitorna tillsammans med 100 g socker till hårt skum. Sikta ihop mjöl, potatismjöl och bakpulver. Blanda försiktigt samman äggvitorna och äggulorna. Rör sedan

försiktigt ner mjölblandningen. Häll smeten i bakformen, jämna till och sätt in i ugnen.

- Tid i produkten (min): 30
- Ugnsnivå: 3

7.16 Strösselkaka:

Ingredienser för degen:

- 375 g mjöl
- 20 g jäst
- 150 ml ljummen mjölk
- 60 g socker
- 1 nypa salt
- 2 äggulor
- 75 g rumstempererat smör

Ingredienser för stekning:

- 200 g socker
- 200 g smör
- 1 tesked kanel
- 350 g mjöl
- 50 g hackade nötter
- 30 g smält smör

Beskrivning:

Sikta ned mjölet i en skål, gör ett hål i mitten. Skär upp jästen, placera den i hålet, rör ned med mjölken och lite av mjölet från kanterna. Strö över lite mjöl och låt jäsa på en varm plats tills mjölet som ströts över börjar spricka. Lägg socker, äggulor, smör och salt på mjölkanten. Knåda alla ingredienser till en smidig jäsdeg. Låt degen jäsa på en varm plats till ungefär dubbel storlek. Kavla sedan ut degen och placera den på en smord bakplåt och låt jäsa igen. Lägg socker, smör och kanel i en skål och rör ihop. Tillsätt mjöl och nötter och knåda ihop så att du kan göra en smuldeg. Fördela smöret på den jästa degen och fördela smuldegen jämnt över den.

- Tid i produkten (min): 35
- Ugnsnivå: 3

7.17 Sockerkaka:

Ingredienser:

- 5 ägg
- 340 g socker
- 100 g smält smör
- 360 g mjöl
- 1 paket bakpulver (ungefär 15 g)
- 1 paket vaniljsocker (ungefär 8 g)

- 1 nypa salt
- 200 ml kallt vatten

Övrigt:

- 28 cm rund springform, svart, botten täckt med bakplåtpapper

Beskrivning:

Häll socker, ägg, vaniljsocker och salt i en skål och vispa i 5 minuter eller tills det är pösigt. Tillsätt sedan det smälta smöret och vänd ned. Tillsätt mjöl blandat med bakpulver i den porösa blandningen och rör ned. Tillsätt slutligen det kalla vattnet och blanda väl. Häll smeten i bakformen, jämna till och sätt in i ugnen.

- Tid i produkten (min): 55
- Ugnsnivå: 1

7.18 Krämig äppelpaj:

Ingredienser:

- 2 skivor schweizisk smördeg (kvadratisk utrullad)
- 50 g malda hasselnötter
- 1,2 kg äpplen
- 3 ägg
- 300 ml grädde
- 70 g socker

Beskrivning:

Lägg smördegen på en välsmord bakplåt och stick hål över hela botten med en gaffel. Sprid ut hasselnötterna jämnt över smördegen. Skala och kärna ur äpplena och skär dem i 12 skivor. Sprid ut skivorna jämnt på smördegen. Vispa ihop ägg, grädde socker och vaniljsocker ordentligt och häll ut över äpplena.

- Tid i produkten (min): 45
- Ugnsnivå: 1

7.19 Schweizisk morotskaka:

Ingredienser för smeten:

- 4 äggvitor

- 1 nypa salt
- 80 g florsocker
- 120 g socker
- 200 g fint rivna morötter
- 200 g finmalen mandel
- 1 citron, juice och rivet skal
- 1 matsked körsbärslikör
- 1/2 tesked kanel
- 60 g mjöl
- 1/2 tesked bakpulver

Ingredienser för fyllningen:

- 150 g florsocker
- 1 matsked körsbärslikör
- 12 morötter i marsipan som dekoration
- malda hasselnötter
- 1/2 tesked bakpulver

Övrigt:

- Kaka i kakform med 26 cm diameter, smord och botten klädd med bakplåtpapper.

Beskrivning:

Vispa äggvitorna med salt till hårt skum, tillsätt florsockret och vispa till en fast äggvita. Blanda äggula och socker till en smet och tillsätt de andra ingredienserna. Tillsätt en fjärdedel av den vispade äggvitan i äggulan och blanda sedan försiktigt resten av den vispade äggvitan med smeten. Häll degen i den förberedda bakformen och släta till.

- Tid i produkten (min): 55
- Ugnsnivå: 3

Efter bakning:

Låt kakan svalna. Vi rekommenderar att förberedelsearbetet görs en till två dagar i förväg och hålls täckt i kylskåpet. Gör glasyren genom att blanda florsockret med körsbärslikören. Tillsätt vid behov vatten. Täck kakan med glasyren och dekorera med morötter i marsipan.

8. BRÖD OCH BULLAR

8.1 Bullar, söta:

Ingredienser:

- 420 g mjöl
- 60 g smör
- 50 g socker
- en nypa vaniljsocker

- rivet citronskal
- en nypa salt
- 200 ml ljummen mjölk
- 30 g jäst
- 2 äggulor
- 100 g russin

Beskrivning:

Sikta ned mjölet i en skål, gör ett hål i mitten. Dela jästen och håll den i hålet med mjölk och lite socker. Blanda i lite av mjölet från kanten. Strö på lite mjöl och låt stå på en varm plats tills det överströdda mjölet börjar spricka på förrätsdegen.

Tillsätt resten av sockret, salt, vaniljsocker, citronskal, ägg och smör till kanten av mjölet. Knåda alla ingredienser till en smidig jäsdeg.

Låt degen stå på en varm plats tills den jäst till ungefär dubbel storlek.

Stick sedan in de tvättade russinen i degen och forma 12 lika stora rullar.

Lägg dem på en bakplåt klädd med bakplåtspapper, täck över och låt jäsas igen ca en halvtimme.

- Tid i produkten: 20 minuter
- Ugnsnivå: 3

8.2 Lantbröd:

Ingredienser:

- 500 g vetemjöl
- 250 g rågmjöl
- 15 g salt
- 1 litet paket torrjäst
- 250 ml vatten
- 250 ml mjölk

Övrigt:

- Bakplåt, smord eller täckt med bakplåtspapper

Beskrivning:

Lägg vetemjöl, rågmjöl, salt och torrjäst i en stor skål. Blanda vatten, mjölk och salt och rör ner i mjölet. Knåda alla ingredienser till en smidig deg. Låt degen jäsas till dubbel storlek. Forma degen till en lång limpa och placera den på smord eller bakpappersbeklädd bakplåt. Låt brödet jäsas med ungefär hälften av sin volym. Strö ut lite mjöl före bakningen.

- Tid i produkten (min): 60
- Ugnsnivå: 2

8.3 Franskröd:

Ingredienser:

- 1000 g mjöl
- 1 paket färsk jäst eller 2 paket torrjäst

- 650 ml mjölk
- 15 g salt

Övrigt:

- Bakplåt, smord eller täckt med bakplåtspapper

Beskrivning:

Lägg mjöl och salt i en stor skål. Lös upp jästen i ljummen mjölk och tillsätt den i mjölet. Knåda alla ingredienser till en smidig deg. Beroende på mjölets kvalitet kan lite mer mjölk behöva tillsättas för att degen ska bli smidig. Låt degen jäsas till dubbel storlek. Skär degen i två delar, forma två långa limpor och placera dem på smord eller bakplåtspappersklädd bakplåt. Låt bröden jäsas igen till knappt dubbla storleken. Strö lite mjöl över före bakningen och skär med en skarp kniv minst 1 cm djupt, 3 - 4 gånger diagonalt över brödet.

- Tid i produkten (min): 45
- Ugnsnivå: 2

8.4 Vitt bröd:

Ingredienser för degen:

- 650 g mjöl
- 20 g jäst
- 200 ml mjölk
- 40 g socker
- 5 g salt
- 5 äggulor
- 200 g rumstempererat smör

Ingredienser för fyllningen:

- 250 g hackade valnötter
- 20 g ströbröd
- 1 tsk mald ingefära
- 50 ml mjölk
- 60 g honung
- 30 g smält smör
- 20 ml rom

Ingredienser för garnering:

- 1 äggula
- lite mjölk
- 50 g flagade mandlar

Beskrivning:

Sikta ned mjölet i en skål, gör ett hål i mitten. Skär upp jästen, lägg den i hålet och rör ned med mjölken och lite av sockret och mjölet från kanten, strö mjöl över. Lämna på en varm plats för jäsning tills det utströdda mjölet börjar spricka. Tillsätt resten av sockret på mjölkanten.

Knåda alla ingredienser till en smidig jäsdeg. Låt degen jäsa på en varm plats till ungefär dubbel storlek. Blanda ihop alla ingredienserna till fyllningen. Dela degen i tre lika stora delar och kavla ut till långa rektanglar. Fördela en tredjedel av fyllningen på varje rektangel och rulla sedan ihop degbitarna. Gör en fläta av de tre degbitarna. Pensla flätans yta med en blandning av äggula och mjölk och strö sedan över flagad mandel.

- Tid i produkten (min): 55
- Ugnsnivå: 3

8.5 Flätad vetelängd:

Ingredienser för degen:

- 750 g mjöl
- 30 g jäst
- 400 ml mjölk
- 10 g socker
- 15 g salt
- 1 ägg
- 100 g rumstempererat smör

Ingredienser för garnering:

- 1 äggula
- lite mjölk

Beskrivning:

Sikta ned mjölet i en skål, gör ett hål i mitten. Skär jästen i bitar och lägg i hålet. Rör ner med mjölken, lite av sockret och lite av mjölet från kanterna. Strö över lite mjöl och låt jäsa på en varm plats tills mjölet som ströts över börjar spricka. Strö över lite mjöl och låt jäsa på en varm plats tills mjölet som ströts över börjar spricka. Knåda alla ingredienser till en smidig jäsdeg. Låt degen jäsa på en varm plats till ungefär dubbel storlek. Låt degen jäsa på en varm plats till ungefär dubbel storlek. Fläta samman de tre längderna. Täck sedan över och låt jäsa i ytterligare en halvtimme. Pensla flätans yta med en blandning av äggula och mjölk, och ställ sedan in i ugnen.

- Tid i produkten (min): 50
- Ugnsnivå: 3

9. GRÖNSAKER

9.1 Medelhavsgrönsaker:

För 2-4 personer.

Ingredienser:

- 200 g squash
- 1 röd paprika
- 1 grön paprika
- 1 gul paprika
- 100 g champinjoner
- 2 lökar
- 150 körsbärstomater
- gröna och svarta oliver

Beskrivning:

Skölj och skär grönsakerna i delar. Skala löken och skär i strimlor. Lägg grönsakerna i glasformen. Ställ in rätten i produkten. Skiva oliverna. Efter tillagning tillsätts salt, peppar, basilika och oregano på grönsakerna efter smak.

- Tid i produkten (min): 25
- Ugnsnivå: 3

9.2 Traditionella grönsaker:

För 2-4 personer.

Ingredienser/metod:

Blanda följande grönsaker efter smak, totalt ca 750 g.

- kålrabbi, skalad och skuren i strimlor
- morötter, skalade och tärnade
- blomkål, tvättad och delad i små buketter
- lök, skalad och skivad
- fänkål, skalad och skivad
- selleri, tvättad och tärnad
- purjolök, tvättad och skivad

Efter tillagning:

- 50 g smör
- peppar och salt efter smak
- Tid i produkten (min): 30
- Ugnsnivå: 3

9.3 Skalade tomater:

Beskrivning:

Skär ett kryss i toppen av tomaterna, lägg dem i ångformen och sätt in i produkten. När de är färdiga dras skinnet av tomaterna.

- Tid i produkten: 10 minuter
- Ugnsnivå: 3
- Häll 150 ml vatten i vattenlådan

10. KRÄM OCH TERRINER

10.1 Ugnsomelett:

För 6-8 personer.

Ingredienser:

- 3 ägg
- 100 ml mjölk
- 50 ml grädde
- salt, peppar, muskotnöt
- hackad persilja

Övrigt:

- 6 små puddingformar

Beskrivning:

Blanda ägg, mjölk och grädde väl. (Vispa inte.) Krydda och tillsätt hackad persilja. Häll i smorda glas- eller porslinskålar.

- Tid i produkten (min): 30
- Ugnsnivå: 3

Efter tillagning: ta bort äggstanningen från skålarna och skär i små tärningar eller diamantformer.

10.2 Brylépudding (crème caramel):

För 4-6 personer.

Ingredienser för smeten:

- 100 g socker
- 100 ml vatten
- 500 ml mjölk
- 1 vaniljstång
- 100 g socker
- 2 ägg
- 4 äggulor

Övrigt:

- 6 små suffléformar

Beskrivning:

Lägg 100 g socker i en kastrull och smält tills den blir ljusbrun. Tillsätt sedan

vattnet försiktigt (var försiktig - det finns risk för brännskador) och hetta upp tills det kokar. Koka till sirap och häll genast i 6 små suffléformar, så att botten täcks av karamellsåsen. Häll mjölk i kastrullen, dela vaniljstången och använd en kniv för att skrapa ut fröna och tillsätt dem i mjölken. Värm upp mjölken till ca 90 °C. (Låt den inte koka.) Blanda ägg och äggulor med 100 g socker. (Vispa inte hårt.) Tillsätt långsamt varm mjölk i ägg-/sockerblandningen. Häll sedan i formarna.

- Tid i produkten (min): 40
- Ugnsnivå: 2

10.3 Kokospudding:

För 4 personer.

Ingredienser:

- 250 ml mjölk
- 370 g kokosmjölk
- 6 ägg
- 120 g socker
- 1 burk mango, avrunnen och mosad

Övrigt:

- 6 små puddingformar

Beskrivning:

Blanda mjölk och kokosmjölk. Vispa ägg och socker lätt och häll i kokosmjöklblandningen. Fyll de små puddingformarna med blandningen. Efter gräddning tas de ut och dekoreras med mango.

- Tid i produkten (min): 40
- Ugnsnivå: 2

11. SMÅRÄTTER

11.1 Ris med grönsaker:

Ingredienser:

- 200 g långkornigt ris
- 50 g vildris
- salt och peppar
- 1 liten röd paprika
- 400 ml buljong

Efter tillagning:

- 1 liten burk majs (150 g)

Beskrivning:

Lägg långkornigt ris, vildris, salt, peppar, grönsaksbuljong och vatten i en skål i en halvtimme före tillagning. Skär paprikan i

små tärningar, blanda ner i riset och koka.

- Tid i produkten: 40
- Ugnsnivå: 3
- Håll 800 ml vatten i vattenlådan

Efter tillagning: Låt majsen rinna av och blanda ner i det kokta riset.

11.2 Salta kringlor:

För 4 personer.

Ingredienser/metod:

- 300 g mjuka kringlor
- 200 ml mjölk
- 3 ägg
- 2 knippen persilja, hackad
- 2 lökar, finhackade
- 10 g smör
- salt, peppar, muskotnöt

Beskrivning:

Värm mjölken. Skär kringlorna i 1 cm stora bitar och håll över den varma mjölken. Låt dem dra åt sig mjölken i cirka 5 minuter. Låt dem dra åt sig mjölken i cirka 5 minuter. Vispa äggen och tillsätt. Låt svalna och blanda ner i kringelsmeten. Krydda och blanda alla ingredienserna noga. Gör ungefär 6

klimpar av smeten och lägg dem i en plan ångform.

- Tid i produkten (min): 40
- Ugnsnivå: 2

11.3 Ugnsbakad potatis:

Ingredienser:

- 1 000 g potatis, medelstora

Beskrivning:

Tvätta potatisen och lägg i en ångform.

- Tid i produkten: 50 minuter.
- Ugnsnivå: 3
- Håll 800 + 200 ml vatten i vattenlådan

11.4 Kokt potatis:

Ingredienser:

- 1 000 g potatis

Beskrivning:

Skala potatisen och skär i jämnstora fyrkantiga bitar. Lägg potatisen i ångformen och krydda med salt.

- Tid i produkten: 40 minuter.
- Ugnsnivå: 3
- Håll 800 ml vatten i vattenlådan

12. TILLAGNING AV MENYER

12.1 Ångmeny 1:

För 4-6 personer.

Stek av gris med ris och grönsaker. Ångad cappuccinokaka till dessert.

Ingredienser för gris:

- 1 000 g stek av gris
- salt, peppar, paprikapulver och curry

Ingredienser för ris:

- 200 g ris
- lite salt
- 250 ml vatten

Ingredienser för grönsaker:

- 300 g morötter
- 300 g kålrabbi
- 300 g blomkål
- 200 g paprika

Ingredienser för cappuccinokaka:

- 100 g rumstempererat smör
- 90 g socker
- 2 äggulor

- frön från en vaniljstång
- 2 msk snabbkaffe (upplöst i 50 ml varmt vatten)
- 2 äggvitor
- 50 g mjöl
- 50 g potatismjöl
- 1/2 tesked bakpulver

Beskrivning:

Krydda steken med salt, peppar, paprikapulver och curry, bryn ordentligt runt om och lägg i en ugnssäker skål. Sätt på gallret i ugnen och starta programmet. Lägg ris, lite salt och vatten i en skål. Förbered ångad cappuccinokaka. Vispa ihop smör och socker. Tillsätt äggulor, vaniljfrön och kaffe. Vispa äggvitan med med två nypor salt till hårt skum. Vänd försiktigt ner mjöl, potatismjöl, bakpulver och vispad äggvita i smörblandningen. Håll smeten i små smorda formar eller skålar. Förbered grönsakerna. Tvätta morötterna och skär

i stavar. Skala kålrabbi och skär i stavar. Skölj blomkålen och dela i buketter. Tvätta paprikorna, ta ur kärnhusen och skär i strimlor. Lägg allt i en ångform.

Tillagning:

Efter 40 minuter sätts de förberedda rätterna i ugnen tillsammans med steken. Fortsätt tillagningen i ytterligare 40 minuter. Det är väldigt gott att göra sås av kötsaften och tillsätta crème fraîche eller vin.

- Tid i produkten (min): 40
- Ugnsnivå: 1 + 4

12.2 Ångmeny 2:

För 4-6 personer.

Pocherat kycklingbröst med grönsaksris och blomkålspaj. Brylépudding med jordgubbar till dessert.

Ingredienser pocherat kycklingbröst:

- 4 - 6 benfria kycklingbröstfiléer
- salt, peppar, paprikapulver och curry

Ingredienser för blomkålspaj:

- 300 g blomkål
- 50 g riven hård ost
- 2 ägg
- 50 ml grädde
- salt, muskotnöt
- smör för att smörja formar

Ingredienser ris:

- 200 g långkornigt ris
- 50 g vildris
- salt, peppar
- 400 ml buljong
- 1 liten röd paprika
- 1 liten burk majs (150 g)

Ingredienser för brylépudding med jordgubbar:

- 200 ml mjölk
- 200 ml grädde
- frön från 1 vaniljstäng
- 2 äggulor
- 3 ägg
- 50 g socker
- 300 g jordgubbar
- 2 msk pistaschnötter

Beskrivning:

Tvätta och torka kycklingbröstfiléerna. Krydda med salt, peppar, paprika och curry. Lägg därefter i stekgryta. Dela

blomkålen i buketter, ånga i 25 minuter och gör puré i mixern. Tillsätt riven ost, ägg och grädde, krydda med salt och muskotnöt. Lägg blomkålsblandningen i 6 små vålsmoda pajformar. Tillaga riset. Lägg långkornigt ris, vildris, salt, peppar, grönsaksbuljong och vatten i en skål i en halvtimme före tillagning. Skär under tiden den röda paprikan i små tärningar och lägg i riset. Tillaga brylépuddingen med jordgubbar. Blanda äggulor och ägg med socker. Tillsätt frön från vaniljstäng. Häll i mjölk och grädde och blanda väl. Fyll skålar eller glas med blandningen upp till 2/3.

Tillagning:

Placera alla rätter på ugnsgallret (nivå 1 och 4) och starta programmet, tillaga i 40 minuter. Efter tillagningen, låt brylépuddingen svalna, fyll glasen med jordgubbar och dekorera med pistaschnötter. Låt majsan rinna av och blanda ner i det kokta riset.

- Tid i produkten (min): 40
- Ugnsnivå: 1 + 4

12.3 Ångmeny 3:

För 4 personer.

Forell med kokt potatis och broccoli. Kokospudding med mango till dessert.

Ingredienser till forellen:

- 4 foreller
- citronjuice
- salt, peppar

Ingredienser kokad potatis:

- 800 g potatis
- salt

Ingredienser för broccoli med flagad mandel:

- 700 g broccoli
- 50 g flagade mandlar
- lite smör

Ingredienser för kokospudding med mango:

- 100 ml mjölk
- 350 g kokosmjölkpulver
- 4 ägg
- 80 g socker
- 1 burk mango

Beskrivning:

Skölj forellen och stänk citronsaft över. Lägg i en skål. Låt marinera i 10 minuter och krydda därefter. Skala och dela potatisen, lägg i en skål och salta. Ställ in skålen i ugnen och starta programmet. Skölj broccolin, dela den i buketter och lägg i en skål. Förbered kokospuddingen med mango. Blanda mjölk och kokosmjölk. Vispa ägg och socker lätt och häll i kokosmjölkblandningen. Häll blandningen i 6 små efterrättsskålar.

Tillagning:

Koka potatisarna i produkten (nivå 1) i 25 minuter, en signal hörs. Ställ sedan in de

andra rätterna på galler (nivå 1 och 4) och tillaga ytterligare 25 minuter. Bryn mandel i smör i en stekpanna. Strö mandel över broccolin vid servering. Låt kokoskrämen svalna när den är klar. Skala mangon och ta bort kärnan, gör puré av fruktköttet och dekorera puddingen med den. Häll 650 + 400 ml vatten i vattenlådan

- Tid i produkten (min): 25
- Ugnsnivå: 1 + 4

13. SOUSVIDE-KOKBOK

Rätterna är indelade i flera kategorier:

- Fisk och skaldjur
- Fågel
- Kött

- Grönsaker
- Frukt
- Kräm och terriner

14. FISK OCH SKALDJUR

14.1 Havsruda, filé:

För 4 personer.

Ingredienser:

- 600 g filéer av havsruda
- 1 nypa salt- och pepparblandning
- 2 matskedar extra jungfruolivolja

Beskrivning:

Lägg havsruda, salt och peppar och olja på en bakplåt. Stäng påsen så att den blir lufttät och tillaga. Havsrudafilén kan med fördel serveras med oliver eller kapis.

- Tid i produkten (min): 25
- Ugnsnivå: 3

14.2 Piggvar med fänkål:

För 4 personer.

Ingredienser för fisken:

- 600 g piggvar (eller annan plattfisk)
- 200 g fänkål, mycket finriven
- 1 tesked citronskal
- 2 matskedar olivolja
- 1 matsked sojasås
- Salt, peppar

Ingredienser för såsen:

- 40 g Pernod (eller annan typ av anislikör)
- 180 g grädde
- Salt, peppar

Beskrivning:

Lägg fisken med alla andra ingredienser plant i plastpåsen, stäng påsen så att den blir lufttät och tillaga. Ta ut fisken med fänkolen efter tillagningen, häll juicen från påsen i en kastrull och koka upp, tillsatt Pernod och grädde och låt koka en stund. Smaka av med salt och peppar enligt önskemål. Lägg fisken och såsen på en tallrik och servera med ris.

- Tid i produkten (min): 30
- Ugnsnivå: 3

14.3 Räkor:

För 4 personer.

Ingredienser:

- 500 g stora skalade räkor
- fint hackad persilja eller några basilikablåd
- 4 matskedar extra jungfruolivolja
- 1 nypa salt och peppar

Beskrivning:

Skölj räkorna och ta bort stjärt och huvud. Krydda dem med olja, persilja eller basilika, salt, peppar och lägg dem i en plastpåse. Stäng påsen så att den blir lufttät och tillaga. Rätten räkor kan

serveras varm eller kall tillsammans med purjolöks- och zucchinisås.

- Tid i produkten (min): 20
- Ugnsnivå: 3

15. FÅGEL

15.1 Kycklingbröst:

För 4 personer.

Ingredienser:

- 4 små kycklingbröst, ca 150 g st.
- 1 tesked limesaft
- 1 matsked olivolja
- 1 matsked sojasås
- ½ tesked salt
- ½ tesked currypulver
- 1 röd chili, skivad
- ½ knippe färsk koriander, grovt skuren

- 6 Kaffir limeblad, pressade
- 2 stjälkar citrongräs, skurna på längden

Beskrivning:

Lägg alla ingredienserna plant i en plastpåse. Stäng påsen och tillaga. Ta ut kycklingbrösten efter tillagningen och skiva den. Kycklingbrösten kan serveras med t.ex. wokgrönsaker.

- Tid i produkten (min): 30
- Ugnsnivå: 3

16. KÖTT

16.1 Oxfilé:

För 4 personer.

Ingredienser:

- 700 – 800 g rostbiff / filé, varje filé med en tjocklek på 3 cm
- vitlöksklyfta, skalad och skivad
- rosmarinkvist
- salviablåd
- 3 matskedar extra jungfruolivolja
- nypa grovt salt
- nypa peppar

Beskrivning:

Lägg kött, vitlök, rosmarin, salvia, peppar och olja i en plastpåse. Stäng påsen så att den är lufttät och tillaga. Ta efter tillagningen ut köttet ur påsen och torka det med en pappersduk. Grilla eller bryn köttet i en uppvärmd panna några sekunder så att det får färg. Skär det i bitar, lägg det på en tallrik och tillsätt salt och olja.

- Tid i produkten (min): 60
- Ugnsnivå: 3

16.2 Pocherad kalvfilé:

För 4 personer.

Ingredienser för köttet:

- 2 matskedar olivolja
- 600 – 700 g kalvfilé (en bit)
- 1 vitlöksklyfta, skuren i skivor
- 2 skivor ingefära
- 1 tesked malen kummin
- 1 tesked malen koriander
- 1 tesked citronskal
- 1 nypa kanel
- ½ tesked salt

Ingredienser för såsen:

- 1 knippe persilja, finhackad
- 1 tesked smör
- 1 schalottenlök, mycket finskuren
- 100 ml Noilly Prat (eller annan typ av vit vermouth)
- 100 ml buljong
- 100 ml grädde
- Fleur de Sel
- Svartpeppar

Beskrivning:

Hetta upp olivoljan och stek köttet kort (ca 30 sek) på båda sidorna. Låt den svalna en stund. Lägg köttet med olja (den som används för stekning) och alla andra ingredienser i en plastpåse, stäng påsen så att den blir lufttät och tillaga. Såsen tillagas genom att hetta upp smöret, tillsätta schalottenlöken och låt sjuda något tills den blir glasartad. Tillsätt vin och buljong. Minska såsen till

hälften av mängden. Tillsätt grädden och blanda med en mixer och låt det koka igen. När köttet tillagats tar du ut det ur påsen, tillsätter köttsaften i såsen och kryddar lite. Vänd köttet i persiljan och dela i 4 skivor. Lägg köttet på tallrikar och håll på såsen. Strö på havssalt och

grovhackad svartpeppar. Kalvfilén kan serveras med t.ex. sauterade primörer och potatismos.

- Tid i produkten (min): 60
- Ugnsnivå: 3

17. GRÖNSAKER

17.1 Morötter med vanilj:

För 4 personer.

Ingredienser:

- 400 g morötter, skalade
- 1 vaniljstång, skär på längden
- ½ apelsin, saft och skalet
- 1 tesked smör
- ½ tesked salt
- ½ tesked socker
- ½ tesked mald vitpeppar

Beskrivning:

Skär morötterna i tunna skivor (1 – 2 mm) och blanda med alla de andra ingredienserna. Lägg dem plant i plastpåsen, stäng påsen så att den blir lufttät och tillaga. Morötterna med vanilj kan serveras med t.ex. fisk eller räkor.

- Tid i produkten (min): 40
- Ugnsnivå: 3

18. FRUKTER

18.1 Äpplen:

Ingredienser:

- 2 mogna äpplen, medelstora
- 1 stjärnanis
- 1 vaniljstång, skuren i bitar

Beskrivning:

Skölj och skala äpplena. Skär dem sedan i tärningar eller i åtta delar och ta bort kärnhuset. Lägg äpplena i en plastpåse och tillsätt stjärnanis och vaniljstång. Stäng påsen så att den blir lufttät och tillaga. Rätten äpplen kan serveras varm eller kall, med engelsk crème eller glass.

- Tid i produkten (min): 20
- Ugnsnivå: 3

18.2 Päron i rödvin:

Ingredienser:

- 2 mogna päron, cirka 300 g
- 2 glas rödvin, ca 300 ml (t.ex. Cabernet Franc)
- 1 tesked socker
- 1 nypa kanel, 1 kanelstång - valfritt

Beskrivning:

Häll vinet i en kastrull och låt koka tills det blir tjockare och minska till halva mängden (ca 8-10 min på hög effekt) och låt sedan svalna. Skölj och skala päronen, skär dem i halvor och ta bort kärnhuset. Lägg alla ingredienserna i en plastpåse. Stäng påsen så att den blir lufttät och tillaga. Rätten päron i rött vin kan serveras varm eller kall, med engelsk crème eller glass.

- Tid i produkten (min): 15
- Ugnsnivå: 3

19. KRÄM OCH TERRINER

19.1 Engelsk crème:

För 4 personer.

Ingredienser:

- 250 ml färsk grädde
- 250 ml mjölk

- 7 äggulor
- 140 g socker
- 1/2 vaniljstång
- Skalet av 1 apelsin och 1 citron som smaksättare

Beskrivning:

Häll grädde, mjölk, äggulor och socker i en skål. Dela vaniljstången och skrapa ut kärnorna med en kniv och tillsätt dem och vaniljstången i skålen. Tillsätt fruktskalet och vispa allt på låg hastighet tills blandningen är slät. Ta ut vaniljstången och fruktskalet från blandningen. Lägg blandningen i en eller flera plastpåsar. Stäng påsen så att den blir lufttät och tillaga. Lägg påsen i ett isbad efter tillagningen och servera sedan varm eller kall. Rätten Engelsk crème kan serveras med kokt frukt, chokladkaka, äpplepaj eller glass.

- Tid i produkten (min): 20
- Ugnsnivå: 3

