

RECEPTBOKEN

SLOVENSKA MATRÄTTER

Slovenske jedi

Augustina Budja





RECEPTBOKEN



SLOVENSKA MATRÄTTER

Slovenske jedi

Augustina Budja

Korrektur:

Anne-Marie Budja

Utgivare: **Sångföreningen Orfeum,
Landskrona**

Augustina Budja

RECEPTBOKEN

SLOVENSKA MATRÄTTER

Slovenske jedi

Utgivare: ORFEUM, självförlag - Landskrona

CIP – Kungliga biblioteket, Stockholm

NUK – Narodna in Univerzitetna Knjižnica, Ljubljana

ISBN 978-91-974684-5-9

Översättning, foto, typografi, sättning, omslag, urval
Augustina Budja

Medarbetare: Medlemmar i sångföreningen **Orfeum**

Tillägnas alla matglada

Denna skrift har fått projektstöd från Republiken Sloveniens Regeringskontor, Avdelning för sloener utomlands, **Urad Vlade RS za Slovence v zamejstvu in po svetu** (2006) och utges med sångföreningen Orfeums och Slovenska riksförbundets medverkan

© **Alla rättigheter förbehållna författaren, inklusive rätten att reproducera boken el. delar av denna**

Printed i Sweden

Tryckeri: Tryckhuset, JASK, Landskrona

DET SLOVENSKA KÖKET

HISTORIK

"En typisk mormor älskar hushållsarbete och gillar att baka och laga mat".



Angela Budja med kvasenica framför, en uppskattad kesokaka i Slovenien

Foto: Helena Molin

Receptboken **SLOVENSKA MATRÄTTER** innehåller olika gamla och nyare recept efter vilka ofta vår egen mor och mormor (Angela Budja, på bilden) har lagat mat men även recept som kanhända inte är av helt slovenskt ursprung. När det gäller nationella, typiska slovenska maträtter, finns det stora variationer, beroende på var i landet man befinner sig. Man kan inte tala om ett enhetligt slovenskt kök, det samma gäller svensk mattradition. Slovenien är ett mycket mångskiftande land, nordost ligger Panoniska slätten, i öst Dolenjska bergstrakter, i syd karsten och kustområdet, i väst Alpområdet, vissa träskområden, Štajerska med vinodlingarnas bergsområden, m fl. Dessa landskap skiljer sig inte bara efter sin konfiguration, utan även historiskt. Allt detta har påverkat utvecklingen i den mångskiftande slovenska mattraditionen. Slovenien är också ett gränsland mellan fyra länder – Österrike i norr, Ungern i öst, Kroatien i syd och Italien i väst - där varje land har egna etablerade nationella folkliga mattraditioner.

Allt detta har påverkat det slovenska köket. Om vi ändå gör ett försök - bortsett från påverkan utifrån, går det att urskilja vissa särdrag i slovensk mattradition genom följande sammanfattning:

1. Slovenskt kök är av naturliga orsaker mycket varierande. Dit räknas inte bara maträtter som žganci (**polenta, m m**), kislo zelje (**surkål**), kranjske klobase (**kraniska korv**), krvavice (**blodkorv**) och potica (**t ex valnötskaka**), det slovenska köket är mycket mer och kan jämföras med andra stora internationella mattraditioner/kök.

2. Som gränsland har Slovenien lånat delar el. hela matrecept och gjort dem till sina slovenska recept. Prekmurska BOGRAČ härstammar från ungerska golaž (**gulasch**). Idrijska ŽLINKROFI fick sitt namn av italienska ravioli. Sådana utländska lån och omarbetningar är kända även i andra länder och det finns få autoktona recept i något land. Eftersom Sloveniens gränser med länder som själv har rika mattraditioner, inte

sällan med inslag av slovenska ingredienser, så har även den slovenska mattraditionen genom tiderna präglats av deras.

3. Det slovenska köket är relativt enkelt. T ex består den populära rätten *gruvhjärta (rudarsko srce)* av en hopvikt omelett. För att tillaga polenta el. olika gröträtter behöver man inte ha något storkunnande i kökskonsten. Men det finns även vissa nationella rätter som kräver mera skicklighet, t ex nötkakan (*potica*). De flesta maträtter har varit enkla även p.g.a. äldre kokteknologi, då maten ofta förvarades i salt, fett el. socker, den röktes i skorsten, torkades, etc.

4. I "det gamla slovenska köket" var maten ofta kaloririk. Det brukade användas rikligt med fett – speck, svål, ister mm, griskött, gröträtter, potatis och bönor, smör, grädde och ägg. Även olika svampväxter, grönsaker med undantag för kål och betor förekom i mindre utsträckning. Bönderna förbrände överflödiga kalorier med tungt fysiskt arbete, i städerna blev livet annorlunda och mattraditionerna förändrades. Vissa ursprungliga recept behövde förnyas; i stället för matfett använde man olja, i stället för övervägande griskött använde man kalv-, oxkött och kyckling, svamp som tillbehör, grädde ersatte man till yoghurt mm. Och om man idag vill bjuda på de gamla rätterna, serverar man i små mängder som tillbehör (polenta, štruklji, zaseka mm). Nationella maträtter förändras även i Sverige och i många andra länder i takt med folks medvetande om vad som är hälsosam mat.

5. Det traditionella slovenska köket har använt sig mest av inhemska produkter. Import har varit sällsynt, citroner och apelsiner var i stort sätt okända. Soppa i det slovenska köket är av yngre ursprung, innan dess lagade man olika gröträtter, grytor (*enolončnice*) och liknande. Några kött- och grönsakssoppor kände man till sedan länge i Prekmurje och Štajerska, där man åt soppor redan till frukost el. som förrätt. Soppa har även varit huvudrätt. Vid vissa högtider bjuder man än i dag på två sorters soppor som förrätt. Förr hade man ofta kokt hirs och bovete som ingrediens med redning av gräddfil el. filmjöl. Fortfarande lagas den populära s k syrliga soppan (*kisla juha*), med kokta kalvben som grund. Vanligare soppor är jota, trojka (*grytmat*), svampsoppa (*gobova juha*) med Karl-Johan svamp. Hemmagjorda el. inköpta nudlar är vanliga i klara buljongssoppor, kokta på oxsvans el.

annat kött. Salladsbuffé förekommer numera också som förrätt. I Alpmråden kokar **man šare, obare och ajmohti** - ett slags mättande grytor och soppor, där man använder sega delar av torkat kött el. annat tillsammans med grisgrönsaker som foderbeta, röda el. gula morötter och potatis. Man kan tillsätta hirs el. korn. **Jota** är en förlängning av gröträtter, en blandning med frukt, griskött och grönsaker. I hela Slovenien lagar man kornsoppa (**ričet**) med lufttorkat kött. Ibland tillsätter man torkade plommon el. päron.

Om det stämmer att "kärleken går genom magen" då borde grisen vara kärlekssymbolen. Fågelkött var och är fortfarande vanligt; till den helige Martins dag (**martinovo**) i november, då vinmusten mognat till vin, unnar man sig gärna antingen en stekt gås, anka, kyckling, kalkon, tupp el. höna. Fiskrätter i Slovenien är något mindre vanliga än i Sverige, dock är både sättet att tillaga, mängden och variationen av arterna kopplade till olika slovenska landskap. En del av dessa slovenska matrecept finns att hitta längre fram i boken.



En god slovensk förrätt - **narezek**

En vanlig familjeradition var den stora slaktdagen. Man slaktade gris och gjorde mängder av blodkorv (**krvavice, koline**), stekkorv (**pečenice**) och köttkorv (**kranjske klobase**), man fyllde ko- och grismagar, fyllda med kryddade köttbitar, leverrätter, sylta, späck, sidfläsk, malet späck (**zaseka**), fettgrevar (**ocvirki**), mm. Vissa produkter röktes man - påskskinkan, korv och späck, annat förvarades i olika fettlager i trätunnor (**kibla, tünka**) el. på annat sätt. Traditionen är fortfarande mycket levande, särskilt på landet. Kokt nötkött är också vanligt. Kislo zelve (**surkål**) med krvavica (*blodkorv med ris*) el. kranjska klobasa är klassiker. Golaž

(*gulasch*), polenta (*majsgröt*) och olika risotto (*rižota*) är vanliga. Bläckfisken - calamari, är en uppskattad maträtt samt čevapčiči (köttbullar), en importerad rätt, grillad och god. Före huvudrätten serveras gästerna ibland en kall förrätt med bröd (*narezek*).

Som **efterrätt** serveras ofta den berömda slovenska **potica** el. **povitica** (också **povitnica** – rullad, en ihopsnurrad kaka), en valnötskaka, men även andra fyllningar kan förekomma (*det finns minst 50 av olika fyllningar*): valnötter, hasselnötter, choklad, kakao, kaffe, dragon, gräddfil, honung, mynta, keso, marmelad, vallmofrö, malet späck (**zaseka**), torkad frukt, russin, kokosmjöl el. annan fyllning som tillbereds och rullas in i en smördegrulle. Den är speciell. Det finns även potica av bovete (**ajdova potica**), fylld med gräddfil, keso och malda valnötter.

Blodkorv (**krvavice**) gör man av fläskräster, inälvor, köttbitar, fett, späck, bovetefrö, hirs, kryddor och blod. Numera används ofta ris i stället för bovete. På visa ställen sockrar man och tillsätter russin i blodkorven som innehåller hirs, men inte blod (**bele koline, krvavice**). Malet späck, fettgrevar (**ocvirki, zaseka**) kan beredas av både kokt färskt och rökt späck. Kraniska korv (**kranjska klobasa**) tillverkas genom att man stoppar fina bitar av griskött med olika kryddor i tvättade gristarm. På liknande sätt gör man även salami, man blandar in olika köttsorter: ox-, gris- el./och viltkött. Både korv, salami och skinka lärtrokes först och sedan skorstentorkas; i Primorska samt längs Adriatiska kusten, lufttorkar man dem (**pršut**).

Regrad/maskrosblad har plockats sedan flera århundraden. Än idag är maskrossallad väldigt uppskattad. Potatis kom att dominera det slovenska köket först under 17-hundratalet. Vanligt på hösten är att man går till skogen och plockar **kastanjer (kostanji)** som är goda att koka, steka el. grilla. De passar till den söta vinmusten, innan den mognat till vin (oktober/november). Man kan använda kastanjer till olika maträtter – som pudding m m. Vidare är olika **svampar (gobe)** mycket vanliga i det slovenska köket. Karl-Johan (**jurčki**), kantareller (**lisičke**) med många fler tillagas på fantastiskt många sätt, som självständiga rätter el. som tillbehör.

Det slovenska nationella köket har **polenta** och **žganci** (även kallad **žganki, dodole, mešta**) bland sina äldsta och populäraste rätter. Man lagar **polenta** av

majsmjöl, grovt el. finmalet och **žganci** av bovete el. av vetemjöl och potatis, (kallas **oženjeni = gifta**). Dessa rätter ersatte förr i tiden bröd. I stället för pastan använder man ofta ojäst tunt bröd, s k **mlinci** (ev **blinci, trganci** och **krpice**). En mycket uppskattad slovensk maträtt är **stekta anka** med **mlinci**. Något ovanligare är slovenska små **rullader** el. **štruklji** som tillbereds med en fyllning, rullad i filodeg el. jäsdeg av vete- el. bovetemjöl (štruklji som slovensk rätt nämns i en bok redan 1589). Dessa små rullader el. **štruklji** kallas efter sina fyllningar som kan variera: nötter (**orhovi štruklji**), dragon, blod, potatis, keso, gräddfil, bönor, späck, ägg, kål, marmelad, etc.

Till specialiteterna hör också gibanica och äppelstrudel (**jabolčni štrudelj**). I Prekija bakar man **gibanice** och **krapci**. Den följsamma filodegen (av vatten och vetemjöl) ska vikas i flera lager (upp till 9) och fyllningen bestå av keso och gräddfil samt ägg, salt (socker enligt smaken). I Prekmurje bakar man **gibanice** också så att degen viks i flera lager men fyllningen är varierande: nötter, keso, äpple, vallmofrö o s v, några av dessa el. samtliga. En **gibanica** kan även ha betor el. pumpor som fyllning. Krapci görs på blandad deg – vetemjöl och potatis med keso och gräddfil ovanpå. Munkar (**krofi, krapci**), klenäter (**flancati**), strudel; äppelstrudel (**rullad: jabolčni zvitek, štrudelj**), strudel med kesofyllning och köttfärsfyllning känner man i hela Slovenien. De har med tiden blivit "typiska slovenska rätter". Nyare **bakelser** är Bled-krämsnitt (**Blejske kremšnite**) och Bled-bål (**Blejske grmade**). Många tillreds med honung, s.k. småbröd, **medenjaki**.

I Slovenien äter man mycket bröd (**kruh**). Förr i tiden bakade man bröd i stora kakelugnar, numera bakar man i ugnar på vanliga- el. gasspisar el. så köper man det dagsfärskt. Bröd äter man till många rätter och man tar med sig brödsvisor på resor mm. Typiskt för slovenskt bröd är att det bakas utan socker el. siraptillsats, det smakar inte sött och oftast är det bakat av råg-, majs-, -korn, bovete- el. vetemjöl. Mörkt rågbröd är mycket uppskattat.

Slovenerna lagar fortfarande speciella maträtter vid särskilda tillfällen, t ex fettisdag (**pust**) askonsdag (**pepelnica**), Påsk (**velika noč**), Jul (**božič**), bröllop (**poroke**), dop (**krst**), konfirmation (**birma**), födelsedagar (**rojstni dnevi**), minneshögtider (**slovesnosti**), m fl. De flesta gamla klassiska rätter lagas mer sällan, eftersom det är tidskrävande. Kvar har man

de som passar dagens tempo, plånbok och smak. Många gamla rätter finns i ny tappning, anpassade och förbättrade, allteftersom det internationella köket tränger in överallt.

På många slovenska gästgivargårdar och restauranger erbjuder man vissa typiskt slovenska rätter i mindre portioner, som förrätt, efterrätt el. som tillhör till huvudrätten (*žganci, štruklji, krapci, mm*).

Denna matreceptbok på svenska innehåller ett begränsat urval av slovenska recept, ca 340 recept och minst 250 foton). Själv kommer jag från Štajerska i nordöstra Slovenien, därför präglas bokens innehåll av matrecept som mest är vanliga där.

Ambitionen med utgivningen på svenska har främst varit att bevara delar av den slovenska mattraditionen, som slovenerna har tagit med sig från Slovenien och för att berika den befintliga svenska, dela med sig till följande generationer slovenier i Sverige och skapa nya möten vid matbordet. Receptboken rekommenderas varmt, den är användbar för alla som tycker om att pröva något nytt i matväg.

Smaklig måltid!

Bog žegnaj!



Källa: Webb, 2006

Slovenien är ett land söder om Alperna med en yta på 20 273 km² och drygt 2 miljoner invånare. Språket är slovenska. Slovenerna är i regel flerspråkiga, utöver

sitt modersmål slovenska talar många engelska, kroatiska, italienska, tyska och ungerska. Landet gränsar till norra Italien i väst, Österrike i norr, Ungarn i öst och Kroatien i syd. Slovenien har höga berg och mängder med söttvatten i form av sjöar och floder. Sloveniens huvudstad är Ljubljana med ca 300 000 inv. I Sverige är landet känd för Kranjska gora och staden Maribor (Pohorje) där både Bojan Križaj, Ingemar Stenmark, Pernilla Wiberg och Anja Pärsson har åkt slalom.

Slovenien briljerar med vingårdar med söta blåa, röda och vita vindruvor som blir till vin. Många hushåll har egen större el. mindre vingård och trädgård, bestående av olika fruktträd och man odlar de nödvändigaste grönsakerna – sallad, potatis, spenat, lök, vitlök, tomat, paprika, persilja, örter, bönor, jordgubbar, mm. Landet Slovenien har en omväxlande natur med både alplandskap och kort Medelhavskust mot Adriatiska havet. Landets högsta punkt är berget Triglav på 2 864 meter över havet, landets medelhöjd över havet är 557 meter. Ungefär halva landets yta (10 124 km²) är täckt av skog, vilket gör Slovenien till Europas tredje skogstätaste land efter Finland och Sverige. Rester av urskogarna kan fortfarande hittas, den största finns i området kring Kočevje. 5593 km² av landet täcks av gräsmarker, och 2471 km² täcks av fält och gårdar. Turism är en av de viktigaste näringskällorna i Slovenien.

Landet har Medelhavsklimat vid kusterna, alpint i bergen och kontinentalt med varma somrar och kalla vintrar i platåerna och dalarna i öst. Medeltemperaturen är -2°C i januari och 21°C i juli.

Augustina Budja

BRÖD



Kruh

Bröd, hembakat (*Domači kruh*)



Mängd – 3 limpor, ca 3 kg bröd:

2 dl fulkornsmjöl (graham)

1½ kg vetemjöl

ca ½ kg rågmjöl



2 msk salt

60 g jäst

5 msk matolja



Ca 2 l vatten

½ dl ättika

2 msk kumin, brödkryddor

Baksirap el. 2 msk strösocker

1 dl linfrö el. pumpkärnor



2 l vatten

Tillvägagång:

1. Smula ner jästen i en degbunke. Häll över 2 dl av det fingervarma vattnet och rör om. Tillsätt olja, baksirap (socker), kummin och salt. Arbeta in rågmjöl och det mesta av vetemjölet, frö el. kärnor, tillsätt vattnet blandat med ättika, lite i taget.



2. Knåda degen kraftigt 3 min i en



bakmaskin el. 8 min för hand, tills den är blank och smidig. Strö över lite mjöl, jäs degen till dubbel storlek under bakduk i ca 1 tim.



3. Ta upp degen på mjölat bakbord, knåda in mer mjöl om det behövs, degen ska släppa händer och bakbord.

4. Dela degen i tre delar, forma dem till avlånga limpor utan sprickor. Lägg dem i smorda el. pappersklädda brödformar, täck



med bakduk och jäs ytterligare 20



min.

5. Sätt ugnen på 275°. Skär tre snittar i bröden med vass kniv. Pensla limporna med ett uppvispat ägg el. ljummet vatten. Grädda i nedre delen av ugnen ca 15 min.

Sänk sedan värmen till 200° och grädda 40 min till. Stjälp försiktigt upp bröden och låt svalna under duken. Kan frysas.

Brödkaka

(Kruhova pogača, postružnjača)



Mängd – 1 bakplåt:

Använd resten av degen som blev kvar av brödddeg (se ovan)
½ dl fettgrevar (se s 189) el. bacon

Tillvägagång:

1. Lägg den resterade degen på ett mjölat bakbord. Knåda den och kavla ut den till ca ½ cm tjock kaka.
2. Forma brödkakan rund el. avlång, lägg den på en bakplåt och anpassa storleken. Låt den jäsa.
3. Hacka el. tärna fettgrevarna el. bacontärningarna och fördela dem över kakan med ca 3 cm mellanrum. Ett annat alternativ är att i stället strö riven ost el. keso över hela brödkakan.
4. Sätt ugnen på 190° och grädda kakan i mitten av ugnen ca 20 min. Brödkakan är god till jota (se s 73), grytor el. sallad. Godast är kakan (postružnjača) varm.

Hembakat rågröd med plommon

(Domači rženi kruh s slivami)



Mängd – 3 limpor:

Ca 1 kg vetemjöl
Ca 1 ½ kg rågmjöl
50 g jäst
2 msk salt
2 tsk malen el. hel kummin/anis
½ dl ättikspirt (12 %)
Ca 2 ½ l ljummet vatten
1 msk strösocker el. sirap
½ dl matolja
Tillsättas kan ca 2 dl hackade torkade katrinplommon
1 ägg till pensling
1 tsk smör el. olja till bakplåt

Tillvägagång:

1. Lägg allt mjöl i en stor skål, gör en grop i mitten och rör ut jästen med matolja, strösocker el. sirap och ca 2 dl vatten (37°).
2. Tillsätt salt, kummin el. anis, katrinplommon och resten av vattnet som blandats med ättikspirt, lite i taget. Knåda degen blank och smidig och ställ den att jäsa i ca 45 min under bakduk.
3. Ta upp degen på mjölat bakkbord och knåda degen smidig. Forma degen till en el. flera limpor. Lägg

limporna i smorda avlånga brödformar.

4. Låt bröden jäsa ca 20 min. Sätt ugnen på 250°. Snitta brödytan med en vass kniv och pensla med vispat ägg. Grädda brödet i ugnens nedre del först i 15 min, sänk sedan värmen till ca 220 och grädda ytterligare i 35 min. Brödet ska ha fin brun färg (och låta ihåligt när man knackar med knogen i botten).
5. Ta ut brödet från formarna och låt den svalna under en duk. Ätes som tilltugg under julhelgen.

Vitt bröd på olika sätt

(Beli kruh na več načinov)



Tillagningstid: ca 2 ½ tim varav 1 tim jäsning och 35 min gräddning (formbröd) 15 min baguetter), 8 min (kuvertbröd) Ugnsvärme: 250°, kuvertbröd, 225°, baguetter, 175°, formbröd.

Mängd - till 30 kuvertbröd el. 10 baguetter el. 2 formbröd:

50 g jäst
2 tsk salt

Ca 12 dl vetemjöl
5 dl vatten

Tillvägagång:

1. Smula ner jästen i en bunke.
2. Värm vattnet till 37°, håll det i bunken och rör om så att jästen löser sig. Tillsätt salt och hälften av vetemjölet, rör om kraftigt.
3. Tillsätt resten av vetemjölet, lite i taget och arbeta degen väl, så att den blir blank och smidig, 5 min i maskin el. 10 min för hand.
4. Låt degen jäsa under bakduk 20 min, arbeta ner den och låt den jäsa en gång till, ca 20 min.
5. Ta upp degen på mjölat bakkbord och knåda den några minuter. Dela den i 30, 10 el. 2 delar och baka ut dem till runda el. avlånga kuvertbröd, avlånga portioneringsbaguetter el. släta formbröd.
6. Lägg kuvertbröd och baguetter på smorda el. bakpappersklädda plåtar, formbrödet i smorda, raka brödformar.
7. Jäs bröden ca 20 min.
8. Grädda kuvertbröden i 250° ca 8 min, baguetterna 225° ca 15 min, formbröden i 175° ca 35 min. Låt bröden svalna på galler utan bakduk.

Tips: Variera brödet genom att byta ut vetemjölet mot vetemjöl Special, det ger ett extra högt och luftigt, saftigt och hållbart bröd som inte smular. Du kan också byta ut 2-3 dl av vetemjölet mot grahamsmjöl. Som omväxling kan du skära brödet, pensla med uppvispat ägg och strö över sesam- el. vallmofrö.

Vetekrans (*Vrtanek*)



Mängd – ca 1 kg:

500 g vetemjöl
20 g jäst
2-3 dl mjölk
30 g strösocker
50 g smör
2 ägg (1 till pensling)
1 äggula
Salt

Tillvägagång:

1. Med samtliga ingredienser ovan arbetar vi fram en smidig deg. Gör en limpa och mjöla ovanpå. Låt limpan jäsa under bakduk.
2. Lägg den jästa degen på ett bakkbord och dela degen i tre delar. Forma dessa delar till tre avlånga längder. Fläta till en fläta och forma flätan till en krans.
3. Låt den jäsa igen och pensla med ett vispat ägg. Grädda i lagom varm ugn så att den får en brungul färg.

Vridna baguetter (Zavite bagete)



Tillagning: 7 tim varav 5 ½ tim jäsnings och 40 min gräddning. Ugnsvärme: 275°, mittfalsen, 200° efter 10 min.

Mängd - till två bröd:

6 dl vatten
1,4 l vetemjöl (special)
25 g jäst
2 tsk salt

Tillvägagång:

1. Häll kallt vatten i köksmaskinens degbunke. Tillsätt vetemjölet och arbeta degen 10 min.
2. Smula ner jästen över degen och arbeta 3 min till. Tillsätt saltet och arbeta vidare 3 min.
3. Täck bunken med plastfolie och ställ degen att jäsa i 4 tim i värme.
4. Smörj en plåt el. klä den med bakpapper. Mjöla bakbordet väl, håll ut degen till en rektangulär form.
5. Degen ska fösas (inte knådas) ihop med mjölade händer till en längd som delas mitt itu på längden med en skarp kniv. Var försiktig så att degen inte sjunker ihop.
6. För över längderna till plåten samtidigt som du vrider dem med välmjölade händer. Mjöla och jäs

brödet utan bakduk i kökstemperatur ca 30 min.

7. Värm ugnen till 275° med spisventilen stängt. Sätt in ett par skålar varmt vatten för ångan.

8. Sätt in plåten på mittfasen och grädda 10 min. sänk värmen till 200° och öppna ventilen. Grädda bröden ca 30 min.

9. Låt baguetterna svalna på galler utan bakduk.

Tips: Du får ett gott vitlöksbröd om du skårrar baguetterna, brer vitlökssmör i skårorna och sprödvärmer brödet i ugnen.

Mjukt tunnbröd (Tanek kruh)

Brödet bakas i stekpanna och smakar bäst nygräddat.



Mängd - till ca 10 kakor:

5 dl vetemjöl
2 dl rågsikt
1 msk bakpulver
1 tsk salt
1 tsk mald anis
2 msk flytande margarin
1 msk socker el sirap
4 dl filmjöl

Till utkavling: vetemjöl

Tillvägagång:

1. Blanda samman de båda

mjölsorterna med bakpulver, salt och anis. Tillsätt margarin, socker/sirap och filmjöl. Arbeta samman till en deg.

2. Ta upp degen på lätt mjölat bakbord och dela den i 10 bitar. Kavla ut bitarna till runda kakor, ca 15 cm i diameter. Använd rikligt med mjöl när du kavlar ut brödkakorna. Borsta bort det mesta av mjölet.

4. Grädda kakorna i en torr stekpanna på medelvärme, ca 2 min på varje sida el. tills de är gyllenbruna. Smakar gott med smör!

Ett gott bröd (*Dober kruh*)



Mängd:

50 g jäst
7 dl vatten
2 msk sirap el. strösocker
2 tsk salt
1 ½ dl grahamsmjöl
1 tsk kummin
Ca 14 dl vetemjöl

Tillvägagång:

1. Smula ner jästen i en bunke. Värm vattnet fingervarmt och håll det i bunken. Rör om.

2. Tillsätt salt, grahamsmjöl, kummin, sirap el. strösocker och det mesta av vetemjölet. Arbeta degen i maskin i 5 min el. för hand i 10 min. degen ska vara ganska lös.

3. Låt degen jäsa i 30 min.

4. Arbeta ner degen och tillsätt mjölet efter behov.

5. Smöra en långpanna, vält ut degen direkt i långpannan och forma den med mjölade fingertoppar till en avlång el. rund limpa.

6. Jäs brödet under bakduk i 45 min.

7. Grädda i 200° ugnsvärme 45 min. Stäng sedan av värmen och låt brödet stå kvar tills ugnen kallnar. Brödet blir då knaprigt.

Rågknutar (*Rženi vozlički*)

Mängd – 30 knutar:

Ca 6 dl vetemjöl
5 dl grovt rågmjöl
Ca 6 dl ljummet vatten
1 msk sirap el. strösocker
50 g jäst
0,4 dl flytande fett (olja el margarin)
2 tsk salt
2 tsk stötta brödkryddor
1 msk ättikssprit

Tillvägagång:

1. Värm 4 dl vatten med 0,4 dl flytande fett fingervarmt. Häll degspadet över 50 g smulad jäst i en bunke och rör om. Tillsätt en matsked sirap el. strösocker, det får bullarna att jäsa bättre. Tillsätt 1 ½ tsk salt, ½ msk ättikssprit, 1 ½ tsk stötta brödkryddor samt 5 dl grovt rågmjöl och 3 dl vetemjöl. Arbeta

degen smidig och låt den jäsa i 30 min. Tillsätt ett par dl vetemjöl och skrapa ned degen på mjölat bord.
2. När degen är slät och smidig ska den delas i ca 30 bitar. Rulla ut bitarna i 15 cm långa längder och forma dem till knutar. Låt knutarna jäsa på en plåt i ca 15 min. Pensla med vatten och strö över grovt rågmjöl (ej obl). Grädda på mittfalsen i 225° i ca 10 min.

Sött bröd med torkad frukt *(Sladek kruh s suhim sadjem)*



Mängd:

Deg:

½ kg mjöl
50 g smör
2,5 dl mjölk
60 g jäst
1 ägg
1 msk strösocker
1 tsk salt

Fruktfyllning:

100 g torkade päron, äpplen och plommon
50 g torkade fikon
75 g russin
40 g hasselnötter
1 tsk kanel
1/2 msk anis, malen
Svart peppar

Pensling:

1 äggula
50 g mandlar

Till bakplåt:

30 g smör

Tillvägagång:

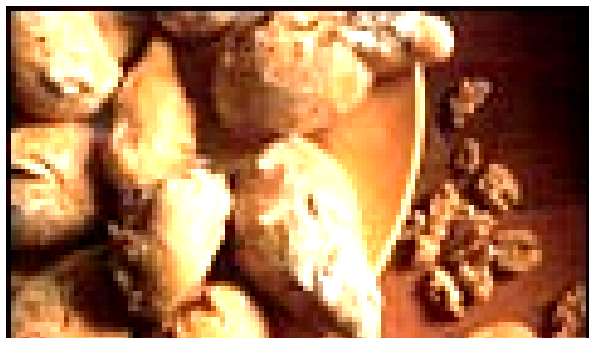
- 1.** Blanda jästen med ljummen mjölk och låt jäsa 10 min.
- 2.** Rensa och skär all frukt tunt, skär hasselnötter och mandlar i halvor.
- 3. Deg:** ta fram en stor bakbunke, sikta allt mjöl och tillsätt jästen och övriga ingredienser till degen. Knåda väl och arbeta fram en smidig deg. Täck över med bakduken och låt jäsa i 2-3 tim.
- 4. Fyllning:** Koka upp rensad och hackad frukt under 5 min. droppa av och låt svalna. Krydda med kanel, anis och malen svartpeppar. Låt stå i 15 min.
- 5. Pensling:** Vispa äggulan med några droppar mjölk. Hacka mandlarna grovt.
- 6. Bröd:** Blanda samman frukten och degen. Knåda ordentligt, forma brödet, lägg den på en smord bakplåt och låt jäsa ½ tim.
- 7. Ugnen:** Sätt ugnen på 180°. Sätt den jästa degen i mitten av ugnen och grädda i ca 90 min. Pensla brödet flera gånger under bakningen, mot slutet av gräddningen strö över hackade mandlar.

Tips: Brödet blir godast efter att det har stått i 3 dagar.

Hälsodeklaration: Plommon, fikon, russin, mandlar, hasselnötter, kanel och annan frukt tillhör viktiga tillskott i hälsokosten.

Valnötsfrallor (*Orehovke*)

En grov fralla med stora valnötsbitar som



ger en härlig arom.

Jäsning: 60 + 20 min

Gräddning: 15 min

Ugnsvärme: 250°

Mängd - antal bröd: 30-60 st:

7 dl vatten

40 g jäst

18 dl rågsikt, (el. 7,5 dl rågmjöl + 11 dl vetemjöl)

2 msk olivolja

2 dl surdeg

250 g valnötter (6-7 dl)

1 msk salt.

Tillvägagång:

1. Smula jästen i ljummet vatten så att den löser sig.

2. Hacka valnötterna i stora bitar.

3. Tillsätt nästan allt mjöl, olivoljan, surdegen, valnötsbitarna och till sist salt.

4. Blanda väl och bearbeta degen i maskin el. för hand 5-10 minuter. Låt degen vila övertäckt ca 60 minuter.

5. Dela degen i 30 el. 60 bitar beroende på om du vill ha stora el. små frallor. Forma till runda bollar och gör dem därefter lite spetsiga.

6. Doppa varje fralla i mjöl och lägg på bakplåt där de får jäsas

övertäckta i 25 minuter.

7. Baka av i 230° ca 15 minuter

TIPS: Om du håller lite vatten på botten av ugnen (ej på bröden) så får du en kraftigare skorpa.

Urbans bröd (*Urbanov kruh*)



Ett härligt saftigt och aromrikt bröd

Jäsning: 180 + 10 + 45 min

Ugnsvärme: 220°

Antal bröd: 3 st

Mängd:

Raskdeg: 10 g jäst,

4,5 dl vatten,

8 dl rågsikt,

2 dl surdeg

Till resten av degen: 3 dl vatten,

Ca 10 dl vetemjöl,

1 dl kruskakli,

1 dl vetegroddar,

1 dl grovt rågmjöl,

15 g jäst,

20 g salt

Tillvägagång:

1. Lös upp 10 g jäst i 4,5 dl ljummet vatten. Rör ihop raskdegen och låt den sedan mogna i tre timmar.

2. Lös upp 15 g jäst i ljummet vatten. Blanda i raskdeg och övriga

ingredienser till en smidig och lite kladdig deg.

4. Låt degen vila i 10 minuter och forma den sedan till tre limpor som doppas lätt i mjöl.

5. Jäs bröden övertäckta i 45 min.

6. Baka på 220° i 45 minuter.

Bröd med fetaost (platt) *(Kruh s sirom, tanek)*

Mängd:

50 g jäst

6 dl fingervarmt vatten

1 tsk salt

4 msk olja (oliv- el. annan matolja)

4 dl durumvetemjöl

9 dl vetemjöl special

150 g Fetaost

1 tsk torkad rosmarin

Grovt salt

Tillvägagång:

1. Smula ner jästen i en degbunke. Håll det fingervarma vattnet över och rör om så att jästen löser sig.

2. Tillsätt salt, 2 msk olja, hälften av den smulade osten, durumvetemjöl och det mesta av vetemjöl special. Knåda degen kraftigt, den ska vara ganska lös. Låt jäsa under duk i ca 40 min.

3. Smörj en långpanna 30x40 cm, och håll degen direkt i den. Tryck ut degen, jämna till med mjölad hand. Låt jäsa ytterligare 40 min.

4. Tryck knogarna nästan igenom degen på flera ställen, ringla över 2 msk olja, smulad rosmarin, smulad ost och grovt salt.

5. Grädda mitt i ugnen ca 20 min tills brodet har fin färg och känns torrt. Låt brödet svalna på galler utan bakduk.

TIPS: Skär tunna räfflor i bröden innan sista jäsningen så blir de extra vackra.

Grova surdegslimpor *(Kruh na domačem kvasu)*



Tillagningstid: 30 tim varav 26 tim jäsning och 3 tim i ugn.

Ugnsvärme: 225° nedersta falsen.

Mängd - till 2 bröd:

1 tsk jäst

1 liter vatten

1 msk salt

2 ½ liter grovt rågmjöl

Tillvägagång:

1. Lägg jästen i en bunke. Värm vattnet till 37° och håll det i bunken.

2. Rör om, tillsätt salt och hälften av rågmjölet. Rör om väl.

3. Täck över med badduk och låt stå i kökstemperatur 12 – 24 tim.

4. Tillsätt resten av mjölet, rör om väl och låt degen jäsa ytterligare 12 tim.

5. Ta upp degen på mjölat bakkbord och arbeta den väl så att den blir jämn och smidig.

6. Dela degen mitt itu och forma bitarna till avlånga limpor, ca 30 cm långa. Lägg dem på smord el. bakpappersklädd plåt.

7. Jäs limporna under bakduk i 2 -3 tim el. tills de börjar spricka på ytan.

8. Grädda limporna i 225° ugnsvärme 1 tim. Stäng av värmen och låt bröden stå i ugnen ytterligare 2 tim (el. över natten).

9. Lägg limporna i plastpåsar att mogna 1 – 2 dygn. Skär brödet i tunna skivor.

Tips: Variera smaken med några tsk krossad anis, fänkål, kummin m m.

Kavlad skrapkaka

(Postružnjača = restdeg från brödbak)

Mängd:

30 g jäst
6 dl fingervarmt vatten
1 tsk salt
4 msk olja (oliv- el. annan matolja)
1,3 kg blandat råg- och vetemjöl
3 msk malet späck (zaseka) el. hackad bacon

Tillvägagång:

1. Smula ner jästen i en degbunke. Häll det fingervarma vattnet över och rör om så att jästen löser sig.
2. Tillsätt salt, 2 msk olja och det mesta av mjölblandningen. Knåda kraftigt, så att degen blir smidig. Låt jäsa under duk i ca 30 min.
3. Smörj en bakplåt, vänd upp degen på ett mjölat bakbord, kavla ut till ca 1 cm tjocklek, lägg på plåten, anpassa kanterna. Nagga

med gaffeln nästan igenom degen, ringla späck/bacon över och låt jäsa ytterligare i ca 30 min.

7. Grädda mitt i ugnen ca 25 min. Ta ut skrapkakan och smaka.

Julbröd (*Božični kruh*)



Mängd:

25 g jäst
2 dl mjölk
7 dl vetemjöl (425 g)
0,5 dl socker
0,5 tsk salt
0,5 tsk kardemumma
100 g smör el. margarin
1 ägg

1,5 dl russin (100 g)
Rivet skal av en citron

Pensling: 1 ägg

Arbetstid: ca 25 min

Jästid: 1 ½ tim

Gräddningstid: ca 35 min

Tillvägagång:

1. Smula jästen i degbunken och värm mjölken fingervarmt. Rör ut jästen i degvätskan.
2. Blanda mjöl, socker, salt och kardemumma, smula in matfettet med fingertopparna. Blanda ner i degvätskan med jästen, ägg, russin och det rivna citronskalet. Arbeta degen jämn och blank.

3. Låt degen jäsa övertäckt på varm plats.

4. Arbeta igenom degen på mjölat bakkbord och dela den i 9 delar.

Rulla varje del i ca 45 cm långa längder. Fläta först 4 st tillsammans, så 3 och till sist 2 tillsammans. Fläta löst.

5. Lägg först 4-flätan på bakpapper på plåt, böj in ändarna under flätan. Pensla lätt med uppvispat ägg och lägg på 3-flätan. Böj in ändarna och pensla lätt. Lägg överst den hopsnodd 2-flätan och låt brödet jäsa övertäckt ca 30 min.

6. Sätt ugnen på 200°.

7. Pensla hela brödet med uppvispat ägg och grädda det mitt i ugnen, färdiggräddat ska det ha vacker färg och låta ihålligt när man knackar på det. Låt brödet svalna på bakgaller.

Solrosbröd (*Sončični kruh*)



Mängd - till 2 bröd:

50 g jäst

3 dl filmjöl

2 dl apelsinjuice

4 msk flytande margarin

1 dl hackad persilja

1 dl solrosfrön

4 dl grahamsmjöl

8-9 dl vetemjöl

Salt

1 msk olja till pensling

2 msk solrosfrön att strö över bröden

Ugn: 200°

Tillvägagång:

1. Smula ner jästen i en degbunke. Värm filmjöl, apelsinjuice och flytande margarin till 37°. Häll lite av det ljumma degspadet över jästen och rör om.

2. Fyll på med resten av degspadet, persiljan, solrosfrön, grahamsmjöl och vetemjöl. Arbeta degen smidig. Låt den jäsa övertäckt ca 45 minuter.

3. Knåda degen ytterligare en knapp minut. Dela den i två bitar och forma den till avlånga bröd. Lägg dem på bakplåtspapper på en plåt. Låt bröden jäsa ca 20 minuter. Pensla dem med olja, strö över solrosfrön och grädda i ca 35 minuter.

Tips: Ät brödet till en soppa el. med matigt pålägg.

Ciabatta (*Ciabatta*)

Ett stycke gott bröd

Jäsning: 10 + 120 minuter,

Gräddning: 20 minuter,

Ugnsvärme: 225° ,

Mängd 10-12 st bröd:

35 g jäst, 5 dl vatten,

0,5 dl olivolja,

725 g vetemjöl special,

1 dl surdeg, 2 tsk salt.

Tillvägagång:

1. Blanda 4 dl ljummet vatten och allt utom jästen. Bearbeta i 10 minuter till en deg som släpper bunken.
2. Ljumba 1 dl vatten och rör ned jästen så att den löser sig.
3. Blanda samman allt och bearbeta i ytterligare 10 minuter.



Låt vila övertäckt i 10 minuter.

4. Kavla el. tryck ut degen till plåtstorlek. Mjöla, lägg degen på plåten och mjöla ytterligare på degen. Täck över med plast och låt jäsa i 2 timmar.
5. Dela degen i bitar med vass kniv. Vänd försiktigt bitarna så att den mjöligaste sidan kommer uppåt. Placera bitarna på en plåt. Grädda i 225° ca 20 minuter.

Tips: Man kan också låta degen jäsa i kylskåp över natten innan den delas och bakas av, så får brödet ännu bättre konsistens och smak.

Pain riche (*Pain riche*)

Mängd – 3 längder:

Det är alltid bra att ha pain riche i frysen och de är så enkla att baka:

- 25 gr jäst
- 5 dl vatten
- 1 msk olja el. margarin

2 tsk salt

1-1,5 l mjöl (ca 800 gr)

Tillvägagång:

1. Dela sönder jästen i en bunke och häll över lite fingervarmt vatten (man kan ta ur kranen direkt). Rör ut jästen och tillsätt resten av vattnet, oljan, salt och nästan allt mjöl.
 2. Arbeta ihop och låt degen vila en timma.
 3. Forma ut degen till tre längder, låt dem jäsa utan bakduk ca 45 min.
 4. Pensla med vatten och grädda i en kvart i 250 grader.
- Tips:* Gör gärna några satser på en gång och frys in.

Kavlat vitbröd med jäst (*Kvasenica*)



Mängd 1 bakplåt:

- 30 g jäst
- 6 dl fingervarmt vatten
- 1 tsk salt
- 4 msk olja (oliv- el. annan matolja)
- 1,3 kg vetemjöl (el special)
- 250 g keso (färskost)
- 2-3 dl gräddfil, 2 msk socker
- Ev rosmarin

Tillvägagång:

1. Smula ner jästen i en degbunke. Håll det fingervarma vattnet över och rör om så att jästen löser sig.
2. Tillsätt salt, 2 msk olja, och det mesta av vetemjölet. Knåda degen kraftigt så att den blir ganska lös. Låt jäsa under duk i ca 40 min.
3. Smörj en plåt, vänd över degen på ett mjölat bakkbord, kavla ut till ca 1,5 cm tjocklek, lägg degen på plåten och låt jäsa i ca 30min.
4. Blanda 1 ägg, socker, färskost och gräddfil, tillsätt 1 tsk salt och ringla massan över degen.
5. Grädda mitt i ugnen i 200° ca 25 min. Ta ut *kvasenica* och smaka. Passar som mellanmål el. efterrätt.

Rosenbröd (*Rožni kruh*)



Mängd - 15-20:

50 g jäst
5 dl lättmjölk
2 msk olja
2 tsk salt
1 msk socker

ca 13 dl vetemjöl
Valmofrö

Tillvägagång:

1. Smula ner jäst i en bunke, håll i salt och socker. Ljumma mjölken och håll det i bunken, rör om och tillsätt oljan. Häll i mjölet och arbeta till en fast deg. Låt jäsa i 30 minuter.
2. Forma runda bullar, lägg på plåten och skär ett kryss i varje bulle. Låt jäsa i ca 20 min. Pensla med uppvispat ägg och strö på vallmofrön. Grädda i 250° i ca 10 min tills de fått en gyllenbrun färg.

Rosenbröd II (*Rožni kruh*)

Mängd:

1/2 kg vetemjöl
50 gr smör
3 1/2 dl mjölk
30 gr jäst
1 tsk socker
1/2 tsk salt

Till pensling:

Vispat ägg el. kallt vatten och vallmofrö

Tillvägagång:

1. Det kalla smöret finfördelas i mjölet. Tillsätt den ljumma mjölken och jästen utrörd med salt och socker. Blanda degen väl och lägg upp den på bakkbordet samt arbeta blank och smidig.
2. Baka ut den till runda bullar och lägg på smord plåt. Skär ett djupt kors på varje bulle. Får stå övertäckta och jäsa upp sakta. Penslas med ägg el. vatten, strö över vallmofrö och grädda i ugnsvärme. Dela bullarna före serveringen.

Källarfranska (*Kruhovi hlebčki*)

Mängd - 15-20 st:

35 g jäst
5 dl fingerljummet vatten
1 msk olja
2 tsk salt
4 dl rågsikt
Ca 11 dl vetemjöl

Tillvägagång:

1. Smula ner jäst i en bunke, håll i salt och vatten. Rör om och tillsätt oljan. Häll i mjölet och arbeta till en fast deg. Låt jäsa i 30 minuter. Dela

degen i 5 delar och rulla ut till längder, dela varje längd i 5 bitar.
2. Vänd hastigt i mjöl och ställ dem med snittytan upp på ett bakplåtspapper. Låt jäsa i ca 20 min. Grädda i 225° i ca 10 min.

Lantbröd (*Podeželski kruh*)



Mängd – 2 limpor:

100 g jäst
1½ msk salt
1 l ljummet vatten
1 msk olja
Ca 2 kg vetemjöl
(1 dl solrosfrön)

Tillvägagång:

1. Smula ner jäst i en bunke, häll i salt och vatten. Rör om och tillsätt oljan och ev solrosfrön. Häll i mjölet och arbeta till en fast deg. Låt degen jäsa i 30 min. Knåda degen igen och låt jäsa i ca 1 tim. Knåda sedan degen ytterligare en gång och forma till två limpor. Låt jäsa i 1 tim på plåten. Grädda längst ner i ugnen på 250-300° tills brödet fått en gyllenbrun färg (ca 10 min).
2. Täck limporna med folie och sänk värmen till 200° endast övervärme. Gräddas totalt 1 tim. Ta ut brödet och pensla med vatten.

Tar lite längre tid att göra, men det är så gott att det är värt det extra besväret.

Vitlöksbröd (*Česnov kruh*)

Mängd – 2 limpor:

50 g jäst
5 dl fingerljummet vatten
½ dl olja
1 tsk salt
2 msk ljus sirap
2-3 vitlöksklyftor
12-13 dl vetemjöl

Tillvägagång:

1. Smula ner jäst i en bunke, häll i salt och vatten. Rör om och tillsätt olja och sirap. Pressa i vitlöken och tillsätt mjölet. Låt jäsa i 30 min.
2. Dela degen i två delar och forma till limpor. Låt jäsa i ca 30 min. Pensla med uppvispat ägg, strö ev. över sesamfrön el. vallmofrön. Grädda i 200° i ca 30-40 minuter.

Över-natten-bröd (*Kruh preko noći*)

Mängd – 2 limpor:

1 pkt jäst
1 msk salt
14 dl fingerljummet vatten
2 dl sirap
1 pkt rågsikt

Tillvägagång:

1. Smula ner jäst i en bunke, häll i salt och vatten. Tillsätt sirap och mjöl. Låt jäsa i 30 minuter. Dela degen och gör två limpor.
2. Ställ in i 225° i 25 minuter, stäng av värmen och låt bröden stå kvar över natten. Limporna är klara att tas ut ur ugnen på morgonen.

Gammelmormors jullimpa (Božični kruh prababice)

Mängd – 4 limpor:

1 liter ljummet vatten
100 gr jäst
4 dl brunt farinsocker
3 ägg
1 msk salt
3,5 l rågsikt

Tillvägagång:

1. Rör ut jästen i lite vatten och blanda alla ingredienserna. Arbeta degen smidig och låt jäsa i 30 minuter. Knåda den sedan på bakbordet och arbeta eventuellt in lite mera mjöl.
2. Dela degen i fyra lika stora bitar och forma till limpor. Låt jäsa ca en timme. Kan eventuellt penslas med uppvisat ägg el. vatten.
3. Grädda i 200°, ca 20 minuter.

Bondbröd, surdeg (Kmečki kruh)

Ugnsvärme 175* i 25 min., 200* i 15 min. (Dinkel = speciellt mjöl)

Mängd - 1st:

Deg 1: surdeg: 25 gram jäst, 1½ dl 37 gradigt vatten, 1½ dl dinkel sikt

Deg 2:

3½ dl 37 gradigt vatten, 2 tsk salt, 1 msk olja, 4 dl dinkel fullkornsmjöl, 7 dl dinkel siktmjöl + 1 dl dinkel siktmjöl till utbakning.

Tillvägagång:

1. Blanda jäst, vatten och siktmjöl i en bunke, täck med plastfolie låt stå i ett dygn.

2. Blanda surdegen (som skall ha en frisk syrlig lukt och vara lätt bubblig på ytan) med deg 2 (=vatten, salt olja och de båda mjölsorterna), arbeta degen smidig. Låt degen jäsa övertäckt i cirka 30 min. Tag upp degen på mjölat bakbord, forma den till ett stort runt bröd, skåra brödet och grädda sedan på en gång i 175 grader i c:a 25 min. Höj temperaturen till 200 grader och grädda i ytterligare 15 min.
3. Låt brödet svalna utan bakduk. Går att frysa.

Tips: Brödet kan bakas på enbart siktmjöl, uteslut fullkornsmjölet och siktmjölet i stället.



Matbröd (Jedilni kruh)

Mängd:

2 kg rågsikt, spara 3 dl till utbakning.
2 pkt torrjäst
4 msk socker
1,5 msk salt
1 dl matolja el. smält margarin
12,5 dl varmt vatten

Pensling:

1 ägg

Tillvägagång:

1. Blanda rågsikt, torrjäst, socker och salt noga i en stor bunke el. gryta. Tillsätt olja (margarin) och vatten och rör ihop degen lätt.
2. Arbeta degen på bakkbordet och knåda den med resten av mjölet. Tillsätt lite mjöl i taget så att degen blir färdigknådad när mjölet är slut.
3. Forma degen till 4 bröd och lägg dem i smord långpanna. Platta ut



bröden en aning och låt dem jäsa under bakduk ca 30 minuter. Snitta ytan lätt med mjölad kniv när bröden är färdigjästa. Pensla med uppvispat ägg och grädda i 175° på nedersta falsen ca 1 timme.

4. Bröden har nu vuxit ihop till ett stort. Låt brödkakan kallna på galler utan bakduk. Dela med kniv el. bryt försiktigt till 4 limpor.

Brytbröd *(Lomljivi kruhki)*

Mängd:

50 g jäst (för söt deg)
2 ½ msk ljus sirap
3 ½ dl grahamsmjöl
5 dl mjölk

250 g kesella
1 ½ tsk salt
8 ½ dl vetemjöl



Tillvägagång:

1. Värm mjölken till 37°. Rör ut jästen med lite av degspadet. Tillsätt resten av degspadet och rör i kesellan, sirapen, saltet och mjölet och arbeta degen smidig. Låt jäsa 30 minuter.
2. Ta upp degen på bakkbordet och knåda den ett par minuter. Dela i 24 lika stora bitar, rulla till bollar och lägg tätt i en långpanna. Jäs under bakduk 30 minuter. Grädda i 225° i mitten av ugnen i 15-20 minuter.
3. Pensla med vatten med en skvätt



olja i. Låt kallna på galler under bakduk. Bryt isär bullarna och njut!

Morotsbröd (*Korenčkov kruh*)

Goda och nyttiga morotsbullar.



Tid: 1 h 45 min

Mängd - 24 bullar el. 2 limpor:

Man behöver:

1 pkt (50 g) jäst för söta degar

50 g smör

5 dl vatten

1 ½ tsk salt

1 dl vetekli

1 dl solrosfrön

½ dl linfrön

4 dl rivna morötter

3 dl grahamsmjöl

6-8 dl vetemjöl special

Tillvägagång:

1. Smula jästen i en degbunke. Smält smör i en kastrull. Tillsätt vatten rör om och värm till 37 grader. Håll litegrann över jästen och rör tills den är upplöst. Tillsätt resten av degvätskan.

2. Rör ner salt, vetekli, solrosfrön och linfrön. Skala och riv morötter på rivjärn el. i matberedare. Rör ner de rivna morötterna. Rör ner grahamsmjöl. Tillsätt sedan lite i taget av vetemjöl och kör till en deg, gärna med elvisp utrustad med degkrokar. Tillsätt så pass mycket mjöl att degen släpper

bunkens kanter och känns smidig och inte så kletig.

3. Strö lite mjöl över degen och låt jäsa under bakduk 30 minuter. Ta upp degen på en mjölad bänk och knåda degen med lite vetemjöl så jäsbubblorna trycks ut och så att degen blir formbar och inte kletig. Dela degen i 2 delar. Knåda varje del till en avlång deg. Dela i 12 bitar och forma varje del till en rund boll och lägg på en plåt med bakplåtspapper. Gör likadant med den andra delen så att det totalt blir 24 bullar. Man kan också göra 2 st limpor istället för bullar. Låt jäsa under bakduk ca 20 minuter.

4. Grädda bullarna mitt i ugnen i 18-20 minuter i 225 grader. Limporna gräddas i undre delen av ugnen i 175 grader i ca 35 minuter. Låt svalna på galler under bakduk.

Tips: Morotsbröden går bra att frysa.

Solrosfrön, linfrön och vetekli kan bytas ut mot t.ex. havregryn, kruskakli, vetegroddar etc. el. helt uteslutas och ta mer grahamsmjöl el. vetemjöl istället. Man kan istället för vetemjöl och grahamsmjöl använda bara rågsikt. Det går att använda vanligt vetemjöl istället för vetemjöl special om man vill. Man kan använda mjölk istället för vatten. Ta ½ dl olivolja istället för smör.

FÖRRÄTTER



Predjedi

SOPPOR – SLOVENSKA FÖRRÄTTER

*I Slovenien serverar man ofta en
soppa (juha, župa) som förrätt.*

Exempel på Kött-soppa/Buljong (Juha, župa)

Arbetstid: 10 min, Koktid: 2 – 5 tim



Mängd: ca 2 ½ liter

Mängd – ca 8-10 portioner:

3-3 ½ kg köttiga ben
4 l vatten
2 morötter
1 purjolök
1 gul lök
1 klyfta selleri (50 g)
½ palsternacka
3-4 persiljestjälkar
Ca 6 vitpepparkorn
Ca 1 ½ msk salt

Tillvägagång:

1. Sätt på vattnet i en kastrull. Tillsätt fläsk/kött el. ben samt salt och/el. Vegetakryddor.
2. Koka valfritt fläsk/kött el. ben så länge det behövs (mellan 1-2 timmar).
3. Tillsätt valfria grönsaker och koka dessa tillsammans med köttet.
4. Plocka köttet/fläsk el. ben ur soppan och tillsätt hemmagjorda el.

färdigköpta nudlar el. andra passande ingredienser. Det finns några recept på dessa längre fram. Koka dessa enligt behov (10-20 min). Servera soppan varm.

Tillvägagång, buljong:

1. Lägg köttbenen i en gryta och häll på vattnet så att det täcker benen. Låt koka upp och skumma väl.
2. Skölj och putsa grönsakerna och lägg ner dem i grytan tillsammans med salt och pepparkorn.
3. Låt buljongen sjuda 3 – 4 timmar. Sila bort ben och grönsaker.
4. Låt buljongen svalna och ta bort det mesta av fettet som samlar sig på ytan.

Till liknande soppor kan man använda köttben från nöt el. kalv samt hönskött (hel, rensad höna el. i bit) el./och fläsk. Det går bra att använda kött och/el. fläsk utan ben också. Till 4 portioner behöver man ca 1,5 l vatten i en större gryta, olika grönsaker, t ex: morot, lök, ärter, blomkål, tomat, selleri, purjolök, vitlök, tomat, gul lök, paprika, pepparkorn, persilja, med flera, el. några av dessa och salt el. Vegeta tillsammans med valfritt kött (se ovan). Färdigkokt kött/fläsk kan delas i små bitar i soppan el. användas efter soppan som huvudrätt med tillbehör (t ex potatis och sallad), kryddat och (efter)stekt i ugnen.

Slovensk hönssoppa (Slovenska kokošja juha)



Mängd - 4-6 portioner:

1 unghöns (1 – 1½ kg)
250 g benfritt fläsk/oxkött (ej obl)
2 -3 l vatten
1 msk salt
2 morötter
½ purjolök el. gullök
1 tomat
3 persiljekvistar
2 handfull nudlar
Arbetstid: ca 30 min
Koktid: ca 1½ tim

Tillvägagång:

1. Skölj hönan och dela den på mitten, kan även delas i mindre bitar. Lägg höns(bitar) och fläsk/kött i en kastrul och häll på vattnet. Koka upp och skumma.



2. Ansa grönsakerna och skär dem i mindre bitar. Lägg grönsakerna med persiljan i soppan. Låt

koka tills hönsköttet (fläsk/kött) blir mört.

3. tag upp kött och grönsaker, sila buljongen och häll ner i grytan.

4. Skär hönsköttet i munsbitar och

lägg ner i soppan. Koka upp. Tillsätt nudlarna och koka ytterligare 15 min. Serveras varm.

Tips: Det kokta fläsket/köttet kan sedan även ugnstekas som huvudrätt. Servera med rostad potatis och grön sallad.

Blomkålssoppa (Cvetačna juha)



Mängd – 3 portioner:

Ca ½ kg blomkål
1 morot
Persilja
1 tsk paprikapulver
3 msk matolja
2 msk mjöl
Salt
ca 1 l vatten

Tillvägagång:

1. Rensa grönsakerna och dela dem i små bitar.

Bryn dem i matolja.

2. När grönsakerna är halvmjuka, tillsätt vatten, salt, rör om och koka tills grönsakerna blir helt mjuka.

3. Tillsätt nudlar och när allt är kokt, hacka den gröna persiljan och strö över.

Grön ärtsoppa (Zelena juha z graham)



Mängd – 5 portioner:

½ kg gröna ärter,
2 mindre morötter,
4 msk matolja,
2 msk mjöl,
1 tsk paprikapulver,
1 tsk strösocker,
2 stjälkar persilja,
Salt,
1 ½ l vatten
Bacon

Tillvägagång:

1. Rensa morötter och skär upp dem och bryn dessa tillsammans med förkokta ärter i matoljan.
2. När ärterna är mjuka tillsätter du mjöl, paprikapulver, strösocker och salt.
3. Rör om väl och tillsätt vatten. Blanda igen och koka i ca 20 min.
4. Tillsätt nudlar samt hackad persilja och stekt bacon.

Grön ärtsoppa II (Grahova juha)

Mängd - 4 portioner:

400 gram frysta gröna ärter alt.
konserverade
1 st gul lök
1 st buljongtärning
50 gram grönmögelost

0.5 liter vatten
0.5 dl crème fraiche
Salt & peppar
Paprikapulver
*Det gröna på en purjo till
garnering*

Tillvägagång:

1. Skala och grovhacka löken, blanda med ärter och koka i vattnet med buljongtärningen tills allt är mjukt. Smula ner osten och låt den smälta. Krydda med salt och peppar
2. Kör allt i flera omgångar i matberedaren tills det blir en jämn grön puré. Späd med kokande vatten om det behövs. Blanda crème fraiche med salt, peppar och paprikapulver till en rosa röra, som fördelas klickvis på de fyra tallrikarna med finhackad purjolök överst.
3. Soppan kan också serveras kall, då eventuellt med några



matskedar torrt vitt vin.

Krämig grön ärtsoppa (Kremna grahova juha)

Mängd - 4 portioner:

3 dl gröna ärter
2 sharlottenlökar
1 liter grönsaksbuljong
1 dl grädde

1 burk creme fraiche
Vitlök

Tillvägagång:

1. Bryn ärtor och hackad lök hastigt. Mixa tillsammans med grädden till en slät röra. Blanda i halva burken creme fraiche tillsammans med buljongen. Låt sjuda på svag värme i ca 5 min.
2. Blanda under tiden resten av creme fraiche med 2 klyftor vitlök.
3. Servera soppan med vitlöks-creme fraiche och ett gott bröd till.

Svampsoppa (*Gobova juha*)



Mängd: 3-4 portioner:

2 dl färsk champinjoner (typ kantareller el. karl-johan),
1 morot, persilja, liten bit kålrabbi,
1 selleriblad, paprikapulver,
Salt,
4 msk matfett (olja, smör, fett),
3 msk idealmjöl,
1 l vatten.

Tillvägagång:

1. Rensa championerna och tvätta dem, hacka och bryn dem tillsammans med hackade grönsaker och selleriblad i matfettet.
2. Tillsätt lite vatten om det behövs.

När all vätska är borta tillsätter du idealmjölet, salt och paprikapulver, rör om och tillsätt vatten. Koka under omrörning då och då.

3. Tillsätt nudlar efter fritt val och koka dem mjukt tillsammans med övriga ingredienser.

Krämig grönsakssoppa

(*Kremna zelenjavna juha*)

Mängd - 4 portioner:

200 g blomkål
200 g broccoli; färsk el. fryst
8 dl vatten
2 st grönsaksbuljongtärningar
Salt & Peppar

Tillvägagång:

1. Skölj blomkålen och dela den i buketter
2. Skölj färsk broccoli och skär bort de grövsta stjälkarna. Tina djupfryst broccoli.
4. Koka upp vatten och buljongtärning i en kastrull. Lägg i grönsakerna och koka dem mjuka på svag värme under lock 8-10 minuter.
5. Finfördela grönsakerna i en mixer el. matberedare med lite av buljongen till mos.
6. Häll tillbaka grönsaksmoset i resten av buljongen. Låt allt koka upp och smaksätt med salt och peppar om det behövs. Servera i varma tallrikar. Strö gärna hackad persilja över.

Grönsakssoppa, klassisk

(*Klasična zelenjavna juha*)

Mängd – 3 portioner:

1 huvud blomkål
2 st morrötter
100 g rotsellerii
1 gul lök
1 purjolök
150 g sockerärter
4 dl mjölk
1,5 l vatten
3 msk grönsaksfond (konc)
el. 2 buljongtärningar
4 msk vetemjöl
1 knippa persilja
Salt & peppar
Ev vitt matbröd

**Tillvägagång:**

1. Ansa rotfrukter och grönsaker. Skär dem (inte sockerärterna) i strimlor.
2. Fräs gul lök på medelhög värme någon minut i en kastrull. Häll på vatten och fond (tärningar). Sänk till medel.åg värme och tillsätt allt grönt utom sockerärterna.
3. Låt sjuda under lock tills de börjat mjukna (5 min). Lägg i sockerärterna.
4. Vispa mjöl med 2 dl mjölk och rör ner i soppan. Sjud ett par minuter. Häll i resten av mjölken.
5. Smaka av med salt och peppar. Garnera med klippt persilja. Serveras varm, gärna bröd till.

Grön sparrissoppa
*(Zelena špargljeva juha)***Mängd - 4 portioner:**

500 g färsk grön sparris
1 schalottenlök el. 1 gul lök
2 msk smör
3 msk vetemjöl
7,5 dl vatten



1/2 tärning hönsbuljong
1/2 tsk salt
3 krm vitpeppar
2,5 dl matlagingsgrädde
150 g kalkonbacon

Tillvägagång:

1. Skär bort det hårdaste på sparrisens nedre ändar. Skär resten i halv centimeterlånga bitar men spara knopparna hela och lägg dem åt sidan.
2. Hacka löken. Smält smör i en kastrull och fräs sparris, samt lök någon minut. Strö på mjölet och rör runt ordentligt. Häll på vatten, buljong, salt och vitpeppar. Låt koka 10 minuter under lock. Rör om då och då.
3. Mixa soppan slät med en stavmixer. Lägg i knopparna ett par minuter i slutet, så att de precis mjuknar. Vispa grädden och klicka ned den försiktigt. Hacka kalkonbaconet i mindre

bitar och stek gyllene i teflonpanna.
4. Garnera soppan med baconet precis före servering.

Sparrissoppa med lufttorkad skinka (pršut) (*Špargljeva juha*)



Mängd:

300 g färsk sparris
8 vit färsk sparris
1 msk vitvinsvinäger
1 dl vispgrädde
1 dl mousserande vin
4 skinka, lufttorkad

Tillvägagång:

1. Förberedelser: Skölj och skiva grönsparrisen fint. Skala och skär den vita sparris i änden.
2. Koka den gröna sparris i så lite vatten som möjligt i 10 min (bara så att det täcker sparris). Tillsätt vinäger och mixa noga i mixer el. matberedare. Sila mixen och pressa ut all väska. Kyl i kylkåp el. frys.
3. Koka den vita sparris i saltat vatten i ca 5 min, kyl av med kallt vatten. Rulla in den i skinkan.
4. Vispa grädden lätt. Rör ner grädden försiktigt i sparrissoppan, behåll lite fulff på toppen. Häll upp i glas. Häll över det mousserande vinet. Lägg det vita sparrisknytet över glaskanten. Servera.

Purjolökssoppa (*Porova juha*)



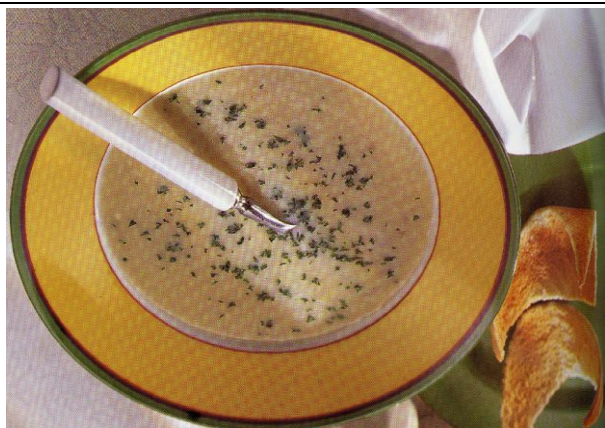
Mängd – 4 portioner:

3 st purjolök
1 gul lök
5 medelstora potatisar
1 dl matlagingsgrädde alt vanlig grädde
2 msk grönsaksfond (koncentr)
1 knippa gräslök
Salt & peppar

Tillvägagång:

1. Skala och finhacka löken.
2. Skär potatisen och den vita-ljusgröna delen av purjolöken i tunna skivor.
3. Fräs purjolök och lök i en stor kastrull på medelhög värme i ca 2 min. Tillsätt hälften av vattnet, fond och potatis. Koka upp och låt sedan sjuda under lock 30-40 minuter på medellåg värme.
4. Ta av kastrullen, tillsätt resterande vatten. Mixa soppan i matberedare el. med mixerstav. Passera soppan i en nätsil.
5. Ställ soppan att kallna i kylskåp 1 timme, (el. fuska med isbitar om tiden är knapp). Häll upp soppan i portioner. Rör ner grädde "slarvigt" så att ett fint mönster bildas.

Purjosoppa med toast *(Porova juha s prepečencem)*



Mängd - 3 portioner:

När grönsaksbuljong el. vatten används.

2 tsk oliv- el. rapsolja 180 g tunt skivad purjolök

180 g tärnad potatis

3 dl buljong (höns/grönsaks/oxbuljong el. vatten)

3 dl lättmjölk

Salt & peppar

2 tsk hackad färsk gräslök el. persilja för garnering

Till toast – 2 skivor vitt bröd med smörgåsmargarin per portionerion

Tillvägagång:

1. Hetta upp matoljan i en kastrull, tillsätt lök och potatis och låt puttra lite utan att bryna

2. Tillsätt 3 msk buljong, lägg på locket och låt grönsakerna bräsa i ca 10 min.

3. Häll på resterande buljong och krydda. Låt sjuda i ca 15 min. tillsätt mjölken och låt sjuda ytterligare 5 min.

4. Flytta över grönsakerna till matberedaren (mixen), mixa tills det fått purékonsistens. Tillsätt vätskan undan för undan.

5. Häll soppan i en skål; före serveringen rör om väl. Strö över gräslök el. persilja.

6. Rosta brödet. Soppan kan serveras både kall och varm.

Purjo- och potatissoppa *(Porova in krompirjeva juha)*



Mängd – ca 3 portioner:

3 medelstora purjolökar

6 medelstora råskalade potatisar

1 1/4 liter tärningsbuljong

1 dl vispgrädde

Rikligt med gräslök

Salt & vit el. svartpeppar

Tillvägagång:

1. Skölj och strimla purjon smått, lägg den sedan i en kastrull tillsammans med tunt skivad potatis. Slå över hälften av buljongen.

2. Koka soppan under lock i 30-40 minuter. Vispa soppan med en kraftig visp.

3. Späd sedan med resten av buljongen och låt soppan koka upp på nytt. Rör ner grädden och smaka av med salt och peppar. Garnera med gräslök.

Kall gurksoppa (Hladna kumarčna juha)



Mängd – 2 portioner:

2 st färsk gurka
1 purjolök
2 dl yoghurt
3 msk koncetr grönsaksfond el.
buljongtärning
7 dl vatten
Svartpeppar (nymald)
Persilja el. korvel
Pepparrotsgrädde: 1 ½ dl grädde
1 msk pepparrot (nyriven)

Tillvägagång:

1. Skär gurkan i bitar men spara en bit till garnering. Skala och grovhacka (purjo)löken. Koka upp vattnet i en kastrull.
2. Mixa gurka och lök i matberedare el. med mixer. Häll mixen i kastrullen. Tillsätt fond, yoghurt och kryddor. Sänk till medellåg värme och låt koka i några minuter.
3. Låt svalna i vattenbad och sätt sedan i kylskåp, gärna portions uppdelat, i minst 30 minuter. För att skynda på kan några isbitar hjälpa till.
4. Skär upp resten av gurkan till dekoration. Vispa grädde, riv pepparrot och blanda i.

Bönsoppa (Fižoliva juha)

Mängd - för ca 2 portioner:

100 g rökt skinka
1 liten gul lök
2 selleristjälkar
Lite matfett
5 dl buljong (vatten + tärning)
1/2 tsk malen spiskummin
1/2 tsk Chili
1 burk blandade bönor i salt el.
förkokta bönor
Tomatsås



hackad persilja

Tillvägagång:

1. Tärna skinkan. Skala och hacka löken. Ansa och strimla sellerin.
2. Fräs löken i lite matfett tills den är mjuk och glansig. Tillsätt skinka och selleri, och låt allt fräsa samman.
3. Tillsätt buljong, spiskummin och chilipulver. Låt soppan koka upp och sedan koka några minuter. Tillsätt bönorna och låt soppan bli genomvarm. Smaka av med salt. Strö över rikligt med hackad persilja strax före serveringen.

En mycket lättlagad soppa med rökt skinka och en burk blandade bönor el. torkade, förkokta bönor.

Örtsoppa med potatis (Juha začinka s krompirjem)



Mängd - för ca 4 portioner:

6 små färska potatisar
1 gul lök
1 purjolök
1 msk olja
1 l grönsaksbuljong (tärning)
2 dl creme fraiche med örter
1 kruk basilika
1/2 tsk salt
1 krm vitpeppar

Tillvägagång:

1. Finhacka den skalade löken. Strimla den ansade purjolöken och borsta potatisarna. Dela dem i ca 4 bitar.
2. Fräs lök, purjolök och potatis i lite olja. Häll i buljongen och sjud soppa ca 10 minuter med lock.
3. Rör i creme fraiche och låt soppan koka upp. Smaksätt med salt och peppar och lägg i hackad basilika

Rotfruktssoppa (Gomoljčna juha)

Mängd - för ca 2 portioner:

400 g rotfrukter, t ex potatis, morot, kronärtskocka
5 dl grönsaksbuljong
1/2 tsk timjan
1/2 tsk basilika
1/2 dl minifraiche

Hackad persilja

Tillbehör:

2 skivor parmaskinka

Ugn: 250° grill

Tillvägagång:

1. Skala rotfrukterna och skär dem i mindre bitar. Lägg dem i en kastrull tillsammans med buljong. Koka dem mjuka.
2. Häll grönsaker och spad i en mixer el. matberedare och mixa till en slät soppa. Häll tillbaka soppan i kastrullen.
3. Tillsätt timjan, basilika och



minifraiche. Låt det koka upp på nytt och smaka av.

4. Lägg parmaskinkan på bakplåtspapper och rosta den spröd i ugnen under grillen. Strö rikligt med hackad persilja över soppan och garnera med parmaskinkan. Ät gärna bröd till.

Nässelsoppa (Juha s koprivami)

Mängd - för ca 4 portioner:

2 liter små nässlor
1 1/4 liter vatten
2 grönsaksbuljongtärningar
2 msk smör el. margarin
3 msk vetemjöl
Tillbehör:

kokta ägghalvor
rädisor
gräslök

Tillvägagång:

1. Skölj nässlorna väl i rikligt med kallt vatten. Repa bladen från de grova stjälkarna.
2. Lägg nässlorna i en kastull med



vattnet. Låt det koka ca 15 minuter. Låt nässlorna svalna.

3. Ta upp nässlorna och krama ur vattnet. Hacka nässlorna med en kniv.
4. Smält matfettet i en kastrull. Lägg i nässlorna och låt dem fräsa med i någon minut. Strö över mjölet och rör om.
5. Späd med nässelvattnet och tillsätt buljongtärningarna. Låt soppan koka på svag värme 4-5 minuter. Smaka av med salt och peppar. Bjud ägghalvor, skivade rädisor och gräslök till soppan.

God soppa (*Dobra juha*)

Mängd – 3 portioner

- 1 liter vatten
- 2 hönsbuljongtärningar
- 4 stora morötter
- 2 stora potatisar
- 1 stor gul lök
- 2 tjocka skivor kålrot
- 1 knippe persilja

Salt & svartpeppar

Tillvägagång:

1. Koka upp vattnet i en rymlig kastrull. Lös upp buljongtärningarna i vattnet.
2. Riv morot, potatis, lök och kålrot på matberedarens rivskiva el. för hand med rivjärn. Hacka persiljan. Lägg rivet och persiljan i vattnet och låt koka i ca 5 minuter. Stäng av plattan och låt efterkoka i 5-10 minuter. Smaka av med lite salt och svartpeppar.
3. Servera med grovt bröd el. knäckebröd och gärna en klick crème fraiche.

Soppa, smakrik **(*Juha s polnim okusom*)**



Mängd - till 2 portioner:

- 2 salladslökar
- 1 vitlöksklyfta
- 2 tomater
- 1 zucchini ca 200 g
- 5 dl buljong (tärning+vatten)
- 1 tsk balsamvinäger
- 1/2 tsk oregano
- 70 g nudlar el. spaghetti
- 50 g salami
- Salt & peppar

Tillvägagång:

1. Ansa salladslökarna och skär dem i ca 1 cm stora bitar. Skålla, skala och tärna tomaterna. Ansa och tärna zucchini.
2. Fräs salladslökarna i en kastrull i lite matfett tillsammans med pressad vitlök. Tillsätt zucchini och tomathack och låt allt fräsa med i några minuter.
3. Späd med buljongen och rör ner balsamvinäger och oregano. Låt soppan puttra ca 5 minuter.
4. Lägg i nudlar el bryt spaghetten i mindre bitar, lägg ner den i kastrullen och låt soppan koka i ytterligare ca 5-6 minuter.
5. Tärna salamin och rör ner den i soppan. Låt allt bli genomvarmt. Smaka av med salt och peppar. Servera bröd till.

Vegetarisk soppa **(Vegetarisk juha)**

Mängd – 2 portioner:

- 3 morötter
- 5 medelstora potatisar
- 2 palsternackor
- 2 gula lökar
- 2 vitlöksklyftor
- ½ liter grönsaksbuljong
- Salt & vitpeppar
- 2 msk curry
- 1 dl olja

Tillvägagång:

1. Riv morötterna + 2 potatis samt 1 palsternacka. Tärna 3 potatis + 1 palsternacka. Finhacka löken.
2. Fräs löken, därefter rotfrukterna rör om ca 1-2 minuter. Häll på buljongen & pressa i vitlöken, rör om tills det ser

blandat ut.

3. Låt puttra på låg värme i 20 minuter el. tills önskad konsistens uppnås. Smaka av med salt & vitpeppar.

Minestrone-soppa **(Mineštroni juha)**



Mängd - 3 portioner:

- 2 tsk oliv- el. rapsolja
- 1 hackad lök
- ½ urkärnad, grovhackad paprika (grön)
- 50 g finskuren kålrot
- 60 g stjälkselleri (ej obl)
- 9 dl grönsaksbuljong
- 45 g små makaroner el. annan pasta
- 1 msk tomatpuré
- ½ torkad oregano/timjan/mejram
- 1 stor tomat, skalad och hackad
- Ca 100 g vita el. röda bönor, kokta
- 1 msk riven ost (parmesan), salt och peppar

Tips: Du kan även tillsätta 300 g kött/fläsk i bitar, men det går bra utan.

1. Använd en stor tjockbottnad kastrull, hetta upp oljan och tillsätt löken
2. Tillsätt 4 msk buljong, sätt på locket och sänk värmen. Använder du kött/fläsk, låt detta bräseras i ca 20 minuter. Tillsätt sedan grönsakerna och låt bräsera i ytterligare 15 min. Ta av locket och tillsätt resten av buljongen.
3. Låt koka upp igen och låt soppan sjuda i 10 min. Tillsätt makaroner el. pasta, tomatpuré, kryddor och tomat. Låt sjuda i ytterligare 5 min. Rör emellanåt.
4. Blanda ner bönorna och sjud 5 min till. Servera och strö över ost/parmesan. Minestrone-soppa kan serveras som huvudrätt, den blir extra god att servera med varmt bröd.

Krämig morotssoppa *(Kremna korenčkova juha)*

Mängd - 4 portioner:

3 dl grovt skalade morötter
2 sharlottenlökar
1 liter grönsaksbuljong
1 dl vispgrädde
1 burk creme fraiche
1 burk creme fraiche med örter

Tillvägagång:

1. Bryn morot och hackad lök hastigt. Mixa tillsammans med grädden till en slät röra. Blanda i creme fraiche tillsammans med buljongen. Låt sjuda på svag värme i ca 5 min.
2. Servera soppan med ört-creme fraiche och ett gott bröd till.

Champinjonsoppa *(Šampinjonova juha)*

Mängd - för ca 6 portioner:

400 g färska champinjoner
1 gul lök
2 msk margarin
1 tsk curry
10 dl vatten
4 msk kycklingfond
2 dl creme fraiche
3 msk portionervin
Salt & peppar

Tillbehör:

150 g champinjoner
150 g bacon
3 skivor vitt formbröd

Tillvägagång:

1. Ansa svampen och skiva den. Skala och finhacka löken.
2. Fräs lök och svamp i matfett och curry tills löken är mjuk och glansig.
3. Tillsätt vatten och kycklingfond. Låt allt puttra ca 10 minuter. Tillsätt creme fraiche och låt soppan puttra ytterligare ca 5 minuter.
4. Häll soppan i en mixer el. matberedare och kör den till en slät soppa.
5. Häll tillbaka soppan i kastrullen och låt den koka upp på nytt. Smaka av med portionervin, salt och peppar.
6. Ansa och skiva svampen, strimla baconet och skär brödet i tärningar. Knaperstek bacon och bröd tillsammans med svampen.
7. Låt bacon, svamp och bröd rinna av på hushållspapper.
8. Häll upp soppan i varma tallrikar och strö bacon, bröd och

svamp över el. bjud det som tillhör till soppan.

Champinjonsoppa II (Šampinjonova juha)



Mängd - 6 portioner:

3 dl vispgrädde
300 g färska champinjoner, skivor
7 dl vatten och

mjolk, 50-50
4 hårdkokta ägg
2 lökar, gula, finhackade
2 buljongtärningar
2 tsk orientalisk Curry
1 knippe persilja
Svartpeppar

Tillvägagång:

1. Fräs löken och svampen i en gryta tillsammans med curryn. Häll på grädden och den övriga vätskan. Lägg i buljongtärningarna. Låt koka på svag värme i 10 minuter.
2. När soppan är klar, klipp i persiljan och lägg i de skalade hårdkokta äggen. Servera med rostat bröd och vitlökssmör.

Soppa med skednudlar (Juha z zdrogovimi žličniki)

Mängd – 6 portioner:

Soppa:

2 l vatten

½ kg kött el. fläsk

½ gul lök

Persilja

Palsternacka

Morot
1 tomat
Salt



Tillvägagång:

1. Lägg ½ kg kött el. fläsk i 2 l kallt vatten. När soppan börjar koka, tillsätt saltet. Låt köttet kokas till en mjuk konsistens ca 1 tim.

2. Tillsätt grönsakerna och koka ytterligare 20 min. Den färdiga soppan kan sparas till nästa dag.

Skednudlar:

40 g margarin

1 ägg

80 g idealmjöl

Persilja

Tillvägagång:

1. Smält margarinen och mixa den krämig. Tillsätt ägget och mixa, häll i idealmjölet och hackad persilja, blanda. Låt vila 10 min.

2. Koka upp soppan.

3. Doppa en sked i vatten, ta upp ca halv sked av blandning och lägg försiktigt ner en efter en i den kokande soppan. Låt soppan med skednudlarna sjuda sakta i ca 15 min.

Krämig bönsoppa (Kremna fižolova juha)

Mängd – 6 portioner:

250 g bruna el. vita bönor

60 g grönsaker (morot, selleri)

Lagerblad

1 tsk citronskal

3 klyftor vitlök

Mejram

Salt
3 msk gräddfil
1 tsk vetemjöl
1,5 l vatten
2 msk olja
1 lök

Tillvägagång:

1. Skölj och lägg i blöt bönorna. Låt bönorna snabbt koka upp i en stor gryta, häll ut vattnet och fyll på med nytt. Koka upp. För att förbättra smaken tillsätt ett lagerblad och citronskal.
2. Tillsätt de uppskurna grönsakerna en i taget och låt koka i 1½ - 2 tim. Fräs löken, häll den tillsammans med övriga ingredienser i den kokande bönsoipan. Salta. När bönorna är färdigkokta mosa dem el. kör i mixern tillsammans med grönsakerna. Tillsätt redningen av gräddfilen och mjölet.
3. Låt koka upp. Spetsa till med 1 msk citronsaft el. äppelvinäger.

Kålsoppa (*Zeljna juha*)

Mängd – 6 portioner:

½ kg kålhuvud
Salt
Malen kummin
½ kg potatis
2 msk olja
1 gul lök
4 klyftor vitlök
1 tomat el. 2 msk tomatpuré
Presilja
Sky från steken

Tillvägagång:

1. Skär det ansade kålhuvudet i drygt 1 cm stora rutor, koka i salt vatten tillsammans med malen kummin.

2. Koka skalade och saltade potatishalvor separat i 25 min. Fräs löken gulbrun i en panna med olja.

3. Häll bort vattnet från den kokta potatisen och mosa den. Häll den frästa löken över mosen, tillsätt potatisvattnet och den kokta kålen.

4. Blanda. Krydda soppan med krossad vitlök, salt och 2 msk tomatpuré. Koka kålsoppan lite till.

5. Strö över hackad persilja före serveringen. Servera med osötat bröd.

Tips: kålsoppan kan berikas med kokta köttbitar och morötter, då kan den serveras som huvudrätt.

Soppa med brytbönor
(*Juha iz stročjega fižola*)

Mängd:

2 msk olja
1 lök
1 msk mjöl
1 kg brytbönor
2 morötter
Salt
Timjan
1 tomat
Lagerblad
2 msk vin
Persilja
Stekspad
1 vitlöksklyfta

Tillvägagång:

1. Skär brytbönor i lagom stora bitar. Bryn löken, tillsätt mjölet,

rör om. Blanda samman och bräsera kort.

2. Tillsätt 1½ l varmt vatten. Rör om väl och tillsätt tärnade morötter, salt, timjan, lagerblad och 1 hel tomat.

3. Koka soppan i 30 min. Förbättra smaken med att tillsätta stekspad och 1 krossad vitlöksklyfta. Tillsätt 1 msk ättika och hackad persilja före serveringen.

Köttssoppa med grönsaker *(Ragu juha)*



Mängd – 6 portioner:

300 g nöt- el. kycklingkött
100 g grönsaker – morötter, gröna ärtor, selleri, persilja
1,5 l vatten
1 skiva citron
Lagerblad
Salt
2 msk ätiksprit el. vin
Hackad persilja

Tillvägagång:

1. Använd helst vitt kött. Skär köttet i lagom stora bitar och lägg dem i en gryta med kokande vatten. Ansa och tärna grönsakerna och tillsätt köttet.
2. Tillsätt alla kryddor, även citron el. 1 msk ätiksprit, så att köttet förblir fast. Låt koka ca 20 min.
3. Tillsätt ätiksprit och hackad persilja

strax före serveringen. Tillsätt nudlar el. makaroner, låt koka.

Grönsakssoppa *(Zelenjavna juha)*



Mängd.

1 ½ l buljong el. vatten
2 msk olja
1 lök
300 g grönsaker (kålblad, blomkål, morötter, bönor)
1 tomat el. 2 msk tomatpuré
1 msk mjöl
Salt
Lagerblad
Persilja
Redning

Tillvägagång:

1. Ansa och skär grönsakerna. Koka grönsakerna i en stor gryta med vatten el. buljong.
2. Buljong: fräs lite lök i en gryta, strö över 1 msk mjöl, 1 skalad (krossad) tomat el. tomatpuré, salt och lagerblad, tillsätt vatten och använd den till att koka grönsakerna i.
3. Häll i grönsakerna i ca 10-15 min. Tillsätt valfri pasta, 1 msk vinäger el. vin och strö över hackad persilja före serveringen. Smaksätt gärna soppan med 2 msk stekspad.

Blomkålsoppa med nudlar

(Cvetačna juha z zakuho)



Mängd – 6 portioner:

250 g blomkål
1 morot
50 g smör
½ lök
1 tsk mjöl
1 lagerblad
Timjan
Hackad persilja
1½ l vatten

Tillvägagång:

1. Ansa grönsakerna, dela blomkålen i mindre bitar och moroten i tärningar.
2. Fräs löken, tillsätt mjölet, de tärnade moroterna, blomkål samt rör ihop i vatten. Salta, tillsätt lagerblad, timjan och 1 citronskiva. Sätt på locket och bräsa 12 min.
3. Tillsätt nudlar, omelettfritater el. tunna spagetti. Strö över gräslök före serveringen.

Vitsoppa med potatis

(Smetanova juha)

Mängd – 4 portioner:

3-4 stora potatisar
Ca 1 l vatten
2 tsk salt
1 tsk timjan
1½ dl gräddfil el. kräm fraiche

Tillvägagång:

1. Skala och tärna fyra stora potatisar. Lägg dem i en kastrull med ca 1 l vatten. Salta. Koka potatisen i ca 20 min.
2. Gör en redning med 1½ dl gräddfil, 1 dl vatten och 1 msk mjöl. Blanda, häll i vattnet under omrörning.
3. Tillsätt salt och 1 tsk timjan. Koka 5 min. Servera med osötat



bröd.

Kesobullar i gräddfilsoppa

(Skutini štruklji v juhi)

Barns favorit: vår mormor har skämt bort oss med olika matspecialiteter, dock var kesostruklji allas favoriträtt.

Mängd – 6 portioner:

Filodeg: ½ kg vetemjöl
1 tsk salt



3 msk
matolja
1 ägg
Varmt
vatten till
behov

Tillvägagång:

Du ska dagen innan ha förberett med filmjolk som har runnit av.

Detta gör du genom att hälla filmjölken i en ren och hel kökshandduk. Detta kan stå och rinna av under natten. Det finns även att köpa färdig keso och gräddfil, blanda med 1 ägg.



1. Knåda samman ingredienserna ovan. Låt stå i en ½ timme, kavla sedan ut till en tunn deg. Det är till stor hjälp om du kan kavla degen på en stor bakhandduk.
2. Under tiden som degen står och drar blandar du samman ingredienserna nedan:
Avrunna filmjölken (från 2 liter filmjolk)
Alternativ - 250 g keso
2 dl filmjolk
1 ägg
1 tsk salt
3. Rör ihop samtliga ingredienser. Bred ut det över den utkavlade, tunna och rektangulära degen. Rulla ihop degen till en kompakt rulle. Har du kavlat på en handduk, är det bara att lyfta på denna handduk så rullar degen ihop sig fint.
4. Skär degen i ca 7-8 cm tjocka bitar och lägg ner dem försiktigt i det kokande vattnet, ca 2 liter.
5. Låt det koka sakta i ungefär 20 minuter. Rör under tiden som struklji kokar samman: 3 dl gräddfil och 1½ msk mjöl.

6. Rör ihop och häll försiktigt ner denna blandning i det kokande vattnet under omrörning
7. Avslutningsvis klickar du i 1-2 msk smör i grytan.

Tips: Kesodegbullar - Štruklji är goda som huvudrätt el. förrätt.

Nudlar och tillbehör till soppor och grytor (Zakuhe in prikuhe)



1 Tunna spagetti (rezanci)



2 Rivna nudlar (Ribana kaša)



Guldkulor (Zlate kroglice)

3

Persiljenjockar – kroppkakor till soppor (*Peteršiljevi njoki*)



Ingredienser

Filodeg (recept på s 187):

300 g mjöl
½ msk salt
1 msk olja
1 ägg
Ljummet vatten

Fyllning:

1 ägg
1 tsk salt
1 msk olja
2 msk ströbröd
80 g ost
½ hackad persilja

Tillvägagång:

1. Gör filodeg. Se grundreceptet på s 187. Förbered fyllningen strax innan degen ska kavlas.
2. Vispa äggvitorna hårt. Tillsätt äggulorna och oljan, smörj över hela degen. Strö över hackad persilja och ströbrödet samt riven ost.
3. Rulla degen i ca 2 cm tjocka rullader och skär dem ca 1½ cm långa bitar.
4. Koka upp soppan och lägg in persiljenjockarna en efter en. Sätt på locket och koka sakta i 12 min. Ta upp njockarna och droppa av i ett durkslag, dem som du vill använda som tillägg.

Tips: Persiljenjockarna kan även serveras som tillägg till köträtter. Koka dem i saltvatten i så fall. Fyllningen kan också bestå av keso, blandad med gräddfil el. hälften keso, hälften persilja. Ev överblivna persiljenjocker (kroppkakor) kan frysas.

Ostbullar i soppan

(*Parmezanovi žličniki v juhi*)

Ingredienser

50 g margarin
2 ägg
2 msk ströbröd
2 msk mjöl
3 msk riven ost
Hackad persilja



Tillvägagång:

1. Ta fram en skål och mixa margarinen. Tillsätt äggulorna en i taget. Blanda lätt.
2. Vispa båda äggvitorna hårt. Tillsätt övriga ingredienser, salta och rör ner äggulorna.
3. Blanda för hand, inte för länge så att blandningen inte hårdnar. Låt blandningen vila i 15 min.
4. Koka upp soppan (grönsaks el. köttsoffa). 1 halv msk av blandningen i taget läggs

försiktigt ner i soppan. Sätt på locket och låt sjuda i 10 min.

Tips: Om blandningen känns lös tillsätt lite ströbröd och blanda.

Brödbullar - Cmocker *(Kruhovi cmocki)*

Ingredienser

250 g gammalt, osötat bröd,
2 dl mjölk,
ca 30 g smör el. margarin,
1 ägg,
20 g lök,
60 g mjöl,
60 g skinka el. annat rökt, kokt kött,
Salt & peppar samt lite grön persilja.

Tillvägagång:

1. Skär brödet i små bitar, häll över mjölken och låt stå och dra i 15 min.
2. Tillsätt brynt lök, hackad persilja, salt, peppar, ett ägg, mjöl och hackad skinka (el. rökt kött).
3. Blanda allting till en mjuk deg och låt den stå i 10 minuter.
4. Av massan formar du sedan två till tre bullar/person och kokar dessa i soppan. Låt dessa koka sakta, brödbullars - cmockers koktid beror på deras storlek.
5. Till slut tillsätter du lite hackad persilja. Servera soppan varm.

Rivna nudlar/Spagettideg *(Ribana kašica/Rezančno testo)*

Igredienser

Till de flesta recepten är den angivna mjöl- och vattenmängden ungefärlig. Olika sorters mjöl suger upp olika

mycket vatten och annan vätska, beroende på mjölets egenskaper och luftfuktigheten. Till spagettideg för 4 portioner soppa, behöver du ca 2,5 dl vetemjöl, ett ägg, några msk vatten (el. efter behov).

Tillvägagång:

1. Blanda mjöl och ägg. Tillsätt lite vatten och knåda dessa i några minuter tills du får en fast deg.
2. Ta fram rivjärnet och riv degen på den sidan med största hål av rivjärnet, låt nudlarna falla på en lätt mjölad duk.
3. Lägg sedan nudlarna i den kokande soppan under ca 15 min.
4. Rör om i början av koktiden så att nudlarna inte klibbar fast.

Häll-i-nudlar (Vlivanci)

Ingredienser

1 ägg
4 msk vetemjöl
Salt & peppar
Vatten till soppan

Tillvägagång:

1. Vispa ägget och tillsätt mjöl och salt.
2. Häll massan sakta, genom en gaffel direkt i det kokande vattnet/soppan. Koka i 5 min.

Kokta kesorullar *(Kuhani sirovi štruklji)*

Deg: Filodeg (*Vlečeno testo*):

250 g mjöl
 Lite vätska
 1 tsk salt
 1 msk olja
 1 ägg
 Ljummet vatten el. mjölk
Fyllning (Nadev):
 900 g keso
 2 ägg
 Salt
 2 skivor bröd
 Gräddfil
 80 g hackade valnötter (ej obl)
Dressing (Zabela):
 Smör
 Ströbröd



Strösocker

Tillvägagång:

1. Ta fram en skål, häll i mjölet, tillsätt ägg, salt, olja och ljummet vatten el. mjölk, lite i taget. Knåda för hand och arbeta fram en smidig deg. Tillsätt tillräckligt med vätska så att degen inte blir för hård.
2. Lägg degen i en tillsluten skål och låt vila i ca 30 min.
3. *Fyllning:* om man vill dryga ut keson tillsätt lite smulat bröd, brödet suger upp fuktighet från keson. Fyllningen bör inte vara för fuktig. Tillsätt gräddfilen efter behov för att få en lagom fast fyllning.
4. Mjöla ett bakkbord, häll degen ur

skålen på bakkbordet. Kavla ut två tunna avlånga halvor. Smörj den tunna degen med fyllningen.
Tips: strö över hackade valnötter om du vill.

5. Rulla halvorna så hård att det räcker till två rullar, först med händerna och sedan med bakduken. Dela rullarna i flera bitar, strö lite ströbröd på fuktiga tygdukar, linda bitarna i dukar och knyt dem lätt. Bind en tråd i dukens båda ändar.

6. Koka upp en stor gryta vatten. Lägg i de lindade rullarna och



koka ca 30 min. Ta upp rullarna, droppa av dem, knyt upp tråden och ta bort dukarna.

7. Lägg rullarna på ett fat. Bryn lite smör i en panna och tillsätt ströbrödet. Häll över de kokta rullarna. Servera en sallad till.

Ett annat alternativ är att strö florsocker över rullarna, servera dem i så fall med fruktkompott.

Tips: Det går bra att förbereda kesorullarna en dag i förväg och koka dem strax före serveringen. De går också bra att frysa. I stället för tygdukar kan man linda rullarna i folie under kokning.

Njocker med broccoli **(Njoki z brokolijem)**



Potatisnjocker (Njoki)

Mängd:

350 g potatis
Salt
50 g smör
2 ägg
250 g keso
200 g mjöl
2 msk idealmjöl

Tillvägagång:

1. Skala potatisen, skär den i bitar, salta och koka ca 20 min. Droppa av den kokta potatisen, mosa och tillsätt smöret. Låt svalna något. Tillsätt ägg och knåda för hand till potatismos. Tillsätt keso och blanda. Tillsätt mjölet och idealmjölet och blanda för hand.
2. Häll vatten i en kastrull, salta och koka upp.
3. Lägg potatismos på ett mjölat bakbord. Ta en bit i taget, rulla ut degen/mosen till fingertjocka längder. Skär dem i ca 2 cm långa njocker och lägg dem i kokande vatten en efter en. Koka njocker i 5 min under locket.
4. Ta upp njockerna med en hålslev, låt droppa av i ett durkslag.
5. Bryn lite smör i pannen och tillsätt ströbrödet. Lägg de färdigkokta njocker i pannen med ströbrödet.

Vänd. Fortsätt med resten av njockerna på samma sätt.
Servera njockerna varma med kött, sås, sallad el. till gulaschen.

Polenta av majs- el. vetegryn (Polenta, koruzna ali pšenična)

Mängd:

½ l vete- el. majsgryn
1 l kokhett saltat vatten
50 g margarin el. olja
Fettgrevar (ocvirki) el. bacon

Tillvägagång:

1. Lägg margarinet el. oljan i det kokande salta vattnet. Strö i majs- el. vetegryn under omrörning och rör om under hela koktiden, ca 15 min.
2. Skär den färdiga polentan i mindre bitar.
3. Värm fettgrevarna el. stek bacontärningarna i en panna och håll över polenta. **Smakar gott.**

Fylld polenta (Nadevana polenta)

Mängd:

6 dl mjölk blandad med vatten
2½ dl majs polenta

Kesofyllning I:

½ kg keso
1 tsk salt
1 msk gräddfil
1-2 ägg
2 msk socker
Citronsaft

Kesofyllning II:

200 g keso

1 tsk salt
1 msk gräddfil
Lite strösocker
Citronsaft
Äppelfyllning:
700 g rensade äpplen
1-2 msk strösocker
Kanel
1 msk frukt- el. citronsaft
2 msk gräddfil

Tillvägagång.
Smula den kokta polenta och fördela den jämnt i ett ugnsäkert fat. Om konsistensen är hård blanda med lite mjölk och vatten.
Häll en el. två av fyllningarna ovan över polentan.
Ställ in formen i mitten av ugnen.
Grädda vid 200° i 30 min tills den har fått lätt brun färg.
Gott som mellanmål el. efterrätt.

Potatispepparrot *(Krompirjev hren)*

Mängd:
800 g potatis
4 msk olja
Salt
Pepparrot
1 msk ättikspirt

Tillvägagång:
Skala potatisen, dela den, salta och koka i lite vatten.
Häll bort vätskan från den kokta potatisen. Mosa potatisen i en skål, tillsätt lite potatisvatten, riven pepparrot och ättikspirt. Blanda (mixa) till en krämig konsistens. Servera fortast möjligt. Potatispepparrot passar

till olika korvrätter, till kokt nötkött, till stekt korv.

Tips: I stället för pepparroten kan man använda hackade ättikgurkor med potatismos. Passar som tillbehör till kötträtter.

Pepparrot med gräddfil *(Hren v smetanovi omaki)*



Mängd – 2 dl:
1 dl riven pepparrot
½ dl yohurt
½ dl gräddfil
½ tsk salt

Tillvägagång:
Proportionerionerna av ingredienser beror på hur stark el. mild man vill ha pepparroten.
1. Riv pepparroten.
2. Tillsätt yogurt, salt och gräddfil el. bara 1 dl gräddfill. Blanda väl.
3. Tillslut och servera till kötträtter. Kan sparas i 10 dagar.

Pepparrot med äpple *(Jabolčni hren)*

Mängd:
1 msk ättika

1 äpple
1 tsk socker
½ tsk salt
Riven pepparrot



Tillvägagång:

!. Ingrediensers proportioner beror på hur stark el. mild man vill ha pepparrot. Riv pepparrot, tillsätt ättika, socker och ett skalat, rivet äpple. Blanda. Tillslut. Bör användas samma dag.

Kesostrimlor

(Skutne palčke, krapki)

Mängd:

250 g mjöl
2 tsk bakpulver
1 tsk salt
180 g margarin
250 g keso
1 ägg

Till strössel: sesam, malen kummin, finhackade valnötter

Tillvägagång:

1. Sila mjölet, tillsätt bakpulver och blanda. Tillsätt margarin och knåda för hand.

2. Tillsätt keso, saltet och ägget och blanda för hand. Låt vila i 30 min.

3. Mjöla ett bakbord och kavla ut degen en halv cm tjock. Pensla med ett uppvispat ägg, strö över sesam, salt och valnötter.

4. Skär degen i ca 1 cm breda strimlor el. små runda kakor. Pensla och lägg dem på en bakplåt. Grädda mitt i ugnen i 15 min vid 200° el. tills strimlorna har fått en gul färg. Servera varmt el. kallt som förrätt el. efterrätt.

Potatissnitslar

(Krompirjevi zrezki)

Mängd 4 portioner:

350 g potatis (ca 8 potatisar)
2 ägg
2 msk gräddfil
4 msk mjöl
Salt & peppar
1 stor gul lök, riven och brynt
4 msk matfett till stekning

Tillvägagång:

1. Riv de skalade råpotatisarna och låt dem stå lite.

2. Vispa ägg och blanda ner samtliga ingredienser i en annan skål, tillsätt brynt lök och riven potatis. Blanda väl.

3. Värm några msk matfett. Lägg i potatisblandningen med en matsked en efter en. Låt potatissnitslarna stekas ljusbruna. Vänd och stek lite till.

4. Ta upp de färdigstekta snitslarna och låt rinna av på ett

fat. Servera potatissnitslarna varma till en grönsallad.

Bräserad potatis (*Dušen krompir*)



Mängd – 4-6 portioner:

800 g potatis

3 msk matfett

Salt

1 lök

Ev paprika, vitlök, persilja, morot

Tillvägagång:

1. Skala potatisen, skär den i tunna skivor, skölj.

2. Värm matfettet i en panna, tillsätt potatisen, salta och lägg på locket. Blanda genom att skaka pannen i handtaget.

3. Skala och skär löken i tunna skivor. Lägg löken på potatisen för att förbättra smaken. Låt potatisen och löken brynas tillsammans i ca 20 min. Serveras varm till kött och/el. sallad.

Kesockmocker (*Skutini cmoki*)

Mängd – 4-6 portioner:

200 g vitt bröd

250 g keso

3 ägg

2 msk mjöl

1 tsk hackad persilja

Salt

3 l vatten, kokande

Dressing (*Zabela*): 3 msk

matfett, t ex smör

1½ msk ströbröd

Tillvägagång:

1. Skär brödet i små bitar, strö över persilja.

2. Blanda och mosa keso för att få bort klumparna.

3. Vispa ägg, tillsätt keso och salt. Blanda. Tillsätt det skurna brödet, blanda tillsammans med mjölet. Släta till massan lätt och låt vila i 20 min.

4. Koka upp ca 3 l vatten i en stor gryta. Salta.

5. Forma ca 3 cm i diam stora bitar cmocker och lägg dem en i taget i det kokande vattnet. Låt koka 10 min.

6. Ta upp cmocker från vattnet och lägg dem på en flat tallrik.

7. Tillred dressingen genom att värma matfettet el. smöret i en panna och tillsätt sedan ströbrödet. Låt fräsa tills ströbrödet har fått en guldbrun färg. Häll dressingen över de kokta cmockerna. Servera till olika köträtter el. med en sås och/el. till en sallad.

Omelettfratater

(*Omletni rezanci – fritati*)

Mängd:

2 dl mjölk

1 ägg

Salt

5 msk mjöl

5 msk vatten
1 tsk strösocker
Några msk mineralvatten el. öl

Tillvägagång:

1. Blanda ihop ingredienserna till omelettdeg och stek tunna omeletter.
2. När omeletterna har kalnat, strimla dem i tunna strimlor. Servera genast som tillbehör till en varm soppa/buljong med hackad persilja i.

Tips: Omelettstrimlorna kan även torkas – strö dem med gaffel i en torr panna och torka i en uppvärmd ugn. Spara till ett senare tillfälle. De torkade omelettstrimlorna kallas **fritater**.

Söt vitkål med potatismos
(Sladko zelje s pirejem)

Mängd – 6 portioner:

1 kg vitkål
1 msk matfett el. olja
1 msk mjöl
1 lök (ej obl)
1 msk paprikapulver (ej obl)
2 klyftor vitlök
1 tsk kummin
Salt & peppar
1 msk tomatpuré
1 l vatten

Tillvägagång:

1. Hacka löken och vitlöksklyftor och fräs i en panna. Strimla och salta kålen och fräs tillsammans.
2. Sätt på locket och bräsera. Häll i några msk vatten då och då tills kålen blir mjuk. Tillsätt kummin, tomatpuré samt salta och peppra.
3. Servera med potatismos till korv, kyckling, ox- el. fläskstek.

Syrlig soppa (Kisla juha)



Mängd – 4 portioner:

600 g griskött (ev kyckling el. nötkött)
250 g grönsaker
1 klyfta vitlök
1 lök
2 msk paprikapulver
300 g potatis
1½ l vatten
2 msk mjöl
2 msk ättika el. 1 dl vin
Salt & peppar
Lagerblad
Ev gräddfil

Tillvägagång:

1. Dela köttet i mindre bitar. Krydda och lägg i en gryta med vatten. Koka i 1 tim.
2. Ansa och tärna grönsakerna tillsammans med potatisen. Koka dessa tillsammans med köttet.
3. Fräs löken och tillsätt mjölet och paprikapulver. Bräsera. Tillsätt lite kallt vatten, rör om alltsammans i soppan. Låt sjuda i 15 min.
4. Tillsätt ättika el. vin. Smaka av och krydda efter smak.

Tips: Den syrliga soppan serveras oftast efter all festmat och dryck och är väldigt uppfriskande för magen.

GRYTOR, SÅSER och ANNAT



**Enolončnice, omake
in drugo**

Buljongkokt kycklinggryta (*Piščančja enolončnica*)



Mängd - ca 2 portioner:

2-3 kycklingklubbor, 400 g
3 späda morötter
1/2 purjolök
1 bit färsk gurka
Salt & peppar
ca 6-8 dl hönsbuljong
1/2 citron
Ca 50 g färska spenatblad
Tillbehör:
Ca 400g färskpotatis

Tillvägagång:

1. Drag bort skinnet från kycklingklubbarna och dela dem så att du får lår och ben. Skala och finstrimla morötterna. Ansa och strimla purjolöken. Strimla gurkan.
2. Koka upp buljongen och lägg i kycklingen. Låt den småputtra under lock ca 25-30 minuter.
3. Tillsätt purjolök och morötter. Salta och peppra lätt. Låt allt puttra i ytterligare några minuter. Smaka av med lite pressad citronsaft. Tillsätt spenatblad och strimlad gurka. Låt allt puttra i ytterligare några minuter.
4. Ät nykokt färskpotatis till.

Köttgryta (*Mesna enolončnica*)



Mängd - för ca 6 portioner:

1 kg fläskfilé
6 stycken kabanosser
2 hönsbuljongtärningar
3 dl mjölk
5 dl grädde
1 röd paprika
300 g saltgurka
2 tsk mejram
2 tsk mjöl
Salt och svartpeppar

Tillvägagång:

1. Bryn kabanossen och sedan köttet i skivor.
2. Blanda ihop allt utom paprika och gurka. Låt puttra i 10 minuter, blanda i paprika och gurka och puttra några minuter till.
3. Servera med pressad potatis och grönsallad.

Hönsgryta (*Kokošja enolončnica*)

Mängd – 4 portioner:

1 unghöns (1 – 1½ kg)
4 morötter

Purjolök
½ rotsellerii
2 msk smör/matfett
5 dl vatten
Salt & Peppar
½ tsk mejram
250 g ärter (ej obl)
Arbetstid: ca 30 min
Koktid: 1 – 1 ½ tim



Tillvägagång:

1. Skölj, torka och stycka hönsen i mindre bitar (8-10 st).
2. Skala morötterna, ansa och skölj purjolöken. Skär morötter och purjo i skivor. Skala sellerin och skär den i skivor.
3. Bryn hönsbitarna på alla sidor. Lägg grönsakerna i grytan och håll på vatten. Krydda med salt, peppar och mejram.
4. Låt rätten sjuda under lock tills hönsen är mör. Tillsätt ev ärter. Servera direkt ur grytan med bröd el. kokt potatis.

Tips: I stället för höns kan du ta köttbitar, kyckling el. korv. Du kan även byta ut purjolök mot gul lök. Champinjoner smakar också gott till. Om du vill ha mer smak tillsätter du tomatpuré och 2 msk vin. Skyn kan ev. redas med lite vetemjöl och paprikapulver som först rörts ut i lite kallt vatten.

Bräserad oxsvans ***(Dušen goveji rep)***

Mängd – 6 portioner:

1:a dagen:

Arbetstid: Ca 30 min + 15 min

Koktid: 3-3 1/2 tim

Ca 2 kg oxsvans - nötsvans

3 gula lökar

2 stora morötter

1 palsternacka

Ca 300 g rotsellerii

3-4 msk margarin

3 1/2 l vatten

1 1/2 msk salt

1/2 tsk krossad svartpeppar

2 lagerblad

Ev persiljestjälkar

2:a dagen:

Arbetstid: Ca 20 min

Buljongen, 2 1/2-3 l

2 morötter

1 purjolök

3 msk tomatpuré

1 msk soya

2 buljongtärningar

4 msk vetemjöl

Ev 3-4 msk sherry

Tillvägagång ... första dagen:

1. Skär svansen i bitar genom lederna, om det inte redan är gjort. Skala och skär lök och rotfrukter i mindre bitar. Ett tips: Enklaster skalar man rotselleriin om man först skivar den tjockt och sedan skalar varje skiva.
2. Bryn köttbitarna runt om i margarin i omgångar och lägg över dem i en rymlig gryta. Fräs sedan lök och rotsaker och lägg dem i grytan.
3. Häll i vatten och lägg i salt, peppar, lagerblad och ev persilja.

Koka under lock tills köttet lätt lossar från benen, det tar ungefär 3-3 1/2 timmar.

4. Tag upp köttbitarna. Sila buljongen och ställ den kallt. (De urkokta grönsakerna har gjort sitt och sparas inte.)

5. Rensa köttet fritt från ben, fett och brosk och förvara det i kylskåp till nästa dag.



..... andra dagen

1. Tag bort fettkakan som bildats på buljongen under natten. Skala och strimla morötterna. Skölj och skiva purjon. Koka grönsakerna nätt och jämnt mjuka i lite av buljongen.

Lägg först i och koka morötterna ca 10 min, lägg i purjon och koka ca 5 min.

2. Hetta under tiden upp resten av buljongen i en soppgryta tillsammans med tomatpuré, soya och buljongtärningar. Rör ut mjölet i lite vatten till en slät redning och håll den i grytan under omrörning. Koka 4-5 min.

3. Lägg i kött och grönsaker med spad och hetta upp. Smaka av, gärna med lite sherry.

Kålpudding i pannan
(Zeljni puding v loncu)

Mängd – 4 portioner

Färsen: 400 gram mager nötfärs

2 msk kalvfond

1 dl mellanmjölk

1 krm mald kryddpeppar

2 krm salt

1 msk margarin

Kåltäcket:

400 gram vitkål i strimlor

1 msk margarin

2 msk ljus sirap

1 msk kapris

1 tsk hela kumminfrö

1 kg potatis

Tillvägagång:

1. Börja med att koka potatisen.

2. Blanda köttfärs, kalvfond, mjölk, kryddpeppar och salt i en bunke. Låt margarinet bli ljusbrunt i en stekpanna.

3. Platta ut köttfärsen till en tunn kaka i stekpannan. Låt köttfärsen få färg. Vänd med hjälp av ett lock el. en tallrik. Stek köttfärskakan på andra sidan.

4. Fräs under tiden kålen i margarin i en stor stekpanna. Låt kålen få lite färg. Ringla över sirap. Tillsätt kapris och kummin. Salta något.

5. Bred kålblandningen över köttfärsen. Servera med kokt potatis.

Ragu på blandat fläsk *(Ragu z mešanim mesom)*

Mängd – fyra personer:

500 g grishals

1 liten fäsklägg

250 g bogfläsk

500 g sidfläsk (utan ben)

100 g lök

250 g potatis
100 g morötter
4 dl rödvin
5 dl matolja
3 dl buljong (kalv, höns)
5 g vardera: oregano, timjan,
kyndel
½ knippe gräslök
Salt & peppar

Tillvägagång:

1. Putsa alla fläskbitarna fria från fettet och bryn ordentligt i matolja. Tag upp köttbitarna, avlägsna från stekpannan och fräs de finhackade grönsakerna tillsammans med alla kryddorna.
2. lägg tillbaka köttet i stekpannan



och tillsätt buljong, rödvin samt litet vatten. Låt koka upp utan lock och låt stå ca 2 timmar i ugnen.

3. tag upp alla köttbitarna och reducera fonden till önskad konsistens. Smaka av. När köttbitarna har svalnat skär upp dem i likadana skivor.
4. Tournera potatisen och bryn den i en stekpanna. Lägg upp på en djup tallrik och håll såsen över. Lägg upp tillbehören och strö över finhackad gräslök.

Tre sorters tomatsås till 100 gram pasta (1 portionerion)

1) Bas pastasås

(Osnovna paradiznikova omaka)

Mängd:

6 medelstora färska tomater (gärna kvisttomater som smakar litet mer)
1/2 färsk vitlöksklyfta färsk basilika
(ca en halv handfull).

Tillvägagång:

1. Skär tomaterna i mindre bitar, hacka vitlöken och basilikan fint.
2. Värm stekpannan till medelvärme och stek försiktigt (i olivolja) vitlöken och basilikan (spar någon kvist till uppläggnigen).
3. Lägg därefter i tomaterna som får puttra tillsammans med vitlök och basilika i 2-3 minuter. OBS! inte längre för då förstörs vitaminerna. Salta och peppra. Färdigt!

Tips: Man gör såsen samtidigt som pastan kokar och allt blir klart på kort tid. Pastan som kokat i vatten med lite olivolja och salt läggs upp på en tallrik. I mitten håller du upp tomatsåsen. Strö lite basilika över såsen. Det hela ser mycket aptitligt ut och smakar förträffligt.

2) Tomat- och rödlökssås

Mängd:

½-1 vitlöksklyfta
½ rödlök el. gul lök
1/2 handfull färsk basilika
6 medelstora tomater

Tillvägagång:

1. Hacka rödlök , basilika och tomater fint.
2. Börja med att steka rödlöken i olivolja och därefter vitlöken och hälften av basilikan.
3. När löken mjuknat lägg i tomaterna, stek på svag värme i 2-3 minuter och på slutet läggs resten av basilikan ned i pannan.

3) Tomat och blandade grönsaker

Mängd:

- 1 morot
- 1 liten bit selleri
- ½ vitlöksklyfta
- 6 tomater
- 1/2 handfull basilika

Tillvägagång:

1. Skär grönsakerna smått. Lägg först vitlöken i den medelvarma stekpannan med litet olivolja i.
2. Därefter försiktig selleri, morötter samt basilika. Sist tomaterna och allt får puttra 2-3 minuter.
3. Mixa allt med en mixer och lägg därefter i alltsammans i pannan igen för att värmas upp hastigt.
4. Serveras med den färdigkokta pastan.

Tips:

- a) Tag en skorpa el. ett knäckebröd och strö smulorna över pastarätten - gott och aptitligt.
- b) Det är viktigt att tomaterna läggs i sist. Annars får såsen en helt annan smak.
- c) Det är bäst att så mycket som möjligt ska serveras färskt.

d) Det går att frysa såsarna. Häll i så fall upp såsen i små aluminiumformar (sådana man har när man bakar) som portioneringsförpackningar. Frys formarna utan lock först.

e) När allt är fruset sätts en plastfilm över som lock. Skriv datum på plastfilmen. Viktigt att det inte blir någon fukt mellan såsen och locket. Sådant för med sig bakterier.

f) Gör du en större sats och vill spara några dagar (går utmärkt att ha såsen 2-3 dagar i kylan) måste såsen snabbt kylas ned.

g) Tips för att snabbt kyla ned, häll såsen i en kastrull och ställ i ett kallt vattenbad. I vattnet lägger du ned isbitar och en matsked salt. Saltet gör att isen smälter snabbt och allt kyles ned fort. Står en sås i rumstemperatur i 1 tim ökar bakterierna från 10% till 40%.

Makaroner i gambosolasås (Makaroni z omako)

Mängd - för 4 portioner:

- 400 g makaroner
- 200 g gambosolaost
- ½ l gräddfil
- 1 msk smör
- Salt & Peppar

Tillvägagång:

1. Koka makaronerna enl anvisningar på paketet. Smält smöret i en kastrull, tillsätt osten och smält den på låg värme. Tillsätt gräddfil och låt småkoka på svag värme i 10 min. Såsen måste bli krämig, lättflytande. Smaksätt med

salt och peppar. Låt allt vatten rinna av makaroner och blanda med såsen. Låt dra i 5 min. Gott!

Tips: Precis som ingredienserna till soppor kan man även variera med olika ingredienser för nudlar till tomatsåser. Experimentera själv. Det finns också färdiga nudlar att köpa. På Slovenien-semester brukar jag köpa några paket färdiga nudlar el. breda spagetti med mig hem till Sverige.

Pumpor, gratinerade **(Gratinirane bučke)**

Mängd - för 4 personer

4 små pumpor (el. melancani), delar du i halvor och avlägsnar innehålet, salta, droppa några droppar olivolja på halvorna. Låt dra i 5 minuter och förrgrädda sedan under 5 min i ugnen.

Fyllning:

½ kg köttfärs
2 gula lökar
4 klyftor vitlök
Salt & peppar
Lagerblad
Mejram
Persilja
2 ägg
500 g ost

Tillvägagång:

Fräs löken och tillsätt kryddorna. Låt sedan massan kallna något, tillsätt persilja och ägg samt blanda väl. Fyll pumphalvorna med massan, riv osten ovanpå och gratinera i ugnen. Gott!

Mustig gryta (Enolončnica)

Mängd:

Gul lök
Krossad tomat
Paprika
Majs
Anannas
Kött/Fläsk/Kyckling

Tips: Detta är ett recept där ingredienserna varierar. Man tar vad man tycker är lagom. Det mesta finns på burk så det går snabbt att göra den i fall man får oväntat besök.

Tillvägagång:

1. Börja med att skala och hacka den gula löken. Ta en kastrull och lägg i löken med en klick smör. Medan löken fräses klar strimla paprikan och öppna alla burkar. Sätt på en stekpanna med en klick smör, samt en kastrull med vatten för ris. Du kan även ha pasta om du vill. Potatis passar också i.
2. Häll ner den krossade tomaten och paprikan i kastrullen. Låt det hela puttra i några minuter. Häll ner ris el. pasta, tillsätt gärna lite buljong el. kryddor. Detta ger fin smak!
3. Strimla kött el. kyckling. Fräs det hela på stark värme och häll ner i grytan. Stoppa i majs och ananas. Tillsätt vätska vid behov. Salta och peppra, låt puttra ytterligare några minuter.

Gulasch (Golaž)

Mängd – 4 portioner:

1 färskt kalkonovanlår el. annat kött/fläsk, ca 1 kg
1/2 kg gul lök
1 vitlöksklyfta
1 msk paprikapulver
1 lagerblad
1/2 tsk kummin
1/2 tsk mejram
1/2 tsk timjan
1 dl tomatpuré
Ca 2 dl buljong el. vitt vin
Smör och salt

Tillvägagång:

1. Skär ovanlåret/fläsket/köttet i grytbitar.
2. Bryn kött och lök i smöret, rör ner paprikan och fräs en stund. Krydda och späd med puré och buljong el. vitt vin.
3. Koka ca 30 minuter. Servera med polenta el. potatismos.

Gulasch (*Bograč*)



Mängd – 4 portioner:

250 g nötkött (ytterlår)
250 g griskött (grytbitar)
250 g viltkött (rödjur)
100 g bacon el. sidfläsk, skinka, rökt
200 g torkad svamp (Karl-johan)
500 g lök

10 klyftor vitlök
1 grön paprika
1 röd paprika
1 msk tomatpuré
1 msk senap
2 dl rött vin
600 g potatis
3 msk olja
Salt & peppar
Lagerblad
1 stark feferoni el.
1 tsk stark paprikapulver

Tillvägagång:

1. fräs den hackade löken gulbrun. Tillsätt grytbitarna av nöt och vilt, bräsera 45 min och tillsätt grytbitarna av griskött.
2. Efter ½ timme tillsätt skivade Karl – johan svamp, rensad och strimlad paprika, tärnat rökt kött, senap, tomatpuré och kryddor. Tillsätt vinet och vattnet och koka tills köttet blir mjukt.
3. Till sist tillsätt tärnad förkokt potatis med dess vatten.
4. Gör en redning med potatismjöl el. idelamjöl och gräddfil om det behövs. Man kan förbättra smaken med hackad persilja på slutet. Servera varmt med osötat bröd till. Pikant och mättande.

Fylld paprika, surkåldolmar, Lökdolmar (*Polnjena paprika, sarma, nadevana čebula*)

Mängd – 5-6 portioner:

¾ kg blandfärs
16 paprikor, el. 3 stora lökar, el. ett surkålhuvud
1-2 burkar krossade tomater

1,5 dl grädde
Salt & peppar
Till paprika och surkål:
4 stora lökar
2 dl ris
3 klyftor vitlök

Tillvägagång:

1. Rensa paprikor (grön, röd el. vit), töm dem på kärnor; el. skär bladen från ett surkålshuvud, el. också skala löken och skär den grovt i bägge ändar. Koka lökarna tills de mjuknat något. Frigör skalen från varandra och fyll dem med den saltade och pepprade färsen och lägg ett lökskal över som lock.

2. Smörj en eldfast form och placera dolmarna bredvid varandra i denna. Häll över grädden och krossade tomater. Sätt formen utan lock i ugnen på 250° och grädda i ungefär 45 minuter el. tills det puttrar även i mitten av formen. Potatismos passar utmärkt till.

Fylld paprika II

(Nadevana paprika)



Mängd 6 portioner:

10 - 15 paprikor
Ca 1 kg köttfärs (blandat)
2 msk olja
1 lök
½ dl ris

4 klyftor vitlök
Salt & peppar
Persilja

1



ägg
Sås: 1 l vatten
2 msk mjöl
4 dl passerade el. krossade tomater
2 msk gräddfil
Salt
Persilja

Tillvägagång:

1. Skala och hacka löken och fräs tillsammans med vitlök. Tillsätt riset och köttfärsen och fräs ytterligare. Ta kastrullen från spisen. Låt massan svalna något. Tillsätt ägg, krydda och blanda väl.

2. Rensa paprikorna, skär bort och ta ut kärnor. Fyll paprikorna med fyllningen ovan, dock bara till ¾.

3. Ta fram en stor kastrull. Dröp lite olja på botten av kastrullen. Lägg paprikorna i kastrullen med öppningen uppåt. Tillsätt vatten lite i taget och låt paprikorna koka i 45 min.

4. Sås: Öppna tomatburkarna (1-2) och töm innehållet i en skål. Tillsätt mjölet, lite gräddfil (ej obl) och vispa.

5. Häll såsen bland de kokande paprikorna och rör om lätt. Koka 15 min till. Smaka av, krydda och njut. Servera paprikorna varma, osötat bröd el. kokt potatis passar utmärkt till. Kan frysas in.

Grytmat (*Enolončnica*)

Mängd:

400 g lövbiff
50 g marinerade soltorkade tomater
1 vitlöksklyfta
1½ msk vetemjöl
3 dl vatten
1 köttbuljong
1 dl grädde
1-2 msk soya
1 dl färsk basilika

Tillvägagång:

1. Strimla köttet och tomaterna.
2. Skala och hacka vitlöken.
3. Bryn köttet i smör i en stekpanna lägg i vitlöken på slutet.
4. Vispa ut mjölet i vatten i en panna. Koka upp, tillsätt buljong, grädde och soya.
5. Lägg i köttet, vitlöken och tomaterna. Låt koka i fem min. Strö över basilikan. Servera med kokt pasta t ex bandspagetti.

Gryta, jättegod (*Enolončnica, dobra*)

Mängd – 4 portioner:

400 g kotlett
ca 6 st färska champinjoner
2 st röda paprikor
2-3 dl matlagingsgrädde
1 purjolök
1 burk Uncle Bens
2 dl mjölk
Kryddor: vitlökspulver,
cayennepeppar, grillkrydda och
svartpeppar

Tillvägagång:

1. Börja med att strimla köttet i

mindre bitar.

2. Bryn köttet, under tiden skärs paprikan, purjolöken och champinjonerna i mindre bitar.

3. Lägg dessa i stekpannan, tillsätt grädde och riset. Rör runt. Krydda efter behag. Låt koka i ca 20 minuter. Om det blir för lite sås så är det bara att hälla i lite mjölk. Serveras med ris

Kryddgryta (*Začinjena enolončnica*)

Mängd - 4 personer:

400 g lövbiff
2 rödlökar
2 vitlöksklyftor
2 paprikor i olika färger
Smör
1 burk krossade tomater, ca 400 g
1 msk farinsocker
1 tsk salt
1 tsk hel koriander
1 msk vetemjöl
2 dl matlagingsyoghurt
Chilikrydda

Tillvägagång:

1. Skär köttet i tunna strimlor. Skala och strimla både löken och vitlök.
2. Kärna ur och strimla paprikorna. Fräs först lök och paprikor i smör i en stor stekpanna och lägg över det i en gryta. Bryn köttet och lägg över det i grytan. Tillsätt tomatkross, chilikrydda, farinsocker, salt och stött koriander. Låt grytan koka under lock i ca 5 min.
3. Rör ut mjölet i matlagings yoghurten och ner i grytan. Låt koka i ca 3 min.

Böngryta

(*Fižolova enolončnica*)

Mängd - 4 personer:

6,5 dl vita bönor, kokta (=2,5 dl torkade)
2 gula lökar, i ringar
1 msk smör
2 gröna paprikor, i bitar
1 burk krossade tomater
1-2 vitlöksklyftor, pressade
1 grönsaksbuljongtärning
2 dl vatten
2 krm tacokrydda
Salt och svartpeppar

Tillvägagång:

1. Fräs löken i smör. Tillsätt övriga ingredienser och låt rätten koka ca 10 min. Servera med ris, bröd och en sallad.

Rådjursgryta

(*Srnina enolončnica*)



Mängd – 4 portioner:

0,6 kg älg- rådjurs- el. nötkött, grytbitar
3 msk matolja
1 vitlöksklyfta
1 st stjärnanis
1 lagerblad

3 kardemumma kärnor

1 chilifrukt, torkad, el. piri-piri

1 msk tomatpuré

1 dl röttvin

1 msk rödvinsvinäger

1,5 ml kalvfond

0,5 l vatten

300 g frysta wokgrönsaker, med vattenkastanjer

2 tsk sweet chilisås

Salt & peppar

Maizena

Tillvägagång:

1. Skär köttet i ca 2 cm stora tärningar. Bryn det i omgångar i 2 msk av oljan. Salta och peppra och lägg över i en gryta.

2. Skiva ingefäran och grovhacka vitlöken. Lägg ingefära, vitlök, stjärnanis, lagerblad, kardemumma och piri-piri i en kryddpåse el. knyt in kryddorna i gasbinda. Lägg påsen i grytan.

3. Rör ner tomatpurén och tillsätt rödvin och vinäger. Koka tills vätskan har kokat in.

4. Häll på vatten och kalvfond och sjud i 35-40 min tills köttet är mört.

5. Ta upp köttet med hålslev och ta bort kryddpåsen. Koka skyn häftigt i ca 5 minuter. Red med maizena utrört i vatten. Smaka av med salt och peppar och lägg tillbaka köttet i grytan.

6. Fräs grönsakerna i den sista msk olja. Smaksätt med salt och peppar samt sweet chili.

7. Servera grytan och grönsakerna med potatismos el. kokosris.

Tips: Det går också bra att använda grytkött av nöt om man inte har tillgång till rådjurkött. Servera med potatismos el. kokosris.

Oxgryta (*Goveja enolončnica*)



Mängd - 4 personer:

500-600 g benfritt nötkött
1 gul lök
3 vitlöksklyftor
4 tomater
1 1/2 tsk mald svartpeppar
3 msk olivolja
5 dl hönsbuljong (gjord på tärning)
1 burk kikärter utan spad
1 tsk pressad citron
Persilja

Tillvägagång:

1. Skär köttet ca 2 cm tjocka skivor.
2. Hacka löken grovt, vitlöken fint och skålla, skala samt tärna tomaterna. Vänd köttet i svartpepparn och bryn sedan köttet runt om. Sänk sedan värmen och stek löken tills den har blivit genomskinlig. Låt även vitlöken "steka med" en liten stund.
3. Lägg allt i en gryta. Tillsätt tomater och buljong. Koka upp och låt sjuda på låg värme i 1 1/2 timme.
4. Skölj ärterna, och blanda sedan ner dem i grytan och låt koka i ytterligare 15 min. Smaka av med citronsaft, salt och peppar.

Hedvigs Moussaka (*Hedvikina musaka*)

Mängd - 4 personer:

½ - 1 kg blandfärs
1 burk surkål
2-3 gula lökar
6-8 stora potatisar
2-3 ägg
½ liter mjölk
2 dl matlagningsgrädde
Salt & peppar
Olja

Tillvägagång:

1. Koka upp surkål i 15 minuter, häll av vatten.
2. Tag en kastrull, 4 msk olja, bryn 2 lökar, häll dem i surkålen, salta och peppra och koka på svag värme ca 35 minuter med lock på. Rör om ofta.
3. Häll i olja, lök och blandfärs i en stekpanna, salta och peppra. Efter 15 minuter häll i 1 dl mjölk. Tag av pannan från spisen.
4. Skala 6-8 potatisar, skär dom i tunna skivor.
5. Smörj en lång panna och täck botten med hälften av potatisen. Lägg över hälften av surkålen. Häll över all köttfärs. Täck över med resten av surkålen, avsluta med resten av potatisen.



6. Blanda ägg, mjölk och grädde, salta och peppra. Häll över så att allt är täckt.
7. Grädda längst ner i ugnen på 230° i drygt 1 timme.

Smaklig måltid!

Stuvad surkål (Ribano kislo zelje)



Mängd:

400 g surkål
2 msk olja
3 msk vetemjöl
3 dl gräddmjölk
(2 dl grädde + 1 dl mjölk)
Vitpeppar

Tillvägagång:

1. Värm oljan i en stor stekpanna och stek surkålen tills den får vacker ljusbrun färg.
2. Strö sedan över vetemjöl och späd under omrörning med gräddmjölk till en slät stuvning.
3. Smaksätt till sist surkålsstuvningen med vitpeppar och smaka av. Salt behövs oftast inte eftersom köpt surkål innehåller salt.
4. Lägg de stekta järparna på stuvningen. Håll varmt och efterbadda under lock innan serveringen. Servera den varma stuvningen tillsammans med t.ex. späckad järpe.

Potatisgryta (Krompirjeva zloženska)

Mängd - 6 portioner:

700 g potatis
2 dl gräddfil el. mjölk
2 hårdkokta ägg
Alternativ: 1 kranisk korv, rökt kött, brynt köttfärs el. lite av varje
2 ägg
2 msk ströbröd

Tillvägagång:

1. Kokt potatis skalas och skivas tunt. Strö över ströbrödet i ett smort ugnsäkert fat.
2. Lägg hälften av potatisen i fatet, varva med köttet och skivade ägg. Upprepa – lägg på resten av potatisen ovanpå.
3. Vispa äggen och häll över potatisen. Grädda i 190° 30 min. Servera med salladen som tillbehör.

Grönskaksgryta



(Zelenjavna enolončnica)

Mängd:

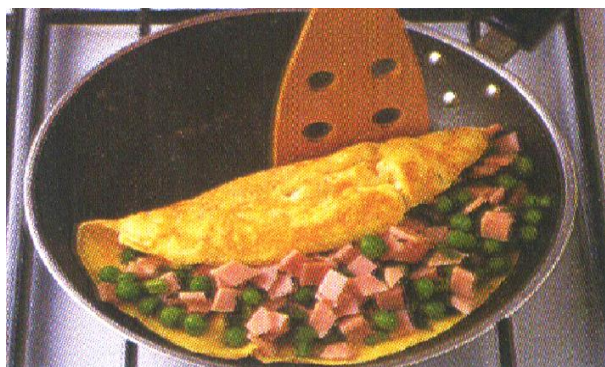
2 msk olja
1 lök
1 morot
2 potatisar
1 purjolök
Brytbönor, majs, andra grönsaker

2 msk småmakaroner
Salt
Lagerblad
Vitlök
Vegetakrydda
1 msk mjöl
2 msk tomatpuré
Persilja
1½ l vatten
1 msk ättikspirt el. citronsaft

Tillvägagång:

1. Fräs den hackade löken gulbrun, tillsätt tärnad morot, potatis, purjolök och fräs alltsamman en stund. Strö över mjölet, tillsätt tomatpuré och hälli vattnet. Salta. Tillsätt vegeta, lagerblad och ev 1 dl kokta brytböner och ½ dl majs.
2. Tillsätt små makaroner under tiden soppan fortfarande kokar. Låt soppan koka tills allting blir mjukt dock högs 15 min. För bättre arom kan lite ättikspirt el. citronsaft tillsättas. Strö över hackad persilja före servering. Servera osötat bröd till.

Omelett med fyllning – skinka, ärter, ost el. keso *(Omlete z nadevom)*



Tillagningstid: 10-12 minuter
Gräddningstid: 10- 12 minuter

Mängd - 1- 3 portioner:

2-6 ägg
1 – 3 msk vatten
1 – 3 msk hackad färsk gräslök
60 - 180 g mager rökt skinka
Skinkan kan bytas ut mot 30 – 90 g mager ost el. färskost
60 - 180 g gröna ärter
1 – 3 tsk matolja, lite soya
Salt & peppar

Tillvägagång:

1. (1 portionerion) vispa äggen tillsammans med 1 msk vatten och lite salt och peppar
2. Blanda gräslöken i en liten skål och löken (till skinkfyllning), skinkan, ärterna och ev soya.
3. Värm upp en tjockbottnad teflonpanna och häll i oljan. Hetta upp omelettsmeten, vänta några sekunder så att den stelnar i botten.
4. Dra sedan smeten med hjälp av en trä/plastspade smeten inåt, så att den flytande massan rinner ner på botten.
5. Lägg fyllningen över ena halvan och värm några minuter.
6. Vik sedan den ofyllda sidan över den fyllda med en spade och låt den färdiga omeletten glida över på en tallrik.

Tips: Kan serveras med en grön sallad och en bit knaprigt bröd till.

Spenatrulle (Špinačni zavitek)

Mängd – fyra portioner:

250 g färsk bladspenat (el djupfryst)
2 msk lättmargarin
3 msk mjöl
Drygt 2 dl mjölk
60 g lagrad riven ost (cheddar)

2 äggulor
4 äggvitor
Salt och svart peppar



Tillvägagång:

1. Skölj och skär spenaten i grova strimlor. Låt den mjukna under lock genom att småkoka i ca 3 min. låt rinna av och hacka spenaten fint.
2. Klä en liten långpanna med bakplåtspapper så att det passar.
3. Blanda lättmargarin, mjöl och mjölk och låt koka upp långsamt i en kastrull till en jämn och tjock konsistens.
4. Blanda ned spenaten och ta av kastrullen från plattan. Rör i osten så den smälter och smaksätt med salt och peppar. Rör ner äggulorna.
5. Häll äggvitorna i en stor skål och vispa upp till ett skum.
6. Blanda ner äggvitorna och häll blandningen till en långpanna, grädda i 17 min tills sufflén stelnat och höjt sig.
7. Under tiden kan du göra fyllningen: stek löken mjuk i olja, tillsätt hackade tomater och örter, salt och peppar och låt puttra i ca 5 minuter.
8. Stjälp sedan upp sufflén på ett galler med bakplåtspapper och låt svalna några minuter. Lyft sedan formen och dra försiktigt av papperet.

9. Jämna till kanterna och bred över tomatsåsen. Rulla ihop från kortsidan och använd papperet för att lyfta upp rulladen. Lyft över den till ett serveringsfat med skarvsidan underst.

Makaronisufflé *(Makaronov narastek)*



Mängd - 4 portioner:

1 tsk olja till att smörja formen
2 tsk ströbröd
90 g snabbmakaroner
2 msk lättmargarin
3 msk mjöl
1 msk senap el senapspulver
Drygt 2 dl mjölk (lätt)
60 g lagrad ost (cheddar)
30 g riven ost (parmesan)
2 äggulor
4 äggvitor
Salt & peppar

Tillvägagång:

1. Pensla en suffléform (1,2 l) med olja och häll i ströbröd så det täcker formen.
2. Koka makaronerna enligt anvisningen. Blanda lättmargarin, mjöl, senap och mjölk i en stor kastrull. Låt sakta koka till en slät

och tjock konsistens. Blanda sedan i makaronerna.

3. Ta kastrullen från plattan och rör ner båda ostsorterna. Rör tills de har smält. Krydda blandningen och rör ner äggulorna.

4. Vispa äggvitorna till ett fast skum. Rör ner en matsked av detta i makaronblandningen och vänd sen försiktigt ner resten med en stor matsked med rörelser i form av åttor.

5. Skrapa över smeten i suffléformen och grädda i 30 min tills den har höjt sig och blivit gyllenbrun. Servera varmt.

Mustig svampsås *(Sočna gobova omaka)*



Mängd - för ca 4 portioner:

1 burk blandsvamp
1 gul lök
2 msk vetemjöl
2 msk tomatpuré
4 dl vatten
1 hönsbuljongtärning
Salt & peppar

Tillvägagång:

1. Skölj svampen, grovhacka den och låt den rinna av. Skala och

finhacka löken. Fräs lök och svamp i lite matfett tills löken är mjuk och glansig.

2. Strö över mjölet och rör om. Späd med vatten och låt det koka upp. Tillsätt smulad buljong och tomatpuré. Låt såsen koka upp på nytt och smaka av med salt och peppar. Lägg ner köttbullarna och låt allt bli genomvarmt.

Potatiskaka



(Krompirjeva pogača)

Mängd - för ca 4 portioner:

5 stora fasta potatisar
1 purjolök
1 squash
2 paprikor
1 morot
6 marinerade saltorkade tomater
100 g salami
150 g färska champinjoner
1 burk Crème Bonjour Cuisine
Tomat och medelhavsörter
1 1/2 dl lagrad ost
3 ägg
Hackad bladpersilja
Ugn: 200°

Tillvägagång:

1. Skala potatisen och skiva den tunt. Stek potatisen i omgångar i lite

matfett tills skivorna är gyllene och mjuka. Salta. Lägg dem i botten på en smord form med löstagbar kant, ca 24 cm i diameter.

2. Ansa och strimla purjolöken.

Ansa och riv squashen. Kärna ur och tärna paprikorna. Skala och riv moroten. Ansa och skiva svampen. Strimla tomaterna och tärna salamin.

3. Fräs alla grönsakerna i lite matfett tills de är mjuka ca 5-7 minuter.

4. Vispa samman äggen med Crème Bonjour Cuisine. Rör ner grönsakerna och salamin i äggsmeten och håll den över potatisen. Strö över riven ost.

5. Grädda mitt i ugnen ca 30-35 minuter. Strö över rikligt med hackad bladpersilja.

Tips: Det här är en saftig potatiskaka med grönsaker och salami. Om du vill äta vegetariskt kan du utesluta salamin.

Broccolikrans med svampsås *(Brokoli z gobovo omako)*

Mängd - för ca 4 portioner:

500 g brocolibuketter

Vatten

Salt

3 ägg

1 dl matlagningsgrädde

1/2 tsk salt

1/2 krm vitpeppar

1/2 tsk riven muskot

Ugn: 225°

Svampsås:

200 g skivad förvälld svamp

2-3 msk smör el. margarin

2 msk vetemjöl

3 dl mjölk

1 dl matlagningsgrädde

1/4 tsk salt

Tillvägagång:

1. Förväll broccolin i lättsaltat vatten. Låt den rinna av väl.

2. Kör broccolin i matberedare el. mixer till en slät puré.

3. Vispa samman ägg, grädde, salt, peppar och muskot. Blanda ner purén.

4. Smörj en kransform, som mycket väl rymmer ca 1 1/2 l. Lägg smeten i formen. Täck med folie.



5. Grädda kransen i nedre delen av ugnen i ca 35-40 minuter. Låt den stå några minuter, innan den stjälpes upp.

6. Gör såsen medan kransen gräddas. Fräs svampen i matfett tills det "knäpper" i den. Strö över mjöl, rör om och späd med vätskan. Sjud såsen i minst 10 minuter. Smaka av med salt.

7. Garnera kransen och servera med svampsåsen, som gärna finns hälld i ringen.

Tips: Festlig vegetarisk rätt som också kan bjudas med någon skiva kött el. rökt fisk.

Veckoslutspaj (Pita ob koncu tedna)

Mängd - för 4-5 portioner:

Deg: 3 dl vetemjöl

1 1/2 dl grahamsmjöl

150 g smör el. margarin

2-3 msk kallt vatten

Fyllning: 400 g köttfärs

1-2 msk smör el. margarin

1 hackad gul lök

1 burk champinjoner, ca 200

1 strimlad paprika

2 msk vetemjöl

1/2-1 tsk salt & 1 krm svartpeppar

2 dl riven ost

2 dl gräddfil

Pensling: ägg

Ugn: 200°



Tillvägagång:

1. Arbeta samman mjöl, fett och vatten till en deg. Låt den vila kallt en stund.
2. Bryn färsen i fett under omrörning tills den är smulig. Lägg den i en skål.
3. Bryn lök och svamp. Blanda ner färs, paprika, mjöl, salt, peppar, ost och gräddfil.
4. Klä en pajform, ca 24 cm i diameter, med ca 2/3 av degen. Förgrädda pajskalet ca 15 minuter. Lägg i fyllningen.

5. Kavla ut resten av degen, skär ut remsor och lägg som ett galler över pajen. Pensla och grädda färdigt i ca 20 minuter. Servera med en sallad.

Tips: Använd alltid kallt matfett, då är det enklare att göra degen. Gör den gärna i matberedaren. Av smör får du det allra sprödaste pajskalet. Du kan göra större sats av degen när du ändå håller på och frysa in i lagom stora paket. Låt gärna degen stå utkavlad i pajformen i kylskåpet en stund så håller den formen bättre. Sätt gärna en folieremsa runt kanten när du förgräddar pajskalet, då glider inte degen ner.

Kantarellerbiffar (Zrezki iz lisičk)



Mängd - ca 4 portioner:

200 g färska kantareller

100 g bacon i tärningar

1 liten gul lök

500 g köttfärs

2 skivor vitt formbröd

1 dl mjölk

1 ägg
1 tsk salt & 1 krm peppar
Sås:
2 1/2 dl matlagingsgrädde
3 msk chilisås
1-2 msk sherry
1/2 köttbuljongtärning
Salt & peppar

Rostade rotfrukter:

800 g potatis och rotfrukter, t ex
morötter, palsternacka och
rotsellerii

Tillvägagång:

1. Ansa svampen och skär den i mindre bitar. Skala och finhacka löken. Fräs svamp, lök och bacon i lite matfett tills all vätska har kokat in och svampen har fått lite färg. Låt röran svalna.
2. Smula ner brödet i en skål och håll över mjölken. Låt det stå och svälla ca 10 minuter.
3. Tillsätt färs, ägg, salt, peppar och svampröra. Arbeta samman till en smidig smet.
4. Forma åtta biffar och stek dem gyllene i lite matfett, ca 3-4 minuter per sida.
5. Häll grädden i en liten kastrull och tillsätt alla ingredienser till såsen. Låt den koka upp och småputtra några minuter.
6. Garnera biffarna med några stekta kantareller, färska lingon och oregano el. timjan. Bjud rostade rotfrukter till.
7. *Rostade rotfrukter:* Skala rotfrukterna. Skär potatis och rotfrukter i klyftor. Lägg dem i en smord eldfast långpanna. Ringla över lite olivolja och strö över 1 tsk salt. Rör om så att allt blir glansigt. Ställ formen mitt i ugnen och rosta rotfrukterna ca 30-40 minuter.

Korvgulasch (*Golaž s klobaso*)

Mängd - för ca 4 portioner:

10-12 fasta potatisar
Vatten, salt
2 gula lökar
2 Kranjska el. Kolbász (korv)
1 msk paprikapulver
1 tsk kummin
2 msk vetemjöl
5 dl köttbuljong
1 grön paprika
1-2 msk tomatpuré

Tillvägagång:



1. Skala potatisen och skär den i bitar. Koka potatisen halvmjuk, ca 8-10 minuter i lättsaltat vatten. Låt potatisen rinna av.
2. Skala och hacka löken. Fräs löken mjuk och glansig i lite matfett. Strö över mjöl och paprikapulver. Späd med buljong och låt det koka upp under omrörning.
3. Kärna ur och strimla paprikan. Skär korven i slantar. Lägg ner korv, potatis, kummin och tomatpuré i grytan. Låt allt puttra tills potatisen är mjuk. Smaka av.

Tips: Tillsätt gärna lite av den heta slovenska el. ungerska korven för att ge fin smak åt grytan.

Pizzabiffar (*Polpete s pico*)



Mängd - till ca 4 portioner:

500 g köttfärs
2 1/2 msk ströbröd
1 dl buljong
1 ägg
1 tsk salt
1 krm peppar
1 tsk oregano
1/2 riven gul lök

Sås:

1 gul lök
1 vitlöksklyfta
250 g champinjoner
75 g salami
1 burk krossade tomater
1/2 dl vatten
1 tsk oregano
Salt & peppar

Tillvägagång:

1. Lägg ströbrödet i en skål och häll över buljongen. Låt det stå och svälla ca 10 minuter.
2. Tillsätt ägg, salt, peppar, oregano och riven lök. Arbeta färsen smidig. Forma ca 8 biffar.
3. Stek biffarna gyllene runt om i lite matfett. Tag upp dem.
4. Skala och hacka löken. Ansa och skiva svampen. Strimla salamin.
5. Fräs lök och svamp tillsammans

med pressad vitlök i lite matfett tills vätskan har kokat in. Tillsätt salamin och låt den fräsa med en minut.

6. Tillsätt krossade tomater, tomatpuré och vatten. Låt såsen småkoka ca 4-5 minuter.

7. Lägg ner biffarna i såsen och låt allt småputtra under lock i ytterligare ca 5 minuter. Smaka av såsen med salt, peppar och oregano. Bjud kokt pasta till.

Svamprisotto med parmesan (*Rižota z gobami in parmezanom*)



Mängd - till ca 4 portioner:

1 gul lök
2 vitlöksklyftor
3 dl ris
7 dl grönsaksbuljong
1 1/2 dl vitt vin
1 ask torkad Karl-johansvamp, 10 g
400 g färska champinjoner
1 msk färsk hackad timjan
1 tsk salt
1 krm peppar
3 msk hackad bladpersilja
1 dl crème fraîche
75 g nyriven parmesanost

Tillvägagång:

1. Börja med att lägga den torkade svampen i blöt enligt förpackningens anvisningar. Dela den sedan i mindre bitar. Ansa och skär den färska svampen i mindre bitar. Fräs all svamp i lite matfett tills vätskan har kokat in. Tillsätt hackad timjan och lite mera matfett. Fräs tills svampen har fin färg. Krydda med salt och peppar.
2. Skala och finhacka lök och vitlök. Fräs det mjukt och glansigt i lite matfett på inte alltför hög värme. Höj värmen och tillsätt riset. Låt det fräsa med några minuter under omrörning. Tillsätt vin under fortsatt omrörning. Fortsätt röra tills vinet har kokat in. Sänk värmen lite.
3. Värm buljongen och håll ner i riskastrullen någon dl buljong åt gången. Låt buljongen koka in och tillsätt mer tills all buljongen är slut, efter ca 20 minuter. Rör ner svampen när ca 3-5 minuter återstår. Smaka av med salt och peppar.
4. Ta kastrullen från värmen och klicka ner crème fraiche och nyriven parmesanost. Rör om försiktigt och lägg på locket. (Viktigt för att få den rätta krämiga konsistensen.) Tillsätt persilja och rör om försiktigt.

Tips: Denna härliga risrätt gör du med ris, svamp och parmesanost. Servera den som ensamrätt el. tillsammans med kött el. fisk.

Risotto (Rižota)**Mängd - 3-4 portioner:**

- 1-2 paket bacon
- 2 st paprikor
- 1 squash (10-15 cm)
- 1 stor gul lök
- 1-2 vitlöksklyftor (efter smak och tycke)
- 4 dl kokt ris
- Salt & svartpeppar

Tillvägagång:

1. Koka riset för sig.
2. Skär bacon, paprika, squash i centimeter stora bitar. Vitlöken pressas och den gula löken hackas. Fräs ingredienserna i panna el. kastrull. Krydda.
3. När det fått en gyllenbrun färg så ställ av och invänta riset. Håll riset över och rör om.

Risotto II (Rižota)**Mängd – 2 portioner:**

- 1,5 dl ris
- 1 msk olja
- 1 liten gul lök
- 1 vitlöksklyfta
- Tomat
- Grön paprika
- Fläsk/Kött/Kyckling
- 3 dl grönsaksbuljong (ta och ersätt ev 0,5 dl buljong med 0,5 dl vitt vin)
- Förslag på smaksättning: 0,5 dl riven parmesanost el. t ex västerbottenost, 2–3 msk hackat grönt t ex gräslök, grönt från purjolök, 2 strimlade selleristjälkar, 25 g hackade valnötter el. andra nötter, kryddor som t ex 0,25 g saffran (löst i buljong), kokta grönsaker (ärter, morrötter, blomkål, m m),

Tillvägagång:

1. Skala och hacka löken. Fräs lök och ris i olja i en tjockbottnad kastrull. Tillsätt vitlök (och/el. andra grönsaker, fritt val). Rör om så att allt ris blir täckt av oljan.
2. Späd med 1 dl buljong och låt koka in. Späd med resten av buljongen (och vinet) i omgångar. Buljongen ska koka in efter varje spädning. Ev. kommer mer buljong att gå åt. Rör hela tiden. Risotton ska bara sjuda inte koka.
3. Strax innan risotton är krämig, det tar cirka 20 minuter, kan den smaksättas med något av det föreslagna ovan.

Tips: En saftig risotto är jättegott och den kan smaksättas på olika sätt. Om risotton inte redan innehåller något kött servera den till stekt kött el. som självständig maträtt med grön sallad till.

Svamp- och paprikagryta (Gobji paprikaš)

Mängd - 4 – 6 portioner:

1 kg färsk Karl-johan svamp el. kantareller
80 g rökt sidfläsk
1 grön paprika
4 lökar
4 tomater el. en burk krossade tomater
2 msk paprikapulver
Salt & peppar
Timjan
2 dl gräddfil
2 dl matlagingsgrädde
Persilja

Tillvägagång:

1. Rensa svampen och dela dem i mindre bitar. skär lök, paprika och sidfläsk i mindre tärningar.
2. Fräs sidfläsk och lök, tillsätt paprika, svamp och tomater. Bräsera under lock 5 min.
3. Tillsätt paprikapulver, salt och peppar, timjan och all gräddfil.
4. Bräsera 15 min. Tillsätt ca 3 dl vatten och till slut hackad persilja. Servera varmt med potatismos som tillbehör.

Kesolasagne (Sirova lasanja)

Mängd - för ca 4 portioner:

16 st lasagneplattor
2 burkar krossade tomater
2 gula lökar
1 pkt strimlad paprika (frost)
1 burk champinjoner
750 gram keso
4 dl riven ost
1 msk olja
1 buljongtärning
1 tsk salt
1 tsk paprikapulver
2 tsk oregano
Svartpeppar

Tillvägagång:

1. Fräs lök, paprika och champinjoner i olja.
2. Tillsätt tomater, buljong, salt och kryddor.
3. Koka i 10 min. Smörj en form.
4. Varva plattor, grönsakssås, keso och riven ost. Tillsätt oregano. *Ugn:* 200 grader, 20-25 min

Ris med paprika (*Riž s papriko*)

Mängd:

2 msk olja
2½ dl ris
½ lök
½ röd paprika
Salt
½ l vatten

Tillvägagång:

1. Skär paprika i små tärningar.
2. Fräs riset i lagom varm olja. Tillsätt paprika och hackad lök. Salta och håll i vatten.
3. Sätt på locket och låt sjuda i 30 min. den röda paprika ser snygg ut i riset.
4. Strö gärna över lite hackad gräslök före serveringen el. 1 msk riven ost. Passar till kyckling och andra köträtter.

Bovetekli med svamp (*Ajdova kaša z gobami*)

Mängd:

3 msk olja
Lök
200 g svamp
Vitlök
Salt & peppar
3 dl bovetekli
6 dl buljong el. vatten
Grön persilja
1 hårdkokt ägg

Tillvägagång:

1. Skala, hacka och fräs löken i en panna. Tillsätt rensad svamp och bräsera tills saften har dunstat.

2. Krydda med salt, peppar och hackad vitlök. Skölj och tillsätt bovetekli, rör om och tillsätt varm buljong el. vatten. Sätt på locket, och låt koka sakta 30 min. Salta om det behövs.

3. Garnera med ett hårdkokt ägg, Servera varmt som mellanmål.

Jota med surbetor (*Jota s kislo repo*)

Mängd:

½ kg potatis
½ kg surbetor
i burk
3 klyftor vitlök
1 dl fettgrevar el. bacontärningar
½ dl stekspad



Tillvägagång:

1. Skölj surbetorna och koka dem i ½ tim.
2. Skala och skär potatisen i större tärningar. Häll på vatten, salta och koka separat i 15 min. Droppa av den kokta potatisen i ett durkslag.
3. Fräs fettgrevarna el. bacontärningarna i en panna. Lägg på den kokta potatisen tillsammans med krossade vitlöksklyftor och potatisvatten, mosa.
4. Tillsätt de kokta surbetorna, blanda till en lagom tjock maträtt i grytan – jota. Smaksätt med stekspad, salta efter smak. Servera med en skiva osötat bröd.

Jota - med surkål (*Jota - s kislim zeljem*)

Mängd:

½kg potatis
600 g surkål, konserv
300 g kokta bönor – bruna, vita
2 msk matfett
1 lök
50 g torkat sidfläsk
1 kranjska klobasa
1 tsk mjöl
2 msk tomatpuré
Lagerblad
Salt

Tillvägagång:

1. Koka börnorna, tärnad potatis och surkål var för sig (obs – kokas olika länge!)
2. Ta fram en stekpanna och fräs hackad lök i matfettet. Skär fläsket och/el. kranjska korven i små bitar och fräs dessa tillsammans med löken. Tillsätt mjölet och häll i tomatpuré samt lite vatten. Hacka vitlöken och tillsätt den i pannan. Koka upp i 5 min.
3. Droppa av och blanda ihop kokt surkål, bönor och den kokta potatisen, tillsätt lagerblad samt såsblandningen och rör om. Låt småputtra i 5 min. Krydda efter smak. Jota med surkål smakar gott även utan kötttillägg.

Kål, bräserad (*Zeljne krpice*)**Mängd:**

¾ kg kålhuvud
350 g pasta
Salt, Kumin
Ättika
1 lök
2-3 msk olja

Buljong el. vatten

1 msk stekspad

1. Rensa och skär kålbladen i ca ½ cm stora rutor. Salta, tillsätt kumin och ättika och låt stå i 20 min.
2. Fräs löken och tillsätt kålen som har blivit mjuk under tiden. Bräsera tills kålen känns mjuk. Tillsätt vatten el. buljongen. Krydda.
3. Koka pastan, droppa av i ett durkslag. Blanda pastan och kålen, tillsätt lite stekspad, avsmaka och krydda efter behov. Servera till någon köttträtt el. som självständig maträtt utan kött.

Majspolenta (*Koruzna polenta*)**Mängd:**

1 liter vatten
Salt
2 msk olja
3 dl polenta, majsgröt
Fettgrevar el. korv

Tillvägagång:

1. Koka upp vattnet med salt i och rör ner polenta under omrörning, lite i taget. Blanda med en träslev. Koka sakta 15 min, rör om hela tiden.
2. När polentan är klar, ta upp den och dela med en sked, lägg den på en tallrik och häll över frästa fettgrevar el. skivad korv.

Tips: Polenta smakar gott med stekt bacon och gräddfil ovanpå.



Ris som tillbehör (*Pražěn riž*)

Mängd – 6 portioner:

2½ dl ris
2-3 msk matfett
½ l vatten
1 lök
Salt

Tillvägagång:

1. Värm matfettet i en panna. Tillsätt riset och blanda. Tillsätt hackad lök och fräs lite till. Häll sedan i varmt vatten. Salta.
2. Sätt på locket och koka riset i ca 25 min utan att röra om. Tillsätt lite parmesan (riven ost) el. lite stekspad för att förbättra smaken strax före serveringen.

Ris med broccoli (*Riž z brokolijem*)

Mängd:

2 msk matolja
1 lök
¼ dk ris
4 msk vitt vin
½ l vatten el. buljong
Salt

30 g smör
Riven ost (parmesan)

Tillvägagång.

1. Värm 2 msk olja och fräs hackad lök, tillsätt ris och fräs den med löken.
2. Tillsätt vinet och vattnet el. buljongen. Salta och blanda väl. Sätt på locket och låt sakta koka i ½ tim. strö lite parmesan över före serveringen.

Broccoli:

3. Koka ca 10 min 450 g broccoli. Smält smöret i en panna, tillsätt ströbrödet och fräs lite. Häll detta över broccolin och servera varmt.

Potatismos (*Pire krompir*)

Mängd:

120-200 g potatis (2-3) per portion
60 g smör el. 3 msk gräddfil (per portion)
Varm mjölk
Vatten

Tillvägagång:

1. Dela skalad, sköljd potatis i ca 4 bitar, salta och låt koka i 20 min.
2. Droppa av den kokta potatisen i ett durkslag, häll den i en skål och mosa den samtidigt som smör el. gräddfilen tillsättes. Rör om, tillsätt varm mjölk lite i taget, blanda. Lägg upp potatismos på ett serveringsfat. Servera varmt.

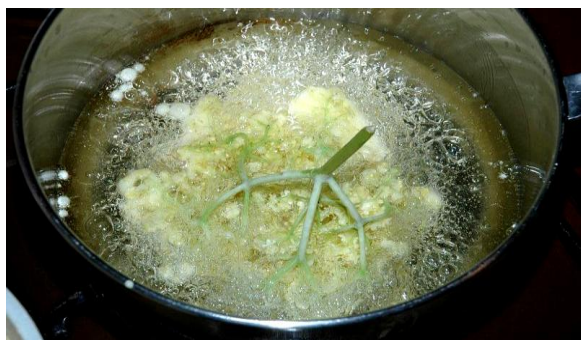
Friterad fläder (*Ocvrti bezeg*)

Mängd: 3-4

fläderblommor/portion:

Omelettdeg:

2 ägg
2 dl mjölk
3 msk rom el. brännvin
Salt
5 stora msk mjöl
1 tsk bakpulver
Olja till fritering



Öldeg:
1½ dl öl
2 ägg
1 msk olja
4 msk mjöl
Salt



Tillvägagång:

1. Plocka och rensa fläderblommor, 2-3 per person.
2. Vispa äggulor, salt och rom el. brännvin i en skål. Tillsätt mjölk.
3. Vispa äggvitorna hårt, tillsätt mjölet som blandats med bakpulvret. Omelettdegen ska vara lagom tjock.
4. Värm matoljan lagom till fritering. Doppa fläderblommorna en i taget i den förberedda degen och fritera

några min, tills de har fått en guldbrun färg.

5. Lägg friterad fläder på ett fat. Om rätten ska tjäna som efterrätt strö



över florsocker före serveringen. Friterade fläderblommor kan även serveras som huvudrätt, i så fall utan socker och tillsammans med en sallad.

Vinskum - sabayon
(Vinski šodo)

Mängd – 4 portioner:

4 äggulor
150 g strösocker
3 dl vin, vitt el. rött

Tillvägagång:

1. Sätt en gryta med lite vatten på spisplattan. Koka upp vattnet.
2. Ta fram en större skål. Vispa samman äggulorna och sockret och tillsätt det varma vinet lite i taget.
3. Håll skålen under vispningen över vattenången, vispa tills massan tjocknar. Den får inte bli för varm, då härsknar skummet. Servera varmt tillsammans med äppelstrudel el. med småkakor.

Tips: Vinskum används i Slovenien som medicin vid förkylning el. allmänt illamående.

Kroppkakor – med plommon, njoker (*Slivovi cmoki*)

Mängd – 3-4 portioner:

500 g keso
150 g idealmjöl (vetegryn)
2 ägg
10 plommon
10 st bitsocker
Salt
2 msk smör
2 msk ströbröd



Tillvägagång:

1. Blanda keson, idealmjölet och äggen. Salta och låt degen vila i 30 min.
2. Skölj plommonen och avlägsna dess kärnor.
3. Forma små bullar – njoker av degen. Sätt 1 bitsocker i varje plommon och linda 1 plommon i varje kroppkaka.
4. Koka upp vattnet i en kastrull. Lägg de fyllda njoker i kokande vattnet och låt koka 15 min.
5. Bryn smöret i en panna, tillsätt ströbröd.
6. Ta ut njocker med en hålslev och droppa av i ett durkslag. Lägg njoker i pannan med smör och ströbrödet. Servera varma till kaffe, fruktkompott el. te.

Tips: man kan byta ut plommon mot aprikoshalvor. Kroppkakor blir



mjukare och luftigare om du vispar äggvitorna till snön och om du förbereder degen en dag i förväg.

Krapci – jäst kaka (*Krapci*)



Mängd:

Deg: 500 g mjöl
30 g jäst
1 ägg
Salt
50 g smör
3 dl blandning av vatten och mjölk
Fyllning: 2 dl mannagryn
Salt
5 dl mjölk
300 g keso
Strösocker efter smak
1 dl gräddfil
1 ägg

Tillvägagång:

1. Knåda degen med alla ingredienser. Låt degen jäsa 40 min. Knåda och kavla ut degen till något större storlek än bakplåten. Lagg degen i smörd bakplåt.
2. Fyllning: Salta mjölken och koka upp managrynet. Låt svalna lite. Tillsätt keso, socker gräddfil och ägg.
3. Lagg fyllningen i ett tjockt lager ovanpå degplattan. Dra upp degkanterna något över bakplåtskanten. Låt **krapci** jäsa igen.
4. Sätt ugnen på 175°. Pensla krapci med ägg, grädda i 30 min.

Kesokorv (*Skutina klobasa*)

Mängd:

50 g margarin
3 ägg
400 g keso
Salt
180 g mannagryn el. idealmjöl
Ströbröd

Tillvägagång:

1. Värm margarin och mixa den till en krämig konsistens. Tillsätt äggulorna en i taget och passerad keso. Vispa äggvitorna hårt, salta, tillsätt äggulorna, strö över managryn el. idealmjölet och blanda för hand till en fast deg.
2. Låt degen vila 25 min.
3. Doppa en duk, vrid ur den och strö över ströbrödet. För över degen i form av en korv. Rulla ihop duken med degen i och knyt den löst i varje ända med en tråd. Koka korven i saltat vatten i 30 min.

4. Ta bort duken från den färdigkokta kesokorven, skär korven i bitar och servera till köttet el. tillsammans med en sallad.

Bovetegröt (*Ajdovi žganci*)

Mängd – 6 portioner:

$\frac{3}{4}$ l bovetemjöl
1 l vatten
1 tsk salt,
Fettgrevar, matfett el. matolja...
(ocvirki, zaseka, mast, olje)

Tillvägagång:

1. Koka upp vattnet, salta och tillsätt bovetet. Gör ett hål i mitten och låt koka i ca 10 min. Häll av det överblivna vattnet, blanda grundligt med träslev och tillsätt vattnet enligt behov.
2. Blanda lite matfett under omrörningen i massan. Smula massan med gaffel och häll över de upphettade fettgrevarna el. annat matfett. 1 dl gräddfil med de varma fettgrevarna smakar gott till.

Potatistärningar (*Krompirjeve kocke*)

Mängd – ca 100-150 g potatis per portion:

$\frac{1}{2}$ dl fettgrevar el. bacon
 $\frac{1}{2}$ dl ströbröd

Tillvägagång:

1. Skala och skär potatisen i lika stora tärningar. Salta och koka potatisen ca 15 min.
2. Droppa av potatisen i ett durkslag.

3. Värm fettgrevarna el. bacon i en stekpanna, tillsätt ströbrödet. Häll i den kokta potatisen. Servera varmt till stekt fisk el. någon köträtt.

Stekt lever med bacon/fläsk *(Pečena Jetrca)*



Mängd:

1-2 msk matolja
1-2 gul lök
2 klyftor vitlök
Bacon/fläsk
500 g lever (kalv el. gris)
4 dl grädde el. 2 dl rött vin och
1 dl vatten
Salt & peppar
Tillbehör: 0,8 kg potatis
Grön sallad el. rödbetor

Tillvägagång:

1. Sätt ugnen på 225 °. Skala potatis och skär i klyftor, doppa i olja & salt och lägg i en ugsform. Sätt mitt i ugnen 20-25 minuter.
- Hacka och fräs en stor gul lök och två klyftor vitlök i en panna med en msk matolja.
2. Skär upp och stek bacon/fläsk på medelhög värme i samma panna.
3. Skär levern i skivor (stora el. små). Stek lever med bacon/fläsk i samma panna, på medelvärme i ca 2 min på var sida. Salta & peppra



lätt (bacon & kapis är salta).

4. Häll grädde i leverpannan och koka upp. *Alternativ:* I stället för grädde kan du tillsätta 2 dl rött vin och 1 dl vatten direkt på färdigstekt lever & bacon/fläsk.

5. Servera varmt med potatis/bröd.

Äggröra (Mešana jajca)

Mängd - 2 ägg / person:

1,5 dl mjölk
2 msk vetemjöl
Salt & Peppar
2 msk olja el. matfett

Det går även att använda:

1 lök, svamp, grön paprika, kokt potatis, tomat, gräslök, skinka, korv, ost el. något av detta

Tillvägagång:

1. Rör ut mjölet i litet av mjölken så att det blir en jämn vätska utan klumpar = redning.
2. Vispa lätt ihop ägg, mjölk och redningen. Krydda noga med saltet och nymalen vitpeppar. Om du använder några ingredienser utöver (se ovan), fräs först löken och sedan annat av vald ingrediens.
3. Värm upp försiktigt äggröran i en kastrull under omrörning med

spiralvisp. Vid 70 grader börjar ägget koagulera och då ökar man vispningens intensitet och tar kastrullen av värmekällan då det bildats en blank kräm.

Tips: Denna äggröra som är något bastantare än vanlig passar utmärkt som en klassisk frukost el. lunchrätt av bästa slag.



Variera:

2 ägg
2 msk grädde (vatten funkar också men inte mjölk så bra)
Smör
Salt och vitpeppar

Tillvägagång:

1. Vispa lätt ihop ägg och grädde och smaksätt noga med salt och nymalen vitpeppar = äggsmet
2. Smält försiktigt en rejäl smörklick i en kastrull (får ej brynas). Häll i äggsmeten.
3. Värm upp och rör hela tiden med en spiralvisp längs kastrullbotten.
4. Lyft av kastrullen från värmekällan innan allt har stelnat och fortsätt att röra tills äggröran är helt homogen.

Tips: Denna äggröra kan fås alltifrån tämligen grovkornig till

nästan slät. Passar utmärkt till knaperstekt bacon, stekt korv m.m.

Kantareller med ägg
(Lisičke z jajcem)



Mängd - för valfri mängd:

Kantareller
Gul lök
Smör
Ägg
Salt & peppar

Tillvägagång:

1. Smält smöret i en kastrull
Fräs gul lök
2. Tillsätt kantareller och fräs i 5 min
Vispa ägg och häll över löken och kantarellerna. Stek.
3. Smaksätt med salt & peppar

Kejsarschmarn
(Cesarski šmorn)

Mängd:

4 äggulor
3 msk socker
1½ dl vetemjöl
1 tsk salt
2 dl mjölk

4 äggvitor
3 msk smör/matolja
Florsocker, sylt
Arbetstid: ca 20 min
Omelettpanna



Tillvägagång:

1. Rör äggulorna med socker och tillsätt mjöl, salt och mjölk (el. gräddmjölk). Vispa ihop till en jämn smet.
2. Vispa äggvitorna till hårt skum och vänd in dem i smeten. Smält smöret i en omelettpanna och häll ner smeten. Grädda tills undersidan fått färg.
3. Vänd pannkakan - omeletten med hjälp av ett lock. Tillsätt ev. lite mer smör/matfett och grädda andra sidan tills den fått färg.
4. Tag gaffeln och riv sönder pannkakan i små oregelbundna bitar. Grädda dem ytterligare en stund. Servera **kejsarschmarn** direkt ur panna el. vänd den på ett varmt serveringsfat. Strö över florsocker och servera sylt till (helst plommon el. körsbärssylt).

Bondomelett (Kmečka omleta)

Mängd – 2 portioner:

4 ägg
2 kokta skivade potatisar
2 tsk oliv- el. solrosolja
1 tunt skivad lök
2 pressade vitlöksklyftor
1 paprika, urkärnad och tunt skivad
1 tsk blandade örterkryddor
Salt & peppar



Tillvägagång:

1. Vispa ihop äggen med kryddorna och ställ åt sidan.
2. Hetta upp oljan i en stor tjockbottnad teflonpanna. Lägg i grönsakerna och låt steka tills de känns mjuka. Tillsätt potatis och örterkryddor och stek ytterligare 5 min. Salta och peppra.
3. Häll ner äggsmeten och rör om lätt så att den blandas med grönsakerna. Låt stå på låg värme i 5 min tills omelettsmeten har stelnat i botten.
4. Låt omeletten svalna i panna under ca 10 min och lossa den sedan från kanten med en stekspade el. kniv av trä/plast. Lägg en stor tallrik över panna och vänd omeletten upp och ner. Servera den varm el. kall, uppskuren i mindre bitar.

Ostschnitsel (*Sirov zrezek*)



Mängd – 4 portioner:

Ca 600 g ost (emmentaler el. grevé)

4 skivor kokt el. rökt skinka

2 msk örtsenap

Panering:

2 ägg

Ströbröd

Salt & peppar

Stekning:

4 msk smör el. margarin

Tillvägagång:

1. Skär upp osten i 8 skivor ca ½ cm tjocka. Bred senap på skinkan och lägg ihop ostskivorna två och två med skinkan emellan.
2. Vispa upp äggen och vänd schnitslarna först i ägg och sedan i ströbröd, blandat med lite salt och peppar. Låt paneringen torka något innan schnitslarna steks. Osten bör vara väl täckt av paneringen.
3. Stek ostschnitslarna i matfettet över svag värme tills de är fräsiga och gyllengula. Servera rätten varm med salladsblad el. med tomatsallad.

Rostad potatis som tillbehör (*Pražen krompir*)



Mängd – 6 portioner:

1 kg potatis

80 g lök

70 g olja el. matfett

Salt ev pepparblandning

2 msk hackad persilja

Tillvägagång:

1. Tvätta och koka potatisen. Skala och skiva potatisen i tunna skivor.
2. Fräs löken. Bryn den så den blir gyllenbrun. Tillsätt potatisen. Bryn den på låg värme från början. Höj värmen och bryn, rosta den i några min.
3. Häll i 1 dl vatten mot slutet. Bryn potatisen igen.

Tips: Servera rostad potatis till kött, korv, sallad, fisk, stek, snitslar och till annat.

Laga mat med glädje!

GRISKÖTT, STEK och ANNAT



**Svinjsko meso,
pečenke in drugo**

Kassler med paprika (Prekajena svinjska zarebrnica)



Mängd - till ca 4 portioner:

500 g kassler
3 paprikor i olika färger
1 squash
1 1/2 dl vatten
1 msk koncentrerad grönsaksfond
1 msk tomatpuré
1-2 tsk grönppeppar
1 1/2 dl riven ost
Ugn: 225°

Tillvägagång:

1. Skiva kasslern och lägg den i en smord eldfast form.
2. Kärna ur paprikorna och strimla dem. Skiva squashen och halvera eventuellt skivorna.
3. Fräs paprika och squash i lite matfett tills de börjar mjukna, ca 6-8 minuter. Lägg det bredvid kasslern.
4. Koka upp vattnet och tillsätt fond, tomatpuré och grönppeppar. Håll det över grönsakerna.
5. Strö riven ost över det hela och gratinera mitt i ugnen ca 10-15 minuter. Det är gott med ris el. pasta till.

Köttfärslimpa, baconlindad (Pečenka iz mletega mesa)



Mängd – för 6 portioner:

1 hackad lök
1 urkärnad, hackad grön paprika
3 tsk solrosolja
120 g skivat magert bacon
40 g nötfärs el. blandfärs
1 msk soya
1 msk grill krydda
1 tsk salt & nymald svartpeppar

Tillvägagång:

1. Lägg lök, paprika, 2 tsk olja och en msk vatten i en kastrull. Rör om väl och värm upp tills det fräser. Lägg på lock och låt småputtra i 5 min tills grönsakerna mjuknat. Låt svalna.
2. Sätt ugnen på 200°, lägg ugnsfolie i en långpanna och pensla den på mitten med olja. Lägg ut baconskivorna ganska tätt längs mitten.
3. Blanda färsen med den avsvalnade lökblandningen och övriga kryddor. Skeda upp blandningen ovanpå baconet och forma till en oval limpa, släta till ytan lätt.
4. Vik upp sidorna på foliearket och forma den så att färslimpan omsluts

helt. Grädda i ca 45 min.

Ovansidan bör kännas fast.

5. Ta ut långpannan, håll vätskan i en liten skål, låt svalna lite och ta bort fett från ytan. Buljongen som blir kvar kan användas till soppor och stuvningar.

6. Avlägsna folien och lyft över limpan till ett serveringsfat. Låt stå i 5 min innan du skär den i skivor. Den kan också kallna, då blir det lättare att skära limpan. Servera med grön sallad och kokt el. bakad potatis.

Fläsklägg med surkål

(Prekajena krača s kislim zeljem)



Mängd – 6 portioner:

Ca 1 kg rökt lägg (ev rökta revben)

1½ l vatten

Surkål:

Ca 1 kg surkål (konserverad)

2 msk matfett

1 hackad lök

1 klyfta vitlök

1 msk vetemjöl

Salt & peppar

Tillvägagång:

1. Tvätta det varmrökta fläsklägget el revben och koka tills köttet lätt kan skiljas ifrån benen.

2. Skär upp det varma köttet och servera med surkålen.

Surkål, tillvägagång:

3. Skölj av surkålen i kallt vatten.

4. Bryn den hackade löken och en



hackad klyfta vitlök i matfettet tillsammans med 1 msk vetemjöl.

5. Tillsätt surkål och ca ½ l vatten.

Täck över och koka alltsammans ca 20 min. Krydda efter smak. Servera varmt.

Grisstek med rutad svål

(Svinjska pečenka s kožo)



Mängd - 8-10 pers

ca 2 kg fläskstek el. kotletråd med svål

2 msk grovsalt

2-3 lagerblad

1/2-3/4 kvarts liter vatten

Tillvägagång:

1. Skär djupa snitt i svålen tvärs över med vass kniv ända ner till köttet med en halv centimeters mellanrum.

2. Gnugga ner salt i skårorna ända ner. Stick i ett par lagerblad el. lägg dem under köttet.

Lägg steken på ett galler över en långpanna så att svålen ligger så rakt som möjligt. Lägg hoprullad staniol el. en bit skalad potatis för att få svålen att ligga så rakt som möjligt.

3. Häll vattnet i långpannan. Stick in en stektermometer och sätt in steken i kall ugn. Sätt ugnen på 200 grader och stek ca 1 och 1/2 timme. Stektermometern ska visa + 55 grader. Då ska man prova om svålen är spröd. Om den är det steker man vidare tills temperaturen visar +65 grader. Om svålen inte är tillräckligt spröd sätter man upp värmen till 250-300 grader tills temperaturen i mitten av steken är +65 grader. Håll ett öga på svålen så att den inte blir för mörk.

4. Ta ut ur ugnen och häll av skyn. Låt steken vila på galler i ca 20 min invirad i folie. Då går temperaturen upptill 70 grader. Sila stekkyn i en gryta, låt stå några minuter och skumma av ytan. Använd till sås, öka eventuellt på med lite buljong, fond el. rödvin.

Revben i sås (*Rebrca v omaki*)

Mängd:

6 revben
Salt & peppar
2 msk olja

3 scharlottenlökar el. lökar
100 g svamp
2 msk vin
Buljong el. vatten
Vitlök
1 msk gräddfil
1 msk mjöl
Vatten

Tillvägagång:

1. Gris- el. nötrevben plockas från benen. Salta köttet, bryn lätt i oljan och flytta över till en annan gryta el. panna.

2. Fräs sedan scharlottenlökarna el. lökar i samma olja. Tillsätt svamp när löken har fått färg. Häll i vinet, krydda och tillsätt lite buljong el. vatten.

3. Lägg köttbitarna i pannan ovanpå varandra och bräsera. Vänd. Tidsåtgången beror på köttmängden och valet av kött.

4. Blanda till slut in redningen, gjort på gräddfil, vatten och mjöl och koka lätt. Stäng av plattan.

Tips: På liknadne sätt kan nästan allt slags kött tillberedas.

Fläskkotletter (*Svinjski kotleti*)



Mängd – 4 portioner:

4-8 fläskkotletter
2 burkar creme fraiche
4-5 dl grädde med valfri fetthalt
Salt och grovmalen svartpeppar
Soya

Tillvägagång: 1. Lägg kotletterna på ett ungssäkert fat med kanter.
 2. Krydda med svartpeppar och salt på båda sidor. Blanda creme fraiche, grädde, soya och svartpeppar och håll över kotletterna.
 3. Sätt in i ugnen i 200 grader i ca 1 tim och 10 min. Vänd efter halva tiden. Servera med kokt el. stekt potatis.

Marinerad fläskfilé *(Mariniran svinjski file)*

Mängd - 4 personer:

600 g fläskfilé

Marinad: 2 tsk rosmarin

2 msk olivolja

1 msk kinesisk soya

1 vitlöksklyfta

Salsa:

knippor persilja

2 vitlöksklyftor

1 burk sardel

1 msk kapris

1 msk citronsaft

1 1/2 dl olivolja

Vitpeppar och salt

2

Tillvägagång:

1. Smula rosmarinen och blanda med övriga marinadingredienser. Pensla fläskfilén med blandningen och marinera den i kylskåp i några timmar el. över natten.

2. Sätt ugnen på 250 grader. Lägg köttet i en smord form och stek den 20-25 min. Krydda.

3. Såsen: Hacka ihop persilja, vitlök, sardel kapris och citronsaft och blanda i en bunke. Tillsätt oljan. Smaka av med salt och peppar.

Fläskfilé (Svinjski file)

Mängd - 2 personer

200 g filé

2 portioner ris

1 matsked citron extrakt

1 kryddmått cayennepeppar

1 knippe långa bönor

100 g mini majs

1/2 dl vatten

Tillvägagång:

1. Bryn till filen med Cayennepeppar och citron-extrakten, tillsätt 1 halv dl vatten lägg sedan i minimajsen efter 2-3 min och efter 5 min bönerna.

2. Låt det stå i cirka 10 min på mellan värme. Tillsätt gärna lite svampsoya.

Weinerschnitzel *(Dunajski zrezek)*

Mängd - 4 portioner:



250 g griskött el. kalkonkött
 (ursprungligen: kalvkött)

5 dl matlagingsgrädde

1 ägg

Ströbröd

Smör

Olja

1 tomat

100 g Goudaost

Tillvägagång:

1. Dela köttet i 4 snitslar, bulta ut köttbitarna med plast över med en köttklubba.
2. Vispa gräddfil och ägg. Rulla varje snitsel i blandningen och i ströbrödet.
3. Hetta upp smöret och oljan i en panna. Friterar snitslarna guldbruna, vänd och friterar dem på andra sidan också.
4. Tvätta tomaten och skär den i tärningar. Riv osten.
5. Sätt ugnen på 175°. Lägg de panerade snitslarna i en ugsäker bakform. Tillsätt tomaten och osten på varje snitsel. Grädda tills osten smälter. Servera genast. Potatis el. ris samt sallad passar utmärkt till Weinerschnitzel.

Snitsel med gräddsås

(Zrezek s smetanovo omako)

Mängd - 4 personer:

- 4 skivor benfri kotlett.
- 1 ägg.
- 1 dl ströbröd.
- 10 potatisar
- 3 dl grädde,
- 2 dl mjölk.

Tillvägagång:

1. Lägg köttet på skärbrädan, bulta ut köttbitarna med plast över med en köttklubba.
2. Panera i ägg och ströbröd.
3. Gör en fin stekyta och sedan in i ugnen på 175 grader, då behåller den saftigheten, annars blir det som en seg skosula.

4. Stek potatisen med lite lök, slå upp grädden och mjölken i en kastrull och värm upp, håll gärna i skyn från stekplåten och 1-2 msk flytande köttbuljong. Red av med lite majsena el. vanligt mjöl.

Cevapcici med paprikasås
(Čevapčići z omako iz paprike)



Mängd – 4 personer:

- 500 g lammfärs
- 1 gul lök
- 2 vitlöksklyftor
- 1 ägg
- 1/2 dl vatten
- 1 tsk salt
- 1 krm peppar
- 1/2 msk smör
- Sås**
- 2 stora paprikor
- 1 tsk olja
- 1 dl Creme fraiche (5%)
- 1 dl vatten
- 1 msk kalvfond
- 1/2 tsk salt
- 1 krm peppar

Tillvägagång:

1. Skala och finhacka löken.
2. Blanda lammfärs, lök, pressad vitlök, ägg, vatten, sambal oelek, salt och peppar till en smidig färs.

3. Forma avlånga "järpar" av färsen.
4. Stek järparna i smöret tills de fått en gyllenbrun färg runt om.

Sås

1. Skölj, kärna ur och skär paprikan i grova bitar. Fräs den i en kastrull med olja.
2. Tillsätt fraiche, vatten och fond.
3. Koka ihop i ca 10 minuter.
4. Mixa såsen med en stavmixer. Smaka av med salt och peppar.

Blodkorv med surkål (Krvavice s kislim zeljem)



Mängd – 4 portioner:

- 4 blodkorv (krvavice)
- 1 gul lök
- 4 klyftor vitlök
- 2 lagerblad
- 1 tsk svart peppar, korn
- 1 msk paprikapulver
- 1 burk surkål
- 2 msk matolja

Tillvägagång:

1. Öppna en burk med surkål och skölj av med vatten.
2. Värm matoljan, hacka löken och vitlöken och fräs dem med peppar.
4. Tillsätt surkål, paprikapulver och 2 dl vatten. Rör om och bräsa under lock i ca 30 min.

5. Ta fram en panna och varm 1 msk olja. Tillsätt blodkorv och stek sakta i ca 30 min.

Tips: Kokt el. stekt potatis passar utmärkt till! I stället för surkål kan man ta surbetor som också finns att köpa färdiga på burk. Tillvägagång är samma som för surkål. Även blodkorven kan bytas ut mot äkta slovenska kranjska klobasa el. fläskstek.



Kranjska klobasa med surkål

Čevapčići (Čevapčići)

Čevapčići är en oval färsbulle som du gör själv el. köper färdig i matbutiker. Tillsammans med en bönröra fixar du lätt en god måltid på en kvart.



Mängd - 4 personer:

- 8 čevapčići av kalkonkött
- Ev 1 msk matfett
- 1 rödlök

2 dl kokta röda bönor
2 dl kokta svarta bönor
2 dl kokta kikärter
2 dl krossade tomater
1 gul paprika
Salt & peppar

Tillvägagång:

1. Värm čevapčiči i ugnen på 225 grader ca 10 min, el. stek dem i lite matfett i stekpannan.
2. Skala och hacka löken. Häll av spadet från bönorna och kikärterna. Värm dem i en kastrull tillsammans med löken och tomaterna. Strimla paprikan och låt den mjukna med i slutet. Smaksätt med salt och peppar.
3. Servera de varma čevapčičin med den ljumma bönröran.

Till čevapčiči kan alla sorters färs användas – från gris-, ox- till kalkonkött.

Panerade nöt- / fläsksnitslar (Pohani telečji ali svinjski zrezki)



Mängd – 4 personer:

800 g fint kött
2 - 3 ägg
2 dl mjöl

2 dl ströbröd
Salt & peppar
½ l matolja att friteras i
1 citron

Tillvägagång:

1. Dela det fina köttet i ungefär lika stora bitar ca 8 stycken. Krydda bitarna med salt & peppar, ev med vitlök.
2. Vispa äggen, tillsätt gärna några skedar öl. Doppa köttbitarna först i mjölet, sedan i äggen och avsluta med att doppa dem i ströbrödet.
3. Fräs paneringen i matoljan ca 5 min på varje sida tills paneringen får en gulbrun färg. Servera med favoritgrönsaker och en klyfta citron till varje portionering. Det passar bra med lätt förvålade broccoli och späda morötter el. också en grön sallad med stekt potatis till. Potatisen kan även bytas ut med kokt ris.

Grislägg (Svinjska krača)



Mängd – 4 portioner:

1 grislägg (ca 1 kg)
Bacon, 4 skivor
Vitlök, 4 klyftor
Salt & peppar
Vatten
2 dl vin

Tillvägagång:

1. Skölj köttet och salta det. Hacka vitlök och strö den över köttet med peppar. Lägg på bacon och sätt det i en ugsäker form.
2. Sätt ugnen på 225°, lägg köttet i mitten av ugnen. Under stekningen ska vätskan – vatten el. vin med jämna mellanrum tillföras.
3. Stekspaden kan hällas över det stekta köttet el. användas till såsen. Den sista 30 min av stekningen kan skalad och saltad potatis i klyftor tillsättas i stekformen. Blanda några gånger och tillsätt hackad persilja när köttet är klart.
4. Servera med stekt potatis, potatismos el. cmocker (kroppkakor). Det passar även gott med surkål el. en grön sallad till.

Fläskstek (Pečenka)

Mängd – 6 portioner:

1 kg griskött (skinkstek, halsstek, karré...) 120-150 g per person
Salt & peppar
3 klyftor vitlök
Lagerblad
Rosmarin
Kummin
2 skivor citron
Lite vatten

Tillvägagång:

1. Salta köttet. Lägg på citronskivorna på båda sidor av köttet. Tillsätt övriga kryddor och sätt köttet i ett ugsäkert fat. Tillsätt gärna lite morot och palsternacka och häll i ca 1 dl vatten.
2. Sätt ugnen på 190°. Ställ in fatet i mitten av ugnen i ca 1½ tim. vänd köttet emellanåt och tillsätt mer

vätska – vatten el. buljong. Sänk värmen mot slutet av stektiden. Servera med kokt ris el. stekt potatis och en grön sallad till.

Färsfylld köttrulle **(Polnjena mleta pečenka)**



Mängd - för ca 6 - 8 portioner:

800 g oxinnanlår i 1 cm tjocka stora skivor
1 ägg
2 äggulor
3/4 dl mjölk
ca 50 g kantskuret vitt formbröd
400 g köttfärs
1 knippe bladpersilja
2 vitlöksklyftor
1 tsk stött rosmarin
1 tsk timjan
50 g riven parmesanost
1/2 tsk salt
1/2 krm peppar
100 g salami
125 g mozzarellaost
1 gul lök
2 burkar hela tomater
5 dl rödvin
1 grönsaksbuljongtärning
1 lagerblad
Ugn: 175°

Tillvägagång:

1. Vispa samman äggulorna med ägget och mjölk. Kantskär brödet och smula ner det i blandningen. Låt det stå och svälla en stund.
2. Tillsätt färsen, finhackad persilja, pressad vitlök, timjan, rosmarin, parmesanost, salt och peppar. Arbeta färsen smidig.
3. Lägg ut köttskivorna på plastfolie. Lägg dem så att de går lite omlott både på längden och bredden. Banka ut köttskivorna så att de blir hälften så tjocka och så att de häftar fast vid varandra.
4. Fördela färsen över köttskivorna men lämna en fri kant runtom. Strimla salamin och strö den över köttet. Skiva osten och fördela skivorna ovanpå. Rulla samman till en tjock korv. Bind om den ordentligt med krympt bomullsgarn. Salta och peppra rullen lätt.
5. Bryn rullen gyllene runtom i lite matfett. Lägg över den i en smord eldfast form.
6. Skala och hacka löken. Låt tomaterna rinna av. Fräs löken mjuk och glansig i lite matfett. Hacka tomaterna grovt och lägg ner dem i stekjärnet tillsammans med vin, buljong och smulat lagerblad. Låt det koka upp. Smaka av med salt och peppar.
7. Häll tomatkyn runtom rullen i formen. Täck med aluminiumfolie och ställ formen mitt i ugnen ca 1 1/2-2 timmar. Vänd rullen någon gång under tiden el. ös den.
8. Tag upp rullen och låt den vila en stund innan den skärs upp i tjocka skivor. Bjud tomatröran till. Kokt pasta, ris el. en potatisgratäng smakar också gott till.

Tips: Färsfylld kötrulle som klarar sig själv i ugnen blir en riktig festmåltid. På bilden Färsfylld kötrulle, Gratinerad aubergin och Örtmarinerad paprika.

Färskrans

(Venec z mletega mesa)



Mängd - till ca 4 portioner:

500 g köttfärs
3/4 dl ströbröd
3/4 dl mjölk
1 burk hela tomater
1 ägg
1 tsk salt & 1 krm peppar
1 msk färsk hackad basilika
1 msk senap
15-20 urkärnade oliver
2 skivor vitt formbröd
50 g smör el. margarin
1 dl riven ost
1 dl hackad persilja
1 pressad vitlöksklyfta
Soya
Ugn: 225°

Tillvägagång:

1. Lägg ströbrödet i en skål tillsammans med mjölken. Låt

tomaterna rinna av och håll spadet i ströbrödsskålen. Låt det stå och svälla ca 10 minuter.

2. Tillsätt ägg, färs, salt, peppar, basilika, halverade oliver och senap. Arbeta det till en ganska lös smet.

3. Lägg färsen i en ring runt en smord eldfast form. Lägg de avrunna tomaterna i mitten.

4. Smält under tiden matfettet. Kantskär brödet och smula ner det i matfettet tillsammans med hackad persilja, riven ost och pressad vitlök. Fördela blandningen över tomaterna.

5. Pensla kransen med lite soya och grädda mitt i ugnen ca 35-40 minuter. Bjud kokt ris el. pasta till.

Gratinerade köttfärsbiffar

(Gratinirani polpeti)

Mängd:

300 g nötfärs
300 g fläskfärs
60 g bröd el. ströbröd
2 dl mjölk
1 ägg
Salt & peppar
Persilja
Vitlök
Lök
80 g ost

Tillvägagång:

1. Häll mjölken i en skål tillsammans med brödet el. ströbrödet. Blanda med köttfärsen.
2. Tillsätt finhackad lök, vitlök, persilja, ägg, salt och peppar och knåda för hand. Låt degen vila 30 min. Forma små färsbiffar.

3. Ta fram en panna och värm 2 msk olja. Stek biffarna knapriga.

4. Lägg dem i en panna och tillsätt lite vatten el. buljong. Sätt på locket och bräsera ca 20 min.

5. Flytta färsbiffarna till en ugnssäker form. Skär tunna skivor ost och lägg dem på varje färsbiff.

6. Sätt ugnen på 200° i övre delen tills osten smälter och får en gulbrun färg. Servera med potatissallad el. någon anna sallad efter fritt val.

Köttfärssnitslar i sås

(Sesekljani zrezki v omaki)



Mängd:

300 g nötfärs
300 g fläskfärs
2 skivor bröd el. ströbröd
Salt & peppar
1 msk hackad persilja
1-2 klyftor vitlök
1 lök
1 ägg
Olja till stekning
1 msk gräddfil
1 msk tomatpuré
1 tsk svampsåpulver

Tillvägagång:

1. Häll mjölken i en skål med brödkivorna el. skorpmjölet i. tillsätt ägg, alla kryddor och blanda tillsammans med köttfärsen ordentligt för hand. Låt degen vila i 30 min. Forma runda snitslar och lägg dem på ett fat.
2. Värm matfettet i en panna. Stek snitslarna knapriga, ta upp dem och lägg dem på en tallrik.
3. Skala och hacka löken och fräs den i samma panna. Tillsätt mjölet och häll i 1½ dl vatten. Låt puttra i 1 min. Lägg i snitslarna, bräsera i 20 min under lock.
4. Förbättra såsen med 1 msk gräddfil och 1 msk tomatpuré och 1 tsk pulver till svampsås, blanda med ca 1 dl vatten. Vispa och häll i pannan med färssnitslarna. Låt sjuda i några min tills snitslarna och såsen är klara. *Smaklig måltid!*

Kötttrullad i sås

(Mesni zavitek v omaki, rulada)



Mängd – 4 portioner:

600 g kött (nöt, ox, gris; högre, grishals, skinka) till en stor snitsel
180 g köttfärs (av annan sort än snitsel)
40 g bröd
Vitlök

Lök

Salt & peppar

Persilja

1 ägg

Sås:

1 -2 msk gräddfil

1 msk tomatpuré

1 tsk senap (gorčica)

1 msk svampsoppa (torkad)

2 msk matfett

Tillvägagång:

1. Forma en stor snitsel av det valda köttet. Krydda.
 2. Blanda köttfärsen med brödsulorna.
 3. Hacka och fräs löken och tillsätt färsen. Knåda för hand tillsammans med övriga kryddor. Dela köttfyllningen över hela snitseln (tillsätt ev bacon).
 4. Rulla ihop snitseln och fäst den med tandpetare.
 5. Bryn kötttrulladen i en panna med upphettat matolja. Tillsätt några skivor lök i sidorna av rulladen så att den fräses under stekningen.
 6. Tillsätt 1 dl vatten och bräsera under lock. Vänd köttet flera gången och tillsätt vatten så att det inte bränner fast. Tidåtgången beror på kötttrulladens storlek och sorten av köttet.
- Sås:** Ingredienserna till såsen (ovan) vispas i en skål. Tillsätt lite buljong el. vatten och koka upp i ca 2 min. Häll den varma såsen på ett fat och lägg sedan kötttrulladens skivor ovanpå. Servera varmt med t ex potatissallad.

Ugnsstekt korv, falu- el. annan korv, med potatismos
(Pečene klobase v pečici)

Mängd – 4 portioner:

400 g falukorv (11 % fett)
2 msk senap
2 msk ketchup
40 g riven 17%-ig ost
200 g gul lök i klyftor
2 st äpple i klyftor
200 g tomater i klyftor
1 kg potatis
1 msk margarin
1.5 dl mellanmjölk, ev mer
Salt & peppar

Tillvägagång:

1. Dra av skinnet på korven. Lägg korven i en smord, ugnsfast form. Skär skåror i korven. Spritsa i



senap och ketchup. Strö på riven ost. Lägg lök, äpple och tomater runt om. Stek i 225 grader i 20 minuter.

2. Potatismos: Skala och koka potatisen. Tillsätt margarin, mjölk, salt och peppar. Vispa till mos med en elvisp.

Vildsvinstek med rosmarin
*(Pečenka z divje svinje)***Mängd - 10-12 personer**

2-3 kg vildsvinsstek
Ca 1 dl färsk rosmarinblad
Smör
Nymalen svartpeppar
Salt om buljongen är osaltad
2-3 dl mustig buljong

Tillvägagång:

1. Bena ur steken genom att skära längs hela benet, försök att få den så renskuren som möjligt. Bred ur köttet. Hacka rosmarinbladen grovt och fördela det mesta över köttet. Klicka på smör och krydda med svartpeppar. Rulla ihop och knyt med steksnöre. Klappa in resterande rosmarinhack i köttet.
2. Bryn steken runt om i en stekgryta. Salta om buljongen är osaltad. Häll på buljongen och lägg i några rosmarinkvistar. På med locket, sänk värmen och låt puttra. En tre kilos stek behöver drygt en och en halv timme för att bli genomstekt. Sätt en termometer i steken. Vid 80 grader är den färdig.
3. Låt köttet vila under folie vid sidan om grytan medan såsen tillagas.

Sås:

Ca 4 dl ihop kokt sky
1 dl grädde
1 msk calvados el. annat brännvin
Lite strösocker
4. Sila skyn direkt i ett litermått. Häll tillbaka i grytan. Koka ihop till ca 4 dl om det behövs. Tillsätt grädde, vispa och låt koka upp. Sänk värmen, rör ner brännvinet och smaka av med lite socker. Låt såsen puttra vidare en stund.

Viltfräs (*Divjačina*)



Mängd – 4 portioner:

600 g potatis
1 köttbuljongtärning
½ dl vatten
250 g vitkål
1 lök
3 syltiga äpplen
12 enbär
400 g vildsvin-, älg- el. annan viltfärs
2 msk smör
100 g rönnbärsgeleé
Salt & Peppar

Tillvägagång:

1. Sätt igång potatiskoket. Koka upp vattnet med buljongtärningen.
2. Ansa kålen och strimla den. Skala löken och skär i tunna klyftor. Skala äpplena och skär bort kärnhusen. Skär fruktköttet i tunna klyftor. Krossa enbären grovt i en mortel el. en kryddkvarn.
3. Fräs färsen, kålen, löken och äpplena i smöret i en stor stekpanna. Rör om flitigt under några minuter tills färsen är brynt. Salta och peppra.

Kryddade färsrullar (*Začinjeni čevapčići*)

Mängd - 4 portioner:

600 g finmald vildsvinfärs
2 vitlöksklyftor, rivna
3 msk peppar
1 msk färskriven ingefära
1 msk spiskummin
2 msk skuren färsk koriander
4 dl avrunnen naturell yoghurt
Majsolja
Havssalt
Sallad, färsk gurka, citron

Tillvägagång:

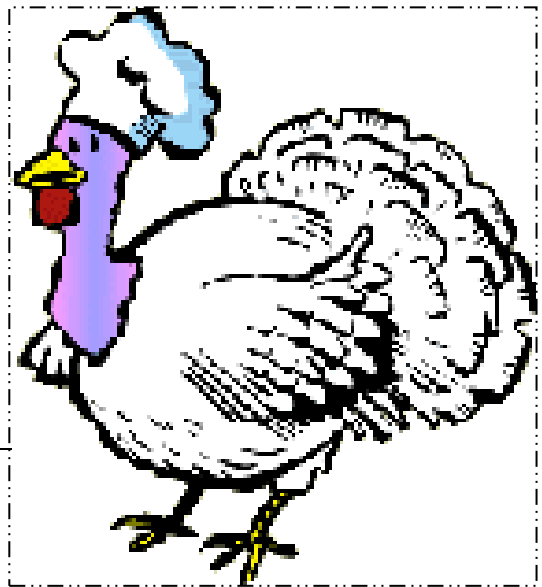
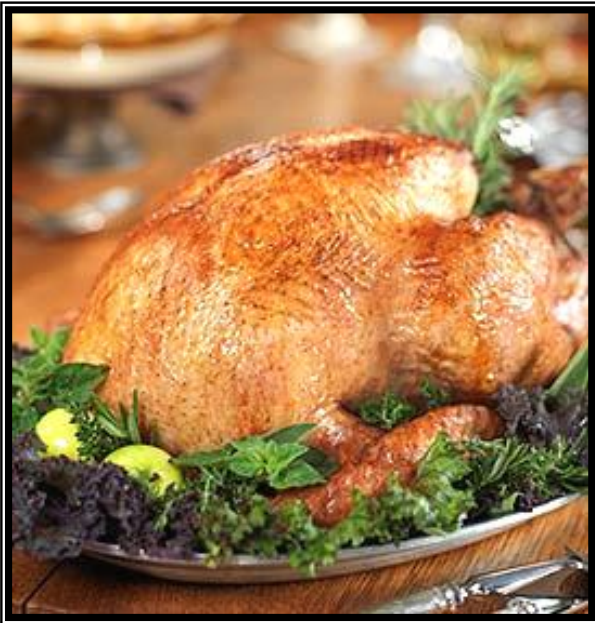
1. Blanda färsen med kryddorna och 1,5 dl av yoghurten.
2. Forma färsen till avlånga rullar, eventuellt med spett igenom. Stek i oljan på het plåt el. panna i ugn på 200 graders värme i ungefär 10–15 minuter. Glöm inte saltet.
3. Servera med sallad, gurka,



ris och resten av yoghurten. Eventuellt också med några droppar olivolja och citron.

Smaklig måltid!

FÅGEL - KALKON och KYCKLING



Perutnina

Panerade kalkonsnitslar *(Ocvrti puranji zrezki)*

Mängd - 4 portioner:

4 stora snitslar av kalkonbröst

1 ägg

Ströbröd

Salt och peppar

Smör att steka i

Sås:

Sky, ananassås

el. bearnaisesås

Tillvägagång:

1. Panera snitslarna, krydda och stek dem några minuter på varje sida. Tänk på att köttet är otroligt mörkt och behöver inte lång stektid.

2. Servera med kokt och ev pressad potatis el. stekt klyftpotatis, grönsallad el. vitkål, portionervinsgelé, inkokta päron med rostad mandel, ananasring med rårörda lingon i mitten etc.

Stekta kalkonlår *(Pečena puranja stegna)*

Mängd - 4 portioner:

1 färskt kalkonlår ca 1 1/2 kg

Lök och morot i bitar

1 tsk av vardera timjan, rosmarin och salvia

Ev. 1 vitlöksklyfta

1 tsk salt, svartpeppar

Tillvägagång:

1. Gnid in kalkonlåret med kryddorna och stick eventuellt in vitlöksklyftan i den tjockaste delen av låret, salta och peppra. Stek låret i 175-200° ugn ca 2,5 timme. Känn med en sticka att köttsaften

är klar. Varma serveras med gräddsås, kalla med potatissallad.

Gräddsås:

3 dl sky

1 1/2 dl kallt vatten

3 msk vetemjöl

2 dl grädde

Salt och peppar

2 msk portionervinsgelé

1. Koka upp skyn.

2. Gör en redning med vatten och mjöl.

3. Häll redningen i skyn. Vispa kraftigt. Häll i grädden. Låt såsen koka 2 minuter. Smaksätt med salt, peppar och gelé.

Kalkon på kungligt sätt *(Puran po kraljevsko)*

Mängd - 4 portioner:

500 g stekt kryddrulle

1 burk svamp

1 röd paprika

2 msk smör

2 msk mjöl

Ca 3 dl gräddmjölk och svampspad

Salt & peppar

Ca 3 dl kokta gröna ärtor

Kokt ris för 4 personer



Tillvägagång:

1. Skär köttet i små bitar. Strimla paprikan och häll av svampspadet och spara det. Fräs svampen och paprikan i smör, pudra över mjölet och späd med svampspad och mjölk under omröring.

2. Låt koka ca 2 minuter. Blanda ner köttet och koka ytterligare 1 minut. Smaka av stuvningen med salt och peppar. Packa det heta

kokta riset i en kransform och stjälp upp det på ett stort fat. Häll ärtor runt om och stuvningen i mitten.

Kalkonsnitsel (*Puranji zrezek*)



Mängd - 4 portioner:

8 tunna snitslar av kalkonbröst
4 skivor basturökt kalkonbröst
4 skivor cheddarost
Vetemjöl,
Salt & peppar
1 ägg
Ströbröd

Tillvägagång:

1. Bulta ut snitslarna tunt och täck hälften av dem med rökt kalkon.
2. Lägg på ostskivorna och överst resten av snitslarna. Krydda och panera "paketen" först i vetemjöl sedan i uppvispat ägg och sist i ströbröd. Pressa ihop snitslarna något.
3. Stek långsamt i smör ca 5 minuter på varje sida. Servera med brynt potatis och sallad.

Inbakat kalkonbröst (*Puranja prsa v testu*)

Mängd - 6 portioner:

1 färskt kalkonbröst, ca 1 1/2 kg

Salt & peppar

1 rulle färsk smördeg (pajdeg)

5 dl svampstuvning

1 ägg

Pajdeg:

3 1/2 dl mjöl

150 g smör

4 msk vatten

Tillvägagång:

1. Bind upp kalkonbrösten med bomullssnöre el. placera bröstet i



avlång sockerkaksform. stek i 225° ugnsvärme tills innertemperaturen är 63°, ca 0,5 timme. Låt svalna och ta bort snörena.

2. Skär i 0,5 cm tjocka skivor och lägg ihop till en rulle med kall el. avsväljad stuvning emellan. Svep in bröstet i smördeg.

3. Pensla med ägg. Grädda ca 0,5 timme i 200-225° ugn tills degen är gräddad och köttet är varmt. Eventuellt kan kronärtskocksbottnar med svampstuvning gräddas tillsammans med kalkonbrösten under senare delen av gräddningen. Garnera med apelsinskivor ovanpå och gröna ärtor och sparris vid sidorna.
4. Servera med rödvinssås el. svampsås och brynt potatis.

Kalkonsnitsel med vermouthsås (Puranji zrezek z omako)



Mängd - 4 portioner:

800 g snitsel av kalkonbröst

1 tsk salt

2 krm svartpeppar

Smör till stekning

Sås:

1/2 dl Vermouth

4 dl creme fraiche

1 buljongtärning

Salt & peppar

Klippt krasse el. persilja

Tillvägagång:

1. Stek snitslarna hastigt ca 2 minuter på varje sida. Salta och peppra. Håll dem varma.
2. Koka ur pannan med vinet och tillsätt creme fraiche.
3. Smula ner buljongtärningen och smaka av.
4. Häll sist i den klippta kryddkrassen el. persiljan. Servera med kokt pressad potatis.

Kalkonrulader i rosésås (Puranja rulada)

Mängd - 4 portioner:

8 tunna snitslar av kalkonbröst

1 tsk salt

1 krm svartpeppar
1 dl hackad persilja

2-3 dl vatten

1 buljongtärning

2 dl creme fraiche

1/2 msk krossad rosépeppar

1 msk ljus, fransk senap

2 krm dragon

Tillvägagång:

1. Lägg snitslarna på ett skärbräde. Strö över salt, peppar och persilja. Rulla ihop och fäst med tandpetare.
2. Bryn rulladerna i stekpanna. Lägg över dem i en låg kastrull el. traktörpanna. Vispa ur pannan med vatten, tillsätt buljongtärning och creme fraiche och vispa såsen slät.
3. Rör ner rosépeppar, senap och dragon och håll spåsen över rulladerna. Låt dem eftersteka under lock på svag värme 5-10 minuter. Smaka av såsen som skall ha fyllig smak. Strö över klippt persilja och rosépeppar och servera rulladerna med råstekt potatis och broccoli.

Ostgratinerad Kalkon (Puran s sirom)



4 portioner

800 g kokt, stekt el.

grillat kalkonkött i bitar

Till ostsåsen:

2 msk smör
2 msk mjöl
3 dl mjölk
1 äggula
2 dl riven ost av Cheddartyp
Salt, peppar och paprikapulver

Tillvägagång:

1. Lägg kalkonköttet på ett smort ugnsäkert fat med kanter. Smält smöret till såsen och blanda ner mjölet.
2. Späd med mjölken och låt koka sakta i några minuter. Tag blandningen från värmen och blanda i osten och äggulan. Smaksätt. Häll såsen över kalkonköttet och gratinera i ugn vid 250° i ca 15 minuter tills rätten fått fin färg.
3. Servera med kokt råris, sallad och eventuellt broccoli.

Kalkonrulle (*Puranji zavitek*)



Mängd:

300 g rökt kalkonkött
1 purjolök
1 liten brk svamp
1 dl finhackad persilja
3 dl riven ost
1 krm mejram
Salt och peppar

Smet:

50 g smör
1 dl vetemjöl
3 dl mjölk
2 dl grädde
3 ägg
1 krm salt
1/2 tsk bakpulver

Tillvägagång:

1. Fräs smör och mjöl, späd med mjölk och grädde och låt såsen koka några minuter. Ta kastrullen från värmen och rör ner äggulor, salt och bakpulver. Låt smeten svalna och rör försiktigt ner hårt vispade äggvitor.
2. Lägg ett bakpapper i en långpanna och bred ut smeten. Grädda i 250° ugn 15-20 min. Låt kakan svalna innan den stjälpes upp på bakplåtspapper. Till fyllningen fräses den hackade purjolöken med tärnat kalkonkött och svamp. Strö blandningen över kakan tillsammans med persilja och hälften av osten. Rulla ihop kakan som en rulltårta och strö resten av osten ovanpå. Så här långt kan man förbereda dagen innan. Rullen går även att frysa in för ett senare tillfälle. Före serveringen gratineras rullen i 225° ugn. Osten skall smälta och få fin färg.
3. Servera rullen som lunch, kvällsvickning el. entré, gärna med en grönsallad och ett vitt vin till.

Flamberad kalkonsnitsel (*Flambiran puranji zrezek v poprovi omaki*)

Mängd - 4 portioner:

4 snitslar av kalkonbröst, 6-700 g
1 msk grovkrossad vitpeppar
1 tsk salt
2+1 msk smör
4 cl konjak
1 1/2 dl grädde
1/2 tsk kinesisk soya

Tillvägagång:

1. Peppra snitslarna på båda sidor. Hetta upp smöret i en traktörpanna och låt det bli nötblunt. Salta snitslarna och stek dem 2-3 minuter på varje sida. Häll i konjaken, sätt pannan åt sidan, tänd på omedelbart och låt konjaken brinna ut. Ta upp köttet och håll det varmt.
2. Häll grädden i pannan och koka ihop till en tjock sås. Smaka av med soya, salt och smör. Servera med ugnsbakad potatis och bönor.

Kalkonlår i citronsås

(Puranje bedro v limonini omaki)



Mängd -4 portioner:

4 färska kalkonlårklubbor
2 msk fransk senap
2 msk smält smör
Fint strimlat skal från 1 citron
Salt & 1 tsk krossad svartpeppar
3 dl creme fraiche

Lite saft från citronen

Tillvägagång:

1. Blanda senap och smör. Pensla kalkonlårklubborna med blandningen. Lägg dem på ugnssäkert fat med kanter. Krydda med salt och peppar. Stek dem i 200° ca 1,5 timme. Vänd dem någon gång under stekningen.
2. Tvätta citronen och strimla skalen. Blanda skal, creme fraiche, kryddor och lite citronsajt i en skål. Späd med stekskyn från klubborna. Häll såsen runt om kalkonlårklubborna och låt dem puttra vidare i såsen i 175° i ca 0,5 timme, tills klubborna är möra.
3. Smaka av såsen och servera kalkonlår i citronsås med kokt rårís el. potatis och tomat sallad.

Doftande panna med kalkon

(Dišeča ponev s puranom)

Mängd – 4 portioner:

500 g basturökt kalkonbröst
el. lårkött
25 g smör
3 tsk curry
1 pressad vitlöksklyfta
1 finstrimlad purjolök
1 finstrimlad paprika
1 msk tomatpuré
1 dl vispgrädde
2 dl creme fraiche
1/2 dl portionervin
Salt & peppar

Tillvägagång:

1. Skär kalkonköttet i fina strimlor. Fräs dem i smöret med curryn, vitlöken, purjolöken och paprikan i

en traktörpanna el. dyl. När grönsakerna mjuknat lite, tillsätt tomatpuré och grädde och koka ihop. Rör i creme fraiche. Smaka av med portionervin och ev kryddor. Låt allt bli genomvarmt.

2. Servera med kokt ris el. pasta och en grönsallad.

Exotisk kalkonsnitsel *(Eksotični puranji zrezek)*



Mängd - 4 portioner:

800 g kalkonsnitsel
Salt & peppar
Smör att steka i
2 stora mogna avokados
Saft från en halv citron
4 dl buljong
1 msk potatismjöl
1 msk fransk senap
2 syrliga äpplen
2 gula lökar
1 vitlöksklyfta

Tillvägagång:

1. Bryn snitslarna i smör ca 2 minuter på varje sida beroende på tjocklek. Krydda och håll varma under folie.
2. Skala och mixa el. passera avocadofrukterna. Rör ner citronsaften i moset.
3. Koka upp buljong plus eventuell sky från snitslarna och red av med

mjölet utrört i lite vatten.

Dra kastrullen åt sidan och tillsätt moset.

4. Smaksätt såsen med senap, salt och peppar. Håll den varm. Skala lök och äpple, skär dem i klyftor.

5. Skär vitlöken i tunna skivor. Bryn löken och vitlöken och lägg sist i äppleklyftorna. De ska bara mjukna. Krydda. Häll såsen i en traktörpanna, lägg i kött och äpple. Dekortera med persilja och rostad hackad mandel

6. Bjud sallad, bröd och bananskivor till, gärna överströdda med kokos.

Kalkonbröst i vitvinssås *(Puranova prsa z belim vinom)*

Mängd – 5 portioner:

1,2 kg färskt kalkonbröst
8 små lökar
4 hela vitlöksklyftor
2-3 morötter
1 bit rotselleri
50 g torkade murklor el. kantareller blötlagda minst 6 tim
5 cl konjak
1 dl vermouth
5 dl vitt vin
1 hönsbuljongtärning
4 dl grädde
sSör, olja, salt peppar
Tabasco, citron, mjöl

Tillvägagång:

1. Skär kalkonbröset i lagom stora bitar (som en halv knytnäve). Krydda med salt och peppar och vänd dem i mjöl. Stek sakta i smör och olja, utan att bitarna tar för mycket färg. Ta upp dem. Strimla

morötter och rotselleri i tändsticksstora bitar.

2. Lägg lök, vitlök, blötlagd svamp (om torkad anv.) och grönsaker i pannan och stek en stund, utan att det tar färg.

3. Tillsätt konjak, vermouth, vin och buljongtärning och koka ihop tills hälften återstår.

4. Tillsätt därefter grädden och låt koka till lagom konsistens.

Avsluta med tabasco (försiktigt) och citronsaft.

5. Lägg över bröstbitarna i såsen och värm upp dem. Servera med ris el. pressad potatis.

Kalkonbröst på spenatbädd *(Puranove prsi na špinaci)*

Mängd – 4 portioner:

600 g färskt kalkonbröst

500 g hel bladspenat

1 finhackad gul lök

1 strimlad purjolök

2 msk smör

1 dl vitt vin

1 dl buljong

1 dl grädde

Salt, peppar och muskot

Tillvägagång:

1. Värm spenat och gul lök i lite smör tills all vätska avdunstat och löken är mjuk. Krydda med salt, peppar och muskot och håll varmt. Skär kalkonbröset i stora tärningar och bryn lätt i smör.

2. Krydda med salt och peppar och håll varmt. Bryn purjolöken i resterande smör, tillsätt vin och buljong och koka ihop innan grädden hälls i. Koka ytterligare en

stund tills purjolöken är mjuk och har lagom konsistens och smaka av med salt och peppar. Arrangera allt snyggt på varma tallrikar el.

uppläggningsfat med bladspenaten i botten och därefter kalkonbitarna och sist purjolöken. Servera gärna med resterande vitt vin och ett gott brytbröd till.

Stekt kalkonbröst med druvsås

(Pečen puran v omaki iz grozdja)



Mängd - 6 portioner:

1 1/2 kg stekt kalkonbröst

Till Druvsåsen:

6 dl buljong (tärning el. burk)

2 msk kinesisk soya

1 dl sherry

2 msk arrowrot el. potatismjöl

250 g vindruvor

2 msk smör

Ev salt och peppar

Tillvägagång:

1. Skiva kalkonbröset och lägg på ugnsäkert fat. Smörj ett folieark el. smörpapper och lägg över. Värm i ugn 225° ca 15 minuter. Gör druvsåsen under tiden.

2. Koka upp buljong och rör ut arrowrot i sherryn. Tillsätt detta till buljongen i en fin stråle under vispning. Koka upp och vispa i 2

msk kallt smör. Smaka av. Tillsätt urkärnade vindruvor strax före serveringen. Servera köttet med druvsås, kokt el. stekt potatis och grönsaker.

Smördegsoverbakat kalkonbröst *(Puranova prsa v testu)*

Mängd - 4 portioner

700 g basturökt el. stekt
kalkonbröst

1 ägg

1 rulle färsk smördeg el.
egen pajdeg

Svampsås:

50 g torkade blötlagda -
murklor el. kantareller

3 krossade enbär

3 dl kaffegrädde

(1 msk idealmjöl)

1 msk konjak portionervin

1 msk portionervinsgelé el.
rönnbärsgelé

Salt & peppar

Tillvägagång:

1. Gör först såsen: Blötlägg torkad svamp minst 6 timmar. Kasta bort blötlägningsvattnet till murklorna och skölj svampen väl.
2. Hacka svampen och fräs den i smör en god stund så svampsmaken kommer fram.
3. Tillsätt enbär och grädde. Låt såsen koka tills den är lagom simmig. Tillsätt eventuellt mjöl utrört i lite vatten. Smaksätt såsen med konjak, gelé, salt och peppar. Skär kalkonköttet i cm-tjocka skivor och lägg dem lite omlott i en ugsäker form. Håll såsen över köttet i formen och täck med den utkavlade

degen. Garnera med överbliven deg och pensla med uppvispat ägg. Gör några lufthål i degen med en gaffel.

4. Grädda i 225° ugn ca 20 minuter. Servera med klyftpotatis och grönsaker t.ex. broccoli. Serverar man rätten som entré el. enkel kvällsvickning, kan det räcka med sallad som tillbehör.

Inbakade kalkonpaket *(Pečen puranji paket)*

Mängd - 4 portioner

4 snitslar av kalkonbröst

1 rulle färsk smördeg

1 ägg

Salt och peppar

Ostkräm:

150 g vitlöksost typ Cantadou

1 1/2 dl creme fraiche

1/2 dl klippt persilja

1 pressad vitlöksklyfta

Tillvägagång:

1. Bryn snitslarna på båda sidor. Dela dem på mitten.

Gör ostkrämen och lägg en klick på hälften av halvorna.

2. Täck med andra halvan. Skär ut lagom stora bitar smördeg och gör paket. Dekorera paketen med eventuellt överbliven smördeg. Så här kan paketen vänta i kyl några timmar.

3. Pensla med ägg och grädda i 225° ugn ca 15 minuter. Servera paketen direkt med klyftpotatis, grönsaker t.ex broccoli el. bönor.

Tips: Svampsås gjort på murklor el. kantareller är gott till, liksom ett glas vitt vin.

Basturökt kalkonbröst *(Dimljena puranja prsa)*



Mängd - 4 portioner:

8 stora skivor -
basturökt kalkonbröst
2 msk fransk senap
4 fasta bananer

Ostsås:

2 msk smör
3 msk vetemjöl
4 dl mjölk
2 dl riven ost, Cheddartyp
2 äggulor
Salt, svartpeppar, ev paprikapulver

Tillvägagång:

1. Bred rikligt med senap på kalkonskivorna. Dela bananerna i halvor, rulla en kalkonskiva runt varje bananhalva.
2. Är kalkonskivorna små, lägg då 2 skivor lite omlott och rulla in bananhalvorna. Beräkna då 16 skivor. Lägg rullarna i en smord ugnssäker form.

Ostsås:

3. Fräs smör och mjöl, späd med mjölken och koka såsen i några minuter. Tillsätt osten och låt den smälta ner.
4. Rör ner äggulorna, nu får såsen inte koka mer. Smaka av såsen

med salt och peppar. Häll såsen över rullarna. Pudra ev över paprikapulver.

5. Gratinera rätten i 225° ca 15 minuter el. tills rätten fått fin färg. Servera med grönsallad, majs och mango chutney.

Stekt kalkonbröst, grön sås *(Pečena puranja prsa z omako)*

Mängd - 8 portioner:

1 färskt kalkonbröst, ca 2 kg

Marinad:

1 dl god soya
Saft och skal av en citron
1 dl hackad persilja
1 dm strimlad purjolök
1/2 dl hackad gräslök
Salt och svartpeppar

Sås:

Stekskyn
4 dl creme fraiche
Stek bröstet i antingen
gjutjärns gryta på spisen el. i avlång
sockerkaksform i ugnen, 175°.

Tillvägagång:

1. Använd stektermometer i båda fallen och stek till 63° innertemperatur. Svep in bröstet i folie medan såsen tillagas. Till såsen kokas stekskyn upp med creme fraiche och smaksättes eventuellt med salt och citron.
2. Skär upp köttet i 0,5 cm tjocka skivor och lägg på ugnsäkert fat. Häll såsen runt om köttet och håll varmt till serveringen. Kokt potatis, ris el. pasta plus mjukkokta morötter är gott till.
3. Blanda alla ingredienser till marinaden, som blir tjock som

pasta.

4. Gnid in kalkonbröset med marinaden och lägg i tjock plastpåse. Marinera minst 6 timmar.

Portervinsmarinerat kalkonbröst

(Puranja prsa v namiznem vinu)

Mängd - 10 portioner:

1 färskt kalkonbröst, ca 2,5 kg

Marinad:

2 dl portevin

1 dl konjak

1 msk krossad vitpeppar

1 dl olivolja

2 tsk salt

Sås:

7 dl sky + marinad

3 dl grädde

1 msk idealmjöl

1 msk krossad rosépeppar

1 msk portionervinsgelé

Tillvägagång:

1. Placera kalkonbröset i en avlång sockerkaksform el. trång ugnssäker form. Stek i 175° ugn tills innertemperaturen visar 63°.

Använd kötttermometer.

2. Stektid ca 90 minuter. Späd under stekningen med marinaden.

Låt kalkonbröset vila under folie medan såsen tillagas. Häll stesky och resten av marinaden i en kastrull och koka upp. Blanda grädden med mjölet och tillsätt. Smaksätt med rosépeppar, salt och portionervinsgelé. Servera bröstet med såsen och rotfruktspytt.

3. Blanda marinaden och lägg i kalkonbröset. Använd gärna en tjock plastpåse att marinera

kalkonbröset i. Vänd påsen då och då. Marinera minst 6 timmar.

Helstekt kalkon (*Pečen puran*)



Mängd:

1 färsk el. fryst kalkon

1 citron ca

3 tsk salt

2 tsk mald vit – el. svartpeppar

Några droppar soya

Smält smör till pensling

Beräkna ca 30 minuter / kg kalkon

Fyllning:

Till braspannan: (ugnsfast form)

1 påse katrinplommon

Lök och morötter

1 knippe persilja

5 torkade enbär

5 klyftade äpplen

Vatten

Tillvägagång:

1. Tina kalkonen bara så mycket att den går att hantera. Dela citronen och stoppa ena halvan i

”halsgropen” så att citronen fyller ut det tomma skinnet uppe vid halsen.

2. Fäst eventuellt med steknål.

Stoppa fyllningen i kalkonen och bind ihop lårbenen.

3. Gnid in kalkonen med den andra halvan citron Blanda smöret med

kryddor och soya och pensla kalkonen runt om.

4. Stek kalkonen i 225° så att den blir brun runt om. Häll på vatten och sänk temperaturen till 175°. Stek vidare med först ryggen uppåt och sedan sidorna.

5. Ös då och då. Vänd bröstet uppåt den sista halvtimmen. Beräkna 30 minuters stektid per kilo kalkon. Hit kan kalkonen förberedas. Sila skyn och låt kalkonen kallna.

6. Tranchera kalkonen och lägg upp på ugnssäkert fat. Vid serveringstillfället värms kalkonen under folie. Ta bort folien de sista minuterna, pensla eventuellt med smält smör och sätt ugnen på grill.

7. Koka upp skyn till såsen och red av med idealvetemjöl. Låt koka några minuter och tillsätt grädde och eventuellt spad från katrinplommon. Krydda med salt och peppar och smaka till sist av såsen med portionervin el. portionervinsgelé.

8. Servera kalkonen med kokt potatis el. klyftpotatis, sås, rödkål, brysselkål, katrinplommon och kokta äppelhalvor med en klick portionervinsgelé i.

9. I stället för kokta grönsaker kan man servera en sallad gjord på strimlad grönkål, blandad med små äppelbitar och rårörda lingon.

Tips: Beräkna 24 timmar i normal rumstemperatur för upptining av en hel kalkon.

Helstekt kalkon II **(Cel pečen puran)**

Mängd - 12 portioner

Kalkon, ca 5 kg

1 citron

1/2 dl smält smör

Salt & peppar

Några droppar soya

Till Braspannan:

Lök och morötter

5 torkade enbär

Vatten

Fyllning:

1 påse katrinplommon

1 knippe persilja

5 klyftade äpplen

Tillvägagång:

1. Tina kalkonen bara så mycket att den går att hantera. Dela citronen och stoppa ena halvan i halsgropen så att citronen fyller ut det tomma skinnet. Fäst ev med en steknål. Stoppa fyllningen i kalkonen och bind ihop lårbenen.

2. Gnid in kalkonen med den andra citronhalvan. Blanda smöret med kryddor och soya och pensla kalkonen runt om.

3. Stek kalkonen först i 225° så att den blir brun runt om. Häll på vatten och sänk temperaturen till 175°. Stek vidare med först ryggen uppåt och sedan sidorna.

4. Ös då och då. Vänd bröstet uppåt den sista halvtimmen. Beräkna 45 minuters stektid per kilo kalkon. Hit kan kalkonen förberedas. Sila skyn och låt kalkonen kallna. Tranchera kalkonen och lägg upp på ugnssäkert fat.

5. Vid serveringstillfället värms kalkonen under folie. Ta bort folien de sista minuterna, pensla ev med smält smör och sätt ugnen på grill. Koka upp skyn till såsen och red av

med idealvetemjöl. Låt koka några minuter och tillsätt grädde och ev spad från katrinplommonen. Krydda med salt och peppar och smaka till sist av såsen med portionervin el. portionervinsgelé.

6. Servera kalkonen med kokt potatis el. klyftpotatis, sås, rödkål, brysselkål, katrinplommon och kokta äppelhalvor med en klick portionervinsgelé i. I stället för kokta grönsaker kan man servera en sallad gjord på strimlad grönkål, blandad med små äppelbitar och rårörda lingon.

Kalkonvingar i citronsås *(Puranje peruti v limonini omaki)*

Mängd - 4 portioner

4 färska kalkonvingar
2 msk fransk senap
2 msk smält smör
Fint strimlat skal från en citron
1 tsk krossad svartpeppar
Salt
3 dl creme fraiche
Lite saft från citronen

Tillvägagång:

1. Blanda senap och smör. Pensla kalkonvingarna med blandningen. Lagg dem på ett ugnssäkert fat med kanter. Krydda med salt och peppar.
2. Stek dem i 200° i cirka 1,5 timme. Vänd dem någon gång under stekningen. Tvätta citronen och strimla skalen.
3. Blanda skal, creme fraiche, kryddor och lite citronsajt i en skål. Späd med stekskyn från vingarna. Håll såsen runt om kalkonvingarna

och låt dem puttra vidare i såsen i 175° i ca 0,5 timme, tills vingarna är möra. Smaka av såsen och servera vingarna i citronsås med kokt råris el. potatis och tomatsallad.

Kalkonsnitsel med paprikasås *(Puranji zrezek v paprikini omaki)*

Mängd - 4 portioner

4 färska kalkonsnitslar
2 paprikor
1/2 gul lök
4 dl hönsbuljong
3 dl creme fraiche
Salt & peppar
Olja till stekning

Tillvägagång:

1. Salta och peppra snitslarna. Stek dem i oljan ca 2 minuter på varje sida. Fräs lök och paprika i bitar.
2. Späd med buljong och låt dem puttra ca 5 minuter. Passera och blanda i creme fraiche, koka upp och smaksätt med salt och peppar.

Kalkonstek (Puranja pečenka)

Mängd - 8 portioner

1 färskt kalkonbröst, ca 2 kg
1 gul lök
1 morot
2 msk smör
2 tsk salt
2 lagerblad
7 vitpepparkorn
7 kryddpepparkorn
6 ansjovisfiléer

1 msk vinäger
4 dl vatten
Sås:
8 dl stesky + vatten
5 msk vetemjöl
2 dl vispgrädde
2 msk soya
lite ansjovisspad
1 msk svartvinbärsgelé



Tillvägagång:

1. Bryn kalkonbrösten runt om i smör i en stekgryta. Tillsätt den skalade och skivade moroten och löken. Stick in en kötttermometer i steken från långsidan. Tillsätt kryddor, ansjovis och vinäger.
2. Späd med vatten under stekningen. Stek tills termometern visar 65°. Ta upp steken och låt den vila under folie medan såsen anrättas. Koka upp skyn och red av med mjölet utrört i lite vatten. Tillsätt grädden, soyan, ansjovisspadet och gelén.
3. Låt såsen koka upp, smaka av och sila såsen innan serveringen. Skär köttet i tunna skivor och servera med den goda såsen, kokt potatis, grönsaker och gelé.

Portionerer Kalkon ***(Puran v pivu)***

Mängd - 8 portioner

1 färskt kalkonbröst, ca 2 kg
Smör + olja till stekning
1 flaska (0,33 cl) portionerer (mörkt öl)
2 dl outspädd svartvinbärssaft
1 gul lök i bitar
8 katrinplommon
10 enbär
10 svartpepparkorn
3 tsk salt
2 tsk timjan
4 msk idealvetemjöl
2 dl grädde

Tillvägagång:

1. Bryn kalkonbrösten runt om i en stekgryta. Lägg i lök och kryddor och späd steken med portionerer och saft.
2. Bräsera bröstet i ca 30 minuter. Stick in en kötttermometer i den tjockaste delen på bröstet.
3. Vid 63° i innertemperatur avbryts kokningen och bröstet läggs på en bräda att vila under folie medan såsen anrättas. Vispa ihop mjöl och grädde och rör ner i kokspadet.
4. Koka i 3 minuter under omröring.



Sila och smaka av med salt och peppar. Skär portionererbrösten i

skivor och servera med kokt potatis och lättkokta grönsaker.

Tips: Tina kalkonen bara så mycket att den går att hantera. Stek kalkonen i 225° så att den blir brun runt om. Häll på vatten och sänk temperaturen till 175°. Stek vidare med ryggen först uppåt och sedan sidorna. Ös då och då. Vänd bröstet uppåt den sista halvtimmen. Beräkna 30 minuters stektid per kilo kalkon.

Marinerad kalkonstek med grön sparris och risotto *(Marinirana puranja pečenka)*



Mängd – 4 portioner:

700 g kalkonkött med skinn
2 morot
1 palsternacka
1 lök
2 dl matlagningsvin, vitt
2 dl hönsbuljong
400 g sparris, grön
½ tsk honung
3 dl ris, rundkornigt
1 dl matlagningsvin, vitt
1 msk parmesanost, riven
6 dl hönsbuljong

Tillvägagång:

1. Skala rotfrukterna och löken som delas i mindre bitar. Lägg

grönsakerna i en form.

2. Bryn kalkonsteken och lägg den ovanpå grönsakerna. Slå på 2 dl hönsbuljong och 2 dl vin.

3. Ställ in på 200° i ca 50 minuter. Under tiden skala sparrisen och ta bort de grövsta bitarna vid roten. Dela sparrisen på längden en gång.

Risotto:

1. Hacka löken fint och fräs i olivolja utan att den får färg.

2. Tillsätt riset och slå på vinet och låt det koka in i riset. Tillsätt buljong och låt koka färdigt. Tillsätt parmesanen och smaka av med salt och peppar.

3. Vid servering, bryn sparrisen och tillsätt lite av stekskyn och låt puttra färdigt, smaksätt med salt, peppar och honung.

Medelhavskryddad kalkon *(Sredozemsko začinja puran)*



Mängd – 4 portioner:

700 g Kalkonkött
1 lök
240 g Haricots verts, frysta
1 paprika, gul
1 tsk olivolja
Timjan, 4 dl krossade tomater
Salt & grovkrossad peppar

Tillagning:

1. Strimla kalkonen.
2. Skala löken, paprikan och skär den i strimlor. Fräs lätt i olivolja. Lägg i bönorna och låt de fräsa med en liten stund.
3. Slå på krossade tomater och krydda med salt, peppar och timjan. Sjud tills bönorna är mjuka och smaka av.
4. Bryn kalkonköttet i olivolja så att det får fin färg. Servera omedelbart med brytbröd som tilltugg.

Grillspett med kalkonbröst *(Kalkon na žaru)*



Mängd – ca 4 portioner:
20 trägrillspett
800 g färskt kalkonbröst.
2 dl Provence marinad
10 Schweizergrillare

Tillvägagång:

1. Blötlägg träspetten så att de inte bränns vid grillningen. Skär kalkonbröset i kuber och lägg de i en skål tillsammans med marinaden, gärna ett par timmar.
2. Skär korven i bitar. Trä växelvis kalkonbröst och korv på spetten

och grilla dem på medelstark grillglöd tills köttet är genomgrillat.

Stekt fylld kalkon *(Pečen, polnjen puran)*



Ugnstemperatur och tid
vid 250 gr 1,5-2 tim
vid 175 gr 2,5-3 tim

Mängd - 12-16 portioner:

1 kalkon (4-5 kg)
1/2 citron
Salt & vitpeppar
2-3 msk smör el margarin
4-5 dl buljong el vatten.

Fyllning:

500 g kastanjer och 5 dl buljong
500 g fläskfärs
Fågellever (kyckling, höns)
Salt & vitpeppar
3-4 msk konjak
1 dl buljong

Tillvägagång:

1. Förbered kalkonen som stekt kalkon.
2. Kastanjefyllning: Skåra färska kastanjer i den spetsiga änden och koka dem i vatten 5-6 min. Skala dem och dra av den inre mörka hinnan. Koka kastanjerna mjuka i buljongen, cirka 20 min.
3. Hacka fågellevern och blanda

den med färsen. Krydda. Späd med konjak och buljong, smaka av med kastanjerna. Fyll fågeln. Sy ihop och bind upp den.

Stek och servera fågeln som stekt kalkon. Ta ut fyllningen och lägg den omkring fågeln.

Tips på fyllningar:

I

1 st kalkonlever
1 finhackad gul lök
1 pressad vitlöksklyfta
50 g hackade valnötter
1 tsk timjan
1 hackad tomat
75 g vitt färskt bröd
1 äggula
25 g smör
Salt & peppar

1. Fräs lök, lever och vitlök i smöret, tillsätt övriga ingredienser. Lyft bröstskinnet från köttet och peta in 2/3 av fyllningen. 1/3 används till att fylla igen halshålet med.

II

Apelsin-kastanjefyllning

225 g osötad kastanjepuré
1 finhackad gul lök
saft och skal av 1 apelsin
75 g vitt färskt bröd (ca 2 skivor)
½ dl klippt persilja
1 ägg

1 tsk rosmarin

Salt och nymald svartpeppar

1. Koka upp kastanjepurén med apelsinsaft och skal. Fräs löken mjuk i olja.
2. Blanda ihop alla ingredienserna väl. Fyll ut halshålet på kalkonen el. grädda fyllningen vid sidan om i eldfast form 200° ca 30 minuter.

III

2 dl smulat vitt bröd
2 dl calvados
1 msk salt
1 tsk salt
2 hackade gula lökar
3 hackade äpplen
2 dl hackade färska örterkryddor

1. Blanda samman samtliga ingredienser och fyll kalkonen.



Kyckling (*Piščanec*)

Kyckling med äppelklyftor (*Piščanec z jabolki*)

Mängd – ca 4 portioner

1 stor kyckling, helst färsk
7-8 potatisar
3 gula lökar i klyftor
1 pkt bacon i tärningar
2 tsk rosmarin, salt, peppar
4 äpplen i klyftor

Tillvägagång:

1. Ugn 200°. Dela kycklingen i mindre bitar salta och peppra och lägg i stor smord form.
2. Fördela potatis, lök och bacon runt omkring och smula rosmarin över. Salta och peppra lite till. Pensla lite med smält smör el. margarin över och baka i ugnen cirka 1 timme. Tillsätt äppelklyftorna den sista kvarten.

Panerad kyckling (*Ocvrt piščanec*)



Mängd – 4 personer:

1 kyckling
2 ägg
1 ½ dl mjöl

1 ½ dl ströbröd
Salt & peppar
½ l matolja att friterar i
1 citron

Tillvägagång:

1. Dela kycklingen i ungefär lika stora bitar ca 12 stycken. Krydda bitarna med salt & peppar.
2. Vispa äggen. Doppa kycklingbitarna först i mjölet, sedan i äggen och avsluta med ströbrödet.
3. Fräs kycklingbitarna i litet matolja ca 5 min på varje sida tills paneringen får en gulbrun färg. Servera med favoritgrönsaker och en klyfta citron till varje portionerion. *Tips:* Det passar bra med lätt förvällda broccoli och späda morötter el. också en grön sallad med stekt potatis till.

Timjankyckling med röd sås (*Timjanov piščanec z omake*)

Mängd - 4 personer:

1 hel kyckling, ca 1,3 kg
1 1/2 tsk timjan
1 msk olivolja
1 tsk salt
svartpeppar

Till såsen:

1 burk krossade tomater
100 g tomatpuré
1/2 msk fransk senap

Tillvägagång:

1. Sätt ugnen på 225°. Stycka kycklingen i åtta delar. Lägg delarna i en ugnsfast form. Strö över timjan, salt och svartpeppar.
2. Häll även över oljan och blanda runt tills kycklingdelarna täckts med

kryddor och olja. Stek mitt i ugnen i 30 min. Under tiden kan du göra såsen: Rör i hop alla ingredienser till såsen och smaka av med salt och peppar.

Kryddad kyckling i ugn *(Začinjen piščanec v pečici)*



Mängd:

2 msk paprikapulver
2 msk mald spiskummin
2 msk torkad oregano
½-1 msk cayennepeppar
1 msk curry
1 msk salt
3-4 pressade vitlöksklyftor (kan uteslutas)
1 dl rapsolja
1 stor kyckling styckad i lagom stora portioneringsbitar, ca 16 bitar.

Tillvägagång:

1. Sätt ugnen på 225°. Blanda alla kryddor med salt, pressad vitlök och olja i en skål. Gnid in kycklingbitarna väl och lägg dem på en oljad plåt med skinnsidan upp.
2. Låt kycklingen stekas frasig mitt i

ugnen cirka 30 minuter. Kycklingen är genomstekt när köttsaften är genomskinlig.

Kycklingfiléer, fyllda *(Polnjeni piščančji fileji)*

Mängd - till ca 4 portioner:

4 kycklingfiléer
1 msk osötad senap
4-8 skivor salami
Salt & peppar

Vinsås:

1 1/2 dl vin
2 dl kalvfond
1 msk soya
2 schalottenlökar
1 vitlöksklyfta
2 tsk färsk hackad salvia
50 g smör

Tillbehör:

Nykokt pasta

Ugn: 200°

Tillvägagång:

1. Skär upp kycklingfiléerna men inte tvärs igenom. Banka ut dem.
2. Bred senap över och täck med salamin. Rulla samman och fäst med kötnålar el. tandpetare.
3. Krydda försiktigt med salt och peppar. (Tänk på att salamin kan vara salt.) Bryn rullarna gyllene i lite matfett. Lägg dem i en eldfast form och ställ in dem i ugnen att eftersteka ca 18-20 minuter, el. tills de är genomstekta.
4. Skala och tärna schalottenlök och vitlök under tiden. Fräs dem på svag värme ca 6-8 minuter. Tillsätt vin, kalvfond, soya och hackad salvia. Låt såsen koka samman lite.
5. Tillsätt smöret i klickar och låt det smälta så får du en blank fin sås.

Smaka av. Vill du ha tjockare sås reder du av den med maizenaredning.

Kycklingfilé med riven ost *(Piščančji file s parmezanom)*

Mängd – 4 personer:

1 kyckling
2 ägg
1 dl mjöl
1 dl ströbröd
2 msk riven ost (parmesan)
Lite vitlökspulver (ej obl)
Salt & peppar
Rapsolja att friteras i

Tillvägagång:

1. Dela kycklingen i ungefär lika stora bitar. Krydda bitarna med salt & peppar samt lite vitlökspulver. Vispa äggen och doppa kycklingbitarna i dem, sedan i en blandning av mjöl, ströbröd och riven parmesanost.

2. Fräs i litet rapsolja 5 min på varje sida. Servera med favoritgrönsaker. Lätt förvållda broccoli och späda morötter passar bra el. också en grön sallad med stekt potatis till.

Sås om så önskas:

Bearnaise el. en sås på majsena-mjöl, vatten, grönsaksbuljong & smaka av med lite apelsinjuice.

Kyckling på minuten *(Piščanec v minuti)*

Mängd - till ca 4 portioner:

1 grillad kyckling
3 dl creme fraiche, gärna lätt
100 g ädelost

Garnering: **basilika**

Tomatsallad:

4 tomater

1 liten lök



Tillvägagång:

1. Dela kycklingen i mindre bitar. Ta bort stora ben och ev skinnet. Lägg köttet på ett ugnssäkert fat.

2. Smula ner osten i creme fraiche i en kastrull. Värm under omrörning tills osten har smält.

3. Häll såsen som en "spegel" på tallrikar och placera den varma kycklingen där. Garnera med basilika och bjud skivade tomater med finhackad lök till. Komplettera med ris el. pasta till för den hungrige.

Tips: Har kycklingen kallnat, häll såsen över kycklingen och värm i ugnen i 225° i ca 15 minuter.

Vinbräserad kycklingfilé *(Piščančev dušen file v vinu)*

Mängd - ca 4 portioner:

4 kycklingfiléer
Salt & peppar
1 morot
75 g rotselleri
1 gul lök
3 dl torr äppelcider el. vin
2 dl vatten

1 hönsbuljongtärning
1 tsk rosmarin
1 dl creme fraiche
1 msk äkta soya
1 tsk äppelcidervinäger
1 msk vetemjöl + vatten
Klippt gräslök

Tillbehör:

Lättstekta äppelskivor

Tillvägagång:

1. Bryn kycklingfiléerna i lite matfett gyllene runtom. Lägg över dem i en



gryta. Salta och peppra lätt.

2. Skala moroten och skär den i slantar. Skala och tärna rotsellerin.

Skala och hacka löken. Fräs grönsakerna i lite matfett. Lägg över dem i grytan. **3.** Tillsätt cider, vatten och buljongtärning. Låt allt puttra under lock ca 10 minuter.

4. Ta upp kycklingfiléerna. Sila skyn. Håll tillbaka skyn i grytan och låt skyn koka ihop tills cirka hälften återstår.

5. Vispa samman mjöl med vatten till en redning. Vispa ner det i såsen och låt den koka några minuter.

6. Vispa ner creme fraiche, soya, rosmarin och äppelcidervinäger i såsen. Låt den koka upp. Smaka av.

7. Lägg kycklingfiléerna i såsen och låt allt bli genomvarmt. Lägg upp på serveringsfat och klipp över gräslök. Garnera med lättstekta

äppelskivor. Bjud potatiskaka, sallad och ett smakrikt vin till.

Fylld kycklingfilé
(Polnjen piščančji file)

Mängd - till ca 4 portioner:

4 kycklingfiléer



Salt & peppar

4 skivor kallrökt skinka el.

parmaskinka

8 färska salviablاد

4 tsk rivet citronskal

Potatis:

8 färskpotatisar

2-3 morötter

1 gul lök

2 dl vatten

1/2 grönsaksbuljongtärning

2 dl mjölk

Salt & peppar

Ugn: 200°

Tillvägagång:

1. Skär upp kycklingfiléerna på längden så att det går att vika ut dem. Salta och peppra dem.

2. Lägg 1 skiva skinka, 2 salviablاد och 1 tsk rivet citronskal på varje kycklingfilé. Rulla samman till en rulle på längden och fäst med tandpetare el. köttstickor.

3. Bryn kycklingrullarna i lite matfett runtom. Lägg över dem i en eldfast form.
4. Stek färdigt kycklingrullarna mitt i ugnen ca 20 minuter.
5. Skala morötter och potatis. Skär dem i stavar. Skala och finhacka löken.
6. Koka upp vatten och smulad buljongtärning. Tillsätt lök, potatis och morötter. Låt allt puttra under lock ca 10 minuter.
7. Tillsätt mjölken och låt allt koka i ytterligare ca 5-6 minuter utan lock tills grönsakerna är mjuka. Smaka.
8. Skär kycklingfiléerna i sneda skivor och bjud potatisen till. Det är gott också med kokt broccoli och en grönsallad till.

Kyckling med vitlöksdoft *(Piščanec s česnom)*

Mängd - till ca 4 portioner:

4 kycklingfiléer
5 dl vatten



1 hönsbuljongtärning
1½ msk soya
3 msk balsamvinäger
2 vitlöksklyftor
2 tsk rosmarin

Potatissallad:

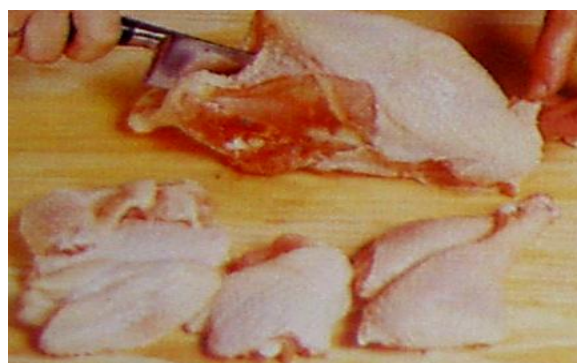
ca 700 g kokt och skalad potatis

5-6 marinerade soltorkade tomater
2 vårlökar
2 msk pesto
2 msk vitvinsvinäger
1 dl olivolja
Salt & peppar

Tillvägagång:

1. Skiva potatisen. Hacka tomaterna. Ansa och strimla vårlöken. Blanda potatis, tomater och lök i en skål.
2. Rör samman oljan med vinäger, pesto, salt och peppar. Häll det över potatisen och rör om försiktigt.
3. Häll vatten, soya, smulad buljongtärning, balsamvinäger, pressad vitlök och rosmarin i en låg vid panna. Koka upp. Lägg i kycklingfiléerna, låt puttra på svag värme under lock ca 10-12 minuter. Vänd filéerna efter halva tiden.
4. Ta upp filéerna och skär dem på snedden. Bjud dem tillsammans med potatissalladen. Bjud en grönsallad till.

Bräserat kycklingskött *(Dušeno piščančje meso)*



Mängd:

6 kycklingsbitar
Salt & peppar
Vegeta

2 msk olja
Lök
Vitlök

Tillvägagång:

1. Krydda kycklingsbitarna med salt, peppar och vegeta.
2. Värm oljan i en panna och lägg köttbitarna i när oljan är lagom varm. Stek runt om.
3. Hacka löken och vitlöken och tillsätt dessa till kycklingen. Häll i 2 msk vatten, sätt på locket och bräsa i 20 min. Servera med ris och sallad.

Några recept på stekt anka och gås:

Anka låter som något mycket exklusivt och svåråtkomligt men faktum är att ankbröst säljs i dem flesta välsorterade mataffärerna. Leta i frysdisker. Anka har en mycket speciell och god smak och är relativt lätt att tillreda. T.o.m. en mera ovan kock kan få till stånd en verklig festmåltid i ett huj. Det viktigaste vid tillredningen är att man steker bort det mesta av fett innan man serverar bröstet och att man håller koll på temperaturen; ca 54 grader betyder ett lätt rosa och saftigt kött.

Ankbröst på spett (*Račje prsi na žaru*)

Mängd - till ca 4 portioner:

2 st ankbröst à ca 300 g
8 vattenlagda träspett
Salt & peppar

Ca 200 g anklever el. kycklinglever
Sås:

3 dl vatten
2 msk kalvfond
1 msk balsamico vinäger
1 1/2 msk Maizenaredning för



mörka såser

1 msk smör

Garnering:

Persilja, gräslök

Tillbehör:

Tomat

Sockerärter

Stekt svamp

Potatisgratäng el. Rösti

Tillvägagång:

1. Börja med såsen. Häll vatten, kalvfond och vinäger i en kastrull. Låt det koka några minuter. Rör ner Maizenaredningen och låt såsen koka 1 minut. Ta kastrullen från värmen.
2. Dela varje ankbröst i 4 remsor på längden. Trä upp dem på vattenlagda träspett.
3. Skär levern i skivor. Stek skivorna gyllene på båda sidorna i lite matfett några minuter. Salta och peppra.
4. Stek spetten i lite matfett först med skinnsidan nedåt, ca 3-4 minuter för rosa kött och sedan 3-4 minuter på andra sidan. Salta och

peppra.

5. Värm såsen på nytt och blanka av den med 1 msk smör.

6. Lägg levern mitt på tallriken. Häll såsen över och runtom. Lägg spetten ovanpå och garnera med gräslök och persilja. Bjud de olika tillbehören till.

Tips: Anka är en extra god maträtt. Här serveras den med anklever, det går också bra med kycklinglever.

Stekt anka med apelsinsås **(Pečena raca z oranžno omako)**



Mängd - 4 personer

2 ankbröst á ca 200 g

lite olja

1 skalad morot i skivor

1 liten skalad hackad lök

2 dl sockerärter

saft från två apelsiner

3 dl skalad ananas i bitar

1 dl vatten

1 msk socker

2 dl vitt vin

2 dl kycklingbuljong

Lite konjak

Salt

Nymalen svartpeppar

Baconlindad potatis:

800 g skalad jämnstor potatis

Ca 400 g skivad bacon

Tillvägagång:

1. Kryssa skinnsidan på ankbrösten med en kniv. Stek ankbrösten i lite olja på rätt låg värme tills fettets smält till en tunn krispig skorpa. Salta och peppra. Stek ankbrösten i panna el. lägg ankbrösten i en ugnsfast form och stek i ugn på 120°. Ankköttets innetemperatur är 54° när den är färdig.

2. Karamellisera sockret, häll på löken, vinet, buljongen och pressa saften från de två apelsinerna. Låt det koka några minuter. När ankköttet tas ut ur ugnen, skumma bort eventuellt fett och sila skyn, häll den i fruktsaften. Späd såsen med vin och buljong. Låt allt koka några minuter och smaka av den med salt, peppar, konjak och eventuellt socker. Servera ankfiléerna med baconlindad potatis, fruktsås och någon kokt grönsak.

Baconlindad potatis:

Linda baconskivor runt potatisen, stek dem i en ugnsfast form i ugnen på 200° tills de är mjuka och fått fin färg.

Ankbröst (Račja prsa)

Mängd - 4 portioner:

4 st ankbröst

Salt & peppar

Potatis och grönsaker:

400 g skalade potatis

250 g jordärtskocka
250 g ostronskivling
2 st skalade vitlöksklyftor
1 msk socker
0,5 dl vit balsamvinäger el.
vitvinsvinäger
smör och olja
Salt & peppar

Apelsinskyn:

0,5 msk socker
3 dl pressad apelsinjuice
1-2 msk flytande kycklingbuljong
50 g smör
2 st schalottenlök el. rödlök,
finhackade
1 dl hackad persilja
Salt & peppar

Tillvägagång:

1. Snitta skinnet på ankan, salta och peppra. Stek ankan på skinnsidan tills det är knaprigt, ca 7 minuter, på medelvärme. OBS! Bara ena sidan ska stekas! Lägg upp på plåt/ugnsform med skinnsidan uppåt. (*Så här långt kan ni förbereda ankan någon timme innan gästerna kommer.*)

Potatis och grönsaker:

2. Skala jordärtskocken, dela potatisen och skockan i jämnstora bitar. Riv svampen i bitar och krossa vitlöken med baksidan av t ex en kniv. Bryn jordärtskocken i 5 minuter i smör och olja. Ta i potatisen, fortsatt stekningen tills de börjar kännas lite mjuka. Ta i svampen och vitlöken. Låt brynas med i 5 minuter.

3. Häll på sockret och låt det bli karamelliserat. Salta och peppra. Bränn av med (slå på) vinägern. Lyft upp grönsakerna och varmhåll under folie.

Såsen:

4. Häll i apelsinjuicen och sockret i stekpannan. Häll på flytande kycklingbuljong. Koka ner och smaksätt med salt och peppar. Vispa ner smöret och sila såsen i en ren kastrull. Plasta såsen och ställ åt sidan. (*Så här långt kan ni förbereda på förmiddagen om middagen ska ätas på kvällen.*)

Festkväll:

Sätt ugnen på 130 grader. Innan du sätter dig och äter hummerförrätten sätter du in ankbrösten i ugnen, sätt termometern på 55 grader, så piper den till när ankan är klar. Detta tar ca 15 minuter.

Stekt gås med tillbehör
(Pečena gos z dodatki)

Mängd - såsfond:

25-30 g smör
1 gul lök
1 morot
1 bit selleri el. 3 stjälkar bladselleri
100 gram fläskfärs
2-3 dl torrt vitt vin

Förberedes dagen före:

1. Fräs grönsakerna och fläskfärsen i en tjockbottnad kastrull. När fräset blivit guldgult och mjukt hålls vinet på och allt får koka sakta en timme. Sila fonden och spara vätskan.

2. När gåsen är klar kan man snabbt reda såsfonden med antingen en mjölredning av vetemjöl och mjölk el. med t ex arrowrot.

Stekt gås: 1 gås, 2,5 – 6 kilo, fylld med äpplen, katrinplommon,

citronsaft och rödlök. Använd
rumsvarma ingredienser.
Salt och vitpeppar.
Kokt potatis, kokt brysselkål, sås
och gelé.

Tillvägagång:

1. Sätt ugnen på 160°.
2. Fyll gåsen med äpplebitar, katrinplommon och rödlök efter att ha hällt citronsaft på dessa ingredienser. Mal färsk vitpeppar och salt över gåsen. Lägg in gåsen i en stekpåse och sätt in den i varm ugn (160°). Låt steka 3-5 timmar beroende på storlek. 2,5 kg c:a 3 timmar.
3. Skala under tiden potatis och brysselkål och koka dessa. Brysselkål behöver c:a 10-15 minuter. När en halvtimme återstår tas gåsen ut, fettet hälls av i ett litermått och köttet testas med en provsticka. Om köttsaften är lätt rosa kommer köttet att självsteka färdigt. Sätt in gåsen i ugnen igen och spraya kallt vatten över den och lämna luckan på glänt c:a 10 minuter så blir skinnet lite krispigt.
4. Red såsfonden med antingen mjöl och mjölk el. grädde. Det behövs minst 1 dl sås till varje person. Hjärta, lever, hals och muskelmage stekes och serveras med gåsen.

Tips: Man kan också använda dessa bitar till att göra såsen mustigare el. till att koka svartsoppa på men det är ett helt annat recept som inte får plats här.

Stekt gås (*Pečena goska*)

Mängd - 6 - 8 personer:

- 1 gås, ca 4,5 - 5 kg
- ½ citron
- 2 msk salt blandat med 2 tsk vitpeppar
- 3 syrliga äpplen (urkärnade, ej skalade)
- 6 - 10 kärnfria katrinplommon (gärna blötlagda i cognac)
- 1 liten bit rotselleri
- 1 morot
- 1 kvist timjan

Tillbehör: 2 burkar rödkål

- 1 burk inlagda päronhalvor
- stekta potatis krokerter el. smårunda stekta el. kokta potatisar
- vinbärsgelé och äppelmos

Sås: Gås skrovet, en liten gul lök med skal, 2 morötter, en bit rotsellerii, 1 lagerblad, 1 hönsbuljongtärning (en halv purjolök med några kvistar persilja och sellerikvistar), några vitpepparkorn.



Tillvägagång:

1. Ta ut innanmätet på gåsen och allt fett. Skär av vingar och hals.
2. Gnid gåsen ut- och invändigt med citronhalvan, salt och peppar. Fyll den med de oskalade äpplena, plommon, morot, rotsellerii och timjan. Sy ihop gåsen vid gump och

hals med bomullstråd.

3. Stek gåsen på galler i långpanna 3,5 till 4 tim i 175° ugnsvärme el. i stekpåse enligt anvisningarna. Om man steker på gallret ska en braspanna ställas under med lite vatten i, vilket fångar upp fett (vatten gör att det inte osar så mycket).

4. Under tiden då gåsen steks förbereder man tillbehören och såsen.

5. Såsen: Bryn skrovet i lite smör, slå i ca 1 l vatten så det täcker, tillsätt grönsakerna, och kryddor. Låt det koka på svag värme i ca 2 tim. Häll i lite vatten till om det reduceras för snabbt. Sila genom fin sil, häll i 1 dl rödvin el. ½ dl portionervin, koka ytterligare tills det återstår ungefär ½ l sås. Krydda med salt, peppar, 2 msk svart vinbärsgeleé, några skedar äppelmos och slutligen red ut med maizenamjöl.

6. Ta ut gåsen och låt den svalna till rumstemperatur. Skär bort låren och bröstet. Lägg upp köttet på en braspanna och pensla det med gås fett från stekningen. Efterstek i ugnen före servering.

7. Ta ut köttet och lägg upp det på ett vackert serveringsfat med tillbehören runtomkring.

Menytips: Katrinplommonen och äpplena från den stekta gåsen körs i mixer i såsen, vilken då blir fylligare och smakligare

Vintips: Ett gott vin – rött el. vitt, passar utmärkt till.

Stekt gås II (Pečena gos)

Mängd - 10 portioner:

1 gås (5-6 kg)

1 citron

1-1/4 msk salt

2 krm vitpeppar



Fyllning: 6 äpplen i klyftor
200 g urkärnade katrinplommon
ev 1 apelsin i bitar, med skal

Sås:

5 dl sky från gåsen + vatten

2 dl vispgrädde

3 msk vetemjöl

1 dl portionervin

1 msk soya

1 msk brun farin

1 tsk salt

1 krm mald vitpeppar

Tillvägagång:

1. Sätt ugnen på 175°.

2. Ta ur kråset ur fågeln och torka av den. Gnid in gåsen med citron både på in- och utsidan. Krydda den rejält både ut och invändigt med salt och peppar och proppa fågeln full med äppelklyftor, katrinplommon och apelsinbitar.

3. Bind upp fågeln (jag brukar sy igen den med bomullsgarn och en stoppnål. Lägg den med bröstet upp på galler i en långpanna och stek i nedre delen av ugnen 2 1/2 -

3 timmar tills lårköttet känns mörkt. Stick med en provnål i den tjockaste delen av låret. När köttsaften som sipprar ut är klar och ofärgad är fågeln färdig. Täck med aluminiumfolie om fågeln får för mycket färg. Tag ut fågeln och håll av skyn som bildats för att göra såsen.

4. Pensla med vatten och ställ tillbaka i ugnen och låt luckan stå på glänt ca 10 minuter för att få skinnet lite knaprigt.

5. Försök att hålla av så mycket fett som möjligt från skyn och späd med vatten så att du får sammanlagt 5 dl vätska. Tillsätt vispgrädden och koka upp. Rör ut mjölet i lite kallt vatten och vispa ner i skyn. Smaka av med portionervin, soya, farin, salt och peppar och låt såsen koka några minuter.

6. Skär under tiden upp gåsen. Lägg fruktfyllningen längs kanten på fatet.

Stekt gås III (*Pečena gos*)

Mängd – 8 portioner:

1 gås som väger ca 5 kg

4 äpplen

300 g katrinplommon

1 tsk timjan

Salt & vitpeppar

1 dl smält smör

Tillvägagång:

1. Se till att gåsen är väl urtagen och att skinnet är slätt och fint.

Fyll gåsen med äppelklyftor, katrinplommon och timjan.

2. Sy ihop el. fäst ihop öppningen med tandpetare. Gnid in salt och

peppar runt om och pensla med smält smör.

3. Lägg gåsen på galler i en långpanna. Stek den i 175 graders ugnsvärme 2 1/2-3 timmar. Har du ugn med varmluft - använd gärna den för jämn värme runt om fågeln.

4. Efter 1 timme i ugnen bör gåsen ösas med jämna mellanrum med det fett som smälter ut.

Prova om gåsen är färdig genom att sticka den i lårvecket. Är vätskan som sipprar ut helt klar och inte rosa är fågeln färdig.

Låt gåsen vila cirka 30 minuter innan den skärs upp.

Hetta upp den trancherade = uppskurna gåsen under grillen så att skinnet blir knaprigt.



Den knapriga, väldoftande fågeln är en gammal tradition i många europeiska länder och hem, speciellt i länder som firar den helige Mårten. I Slovenien firar man samtidigt även att vinet har mognat.

Smaklig måltid!

FISK



Ribe

Bräserad fisk på grönsaksbädd (*Dušene ribe*)

Mängd -2 portioner:

300 g fiskfilé (valfri)
1 1/2 dl fiskbuljong från tärning
1 msk smör el. margarin
2 msk hackad gul lök
1 morot
1 msk hackad persilja
Salt & peppar

Tillvägagång:

1. Skala och skär morötter i små tärningar. Hacka lök och persilja.
2. Fräs grönsakerna med smör el. margarin i en kastrull.
3. Salta och peppra fiskfiléerna lätt och lägg dem ovanpå grönsakerna i kastrullen. Slå på lite fiskbuljong, lägg på lock och sjud fisk och grönsaker på mycket låg värme i cirka fem minuter.
4. Avsluta med att strö lite finhackad persilja över och servera omedelbart med kokt potatis och citron.

Stekt lax (*Zapečene postrvi*)



Mängd – 6 portioner:

6 laxfiléer
Salt

Citronsaft, citronskivor
Hackad persilja
1 dl vitt vin
6 skivor kokt skinka
Rosmarin
1 dl gräddfil
1 msk ströbröd
Matfett till stekning

Tillvägagång:

1. Salta filéerna och dryp över lite citronsaft.
2. Ta fram en bakplåt och smörj den med matfettet (olja, smör, margarin). lägg i laxfiléerna, tillsätt skinkskivorna el. lufttorkad skinka (pršut) på var och en av filéerna. Skinkan kan även tärnas och tillsättas. Blanda vinet och gräddfilen med salt och rosmarin och häll över filéerna. Strö blandningen över ströbrödet.
3. Sätt ugnen på 200, ställ filéerna i mitten av ugnen och grädda i 20 min. Ta ut filéerna, garnera med citronskivor, hackad persilja och ev hackad vitlök. Servera med kokt el. mosad potatis och sallad.

Fisk med vitlöksdressing (*Ribe po tržaško*)

Mängd – 6 portioner:

6 fiskfiléer
Mjöl
1 dl olja
Salt
1 msk finhackad vitlök
2 msk hackad persilja

Tillvägagång:

1. Salta filéerna.

2. Ta fram en traktörpanna och värm olja till stekning.
3. Doppa filéerna i mjölet och stek dem helt runt om i den lagom varma oljan.



4. Ta upp filéerna och lägg dem på ett varmt fat. Häll över blandningen av varm olja, hackad vitlök (ca 1 klyfta till varje filé) och hackad persilja. Garnera med citronskivor före serveringen.

Bakad lax med frasigt täcke *(Hrustljavo zapečena postrv)*

Mängd:

8 hg laxfilé
3 dl rivet dygns gammalt vitt bröd
1 stor knippe dill
Rivet skal av 1 citron
3 msk olivolja
1 nypa salt

Tillvägagång:

1. Sätt ugnen på 200°. Skär av kanterna på brödet. Riv det vita brödet på den grova sidan av rivjärnet.
2. Skölj dillen och plocka av vipporna från stjälkarna. Hacka dillen. Tvätta och riv citronen. Riv bara det gula av skalet.

3. Blanda bröd, dill, citronskal och salt i en skål tillsammans med oljan.
4. Lägg laxsidan i en lätt oljad ugnssäker form. Strö brödblandningen över och låt fisken stå i ugnen i cirka 30 minuter. Laxen är färdig när den är ljusrosa rakt igenom och smulorna har blivit gyllenbruna.

Fiskens fett är bra för tanke- och koncentrationsförmågan.

Stekt fisk (Pečene ribe)

Mängd - ca 250 g valfri fisk per portion:

2-3 klyftor vitlök
Salt & peppar
Persilja
3 msk olja
1 lök
1 morot
1 citron

Dressing:

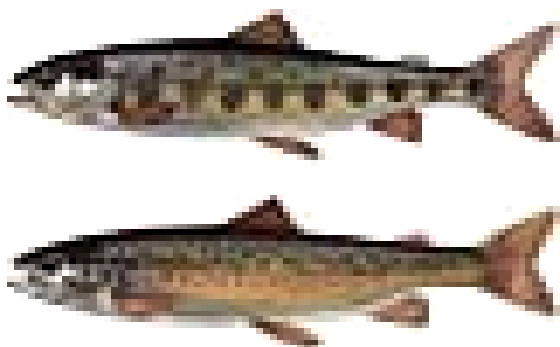
3 msk gräddfil
2 msk tomatpuré
2-3 msk buljong el. mjölk

Tillvägagång:

1. Blanda kryddorna – vitlök, salt och persilja. Lägg dessa invärtes i de rensade fiskarna. Låt vila i 10 min.
2. Värm matfett i en panna och fräs fiskarna rund om i fett. Ta ut fiskarna och lägg dem på ett ugnssäkert fat.
3. Skala löken skär den i skivor och fräs i samma matfett som fisken.
4. Tillsätt tärnad morot och hackad persilja och fräs. Häll blandningen mellan fiskbitarna i ugnnsformen.

5. Sätt ugnen på 190°. Ställ in bakfatet med fiskarna och stek i 25 min. Servera fisken direkt ur ugnformen, tillsätt citronskivorna. Gott med kokt potatis och sallad till.

Hel ugnsbakad lax (*Cela pečena postrv*)



Mängd – 4-5 portioner:

Lax ca 1 kg
Matolja
Salt & peppar

Tillvägagång:

1. Lägg laxen på ett generöst tilltagen bit aluminiumfolie, salta och peppra på in- och utsida.
 2. Skär några lökringar, ta 3-5 lagerblad & lägg i fisken. "knyt" ihop folien till ett paket, Låt stå i ugn ca 90 minuter 175 grader.
 3. Serveras med pepparrotsvisp: 3 dl grädde ganska hårt vispad, tillsätt salt & pepparrot efter smak.
 4. *Alternativ sås:*
gör en vit grundsås, grönsaksbuljong, salt & peppar, lite senap efter egen smak.
- Tips:* Dillkokt potatis är mycket trevligt till denna rätt.

Fiskfilé med champinjoner

(*Ribji file z gobami*)

Mängd – 6 portioner:

6 fiskfiléer
Halv pressad citron
4 klyftor vitlök
Persilja
2 msk olja
1 lök
150 g champinjoner
Salt & peppar

Dressing:

3 msk gräddfil
1 msk senap (gorčica)
½ msk mjöl
Citronsaft (halv)
30 g ost



Tillvägagång:

1. Stapla fiskfiléer på varandra i en bakform. Krydda med krossad vitlök, salt och peppar, hackad persilja samt några droppar citronsaft. Låt dra i 15 min.
2. Fräs löken under tiden, tillsätt champinjoner, bryn och krydda med salt, vitlök, peppar, persilja. Några champinjoner läggs på bakformens botten. Varva i fiskfiléerna med champinjonerna, häll över dressingen och strö ovanpå den rivna osten. Grädda i ca 25 min vid 190°.

Fiskgryta (*Mešane ribe*)



1 kg blandad fisk och skaldjur,
2 purjolökar,
1 burk konserverade tomater,
2 dl torrt vitt vin,
2 dl fiskbuljong,
100 g smör,
3 dl vispgrädde,
2 cm riven ingefära,
4 hackade limeblad,
1 pkt saffran,
3 vitlöksklyftor,
Salt och nymalen svartpeppar

Tillvägagång:

1. Hacka purjolöken och fräs den mjuk i smöret. Tillsätt saffran, ingefära, limeblad, vin, fiskbuljong och tomater. Låt det sjuda lite.
2. Red av med smör utrört i lite vetemjöl.
3. Blanda i grädden och pressade vitlöksklyftor samt salt och peppar.
4. Koka fisk och eventuellt musslor i saltat vatten ca 5 minuter.
Om du använder räkor och havskräftor, då doppar du dem i kokande vatten så de blir varma. Lägg fisk och skaldjur på ett fat och slå över såsen. Dekorera med något grönt t.ex. färsk koriander el. persilja. Servera med nykokt ris och bröd.

Brässerad fiskfile

(*Dušen ribji file*)

Mängd:

Fiskfile (valfri)
Grönpeppar
Grädde
Vittvin
Fiskbuljong
Äpple
Purjolök
Rucculasallad
Paprika
Smör
Salt & peppar
1 citron

Tillvägagång:

1. Hetta upp en djup stekpanna med en klick smör och stek fiskfilén nästan färdig, tag upp den och lägg den på ett fat så länge, lägg sedan i krossad grönpeppar, hackad purjo, äpple lite paprika, och låt fräsa utan att bryna, häll sedan i vitt vin och fiskbuljong, låt koka tills det återstår 1/3 av vätskan.
2. Häll sedan i grädden och ev lite cognac, smaka av med salt och ev peppar,
3. Lägg sedan i fisken och låt den brässera i såsen, garnera med ruccola och finhackad paprika, och en stor citronklyfta.

Tips: Serveras med valfritt tillbehör - pasta, ris potatis, nypotatis, couscous mm.

Panerad fiskfilé med äppelremoulad (*Ocvrte ribe*)

Mängd – 2 portioner:

Ca 350 g filé av vit fisk

Vetemjöl och ströbröd

1 uppvispat ägg

Salt & peppar

Remoulad:

1/2 syrligt äpple

1 saltgurka

2 msk majonnäs

2 msk matlagningsyoghurt

1 tsk ljus fransk senap

Salt och svartpeppar

Tillvägagång:

1. Börja med äppelremouladen:

2. Skala och kärna ur äpplet. Skär det i små tärningar liksom gurkan. Rör ihop med majonnäs, matyoghurt el. gräddfil och fransk senap. Smaka av med salt och peppar.

3. Dubbelpanera fiskfiléerna: vänd dem först i mjöl, sedan i uppvispat ägg och sist i ströbröd. Salta och peppra. Stek fisken på inte alltför hög värme i smör och olja så den får fin färg. Räkna med några minuter på varje sida. Servera den stekta fisken med remoulad och kokt el. pressad potatis.

Inbakad lax (*Pečena postrv*)**Mängd - 4 portioner:**

1 förpackning smördeg på rulle

4 skivor gravad lax

1 paket bladspenat

2 finhackade schalottenlökar el. 1/2 gul lök

Smör

Salt och vitpeppar

1 ägg

Till såsen: 2 dl crème fraîche

2-3 msk majonnäs

1 burk grovkornig rom

1 msk hackad gräslök

1 msk hackad dill, salt & vitpeppar

Till servering: sallad, citron

**Tillvägagång:**

1. Hacka bladspenaten grovt.

Finhacka löken. Fräs spenat och lök med smör i kastrull ett par minuter. Ställ kastrullen åt sidan så blandningen får svalna.

2. Blanda ihop såsen. Den ska vara kall. Rör samman allt i en skål. Smaka av med salt och vitpeppar. Skölj och torka salladsbladen.

3. Skär ut fyra "fiskar utan stjärt" med ca 10 cm längd. Skär sedan ut fyra fiskar med stjärt.

4. Krama ur vätskan ur spenaten. Lägg en sträng spenat på den mindre degbiten och placera en laxskiva ovanpå. Vispa upp äggen och pensla kanten. Täck med den stora degbiten och tryck försiktigt fast locket på den med ägg penslade bottenplattan.

5. Markera öga och gäl med en knivspets och gör eventuellt fjäll genom att försiktigt nagga fisken.

6. Pensla fiskarna med uppvispat ägg och grädda dem 6-10 minuter i 200°. Servera fiskarna varma med sallad, kall romsås och citronklyftor.

Smaklig måltid!

OXKÖTT



Goveje meso

Entrecôte med grönsaksragu (*Entrecôte z ragujem*)

Mängd - 4 personer:

4 rejäla skivor entrecôte
1 msk smör
1 tsk olivolja
1 1/2 tsk oregano
Salt och svartpeppar
1 rödlök
1 liten zucchini (ca 100 g)
2 krm timjan
2 dl torrt vitt vin
Salt & svartpeppar

Tillvägagång:

1. Skär rödlök + tomater i tunna klyftor och zucchinin i stavar. Skölj och torka köttet noga. Stek entrecôten på medelhög värme på bägge sidor.
2. Krydda köttet med oregano, salt och svartpeppar. Lägg nu köttet på ett fat med folie över och stek löken, zucchinin och tomaterna i pannan (utan att diska) i ca 4 minuter. Späd med vinet och krydda med timjan, salt och peppar.
3. Låt allt koka ihop i några minuter. Servera!

Entrecotespett (*Entrecôte na žaru*)

Mängd:

0,5 kg entrecôte
0,5 dl matolja
1 msk mexikansk kryddblandning
1 vitlöksklyfta
Salt & peppar
Salsa
2 paprika, tärnad
1 gul lök, hackad

1 morot, tärnad
1 grön chilifrukt, urkärnad, skivad
1 burk krossade tomater
1 dl sirap
1 msk rödvinvinäger
1 msk grön tabasco

Tillvägagång:

1. Skär entrecôten i bitar. Trä upp entrecôte på grillspett av trä.
2. Marinera grillspetten i en blandning av matolja, mexikansk kryddblandning och pressad vitlök. Låt spetten marinera minst 10 min före grillning.



3. Det går att byta ut tillagningen av salsan mot färdigköpt toamtsalsa på burk.

Salsa: Fräs undertiden grönsakerna i matolja i ca 1 minut, salta och peppra. Tillsätt tomatkross, sirap och vinäger. Koka upp och låt koka sakta ca 10 minuter så att grönsakerna blir mjuka, smaka av med tabasco. Salsan är godast om den serveras kall och går att förvara i kylskåpet ca 4 dagar.

4. Grilla el. stek spetten ca 3-4 minuter på varje sida i en grillpanna el. i en stekpanna.

Tips: Severa spetten med salsan och grönsallad.

Helstekt oxfilé, kantareller (Goveja pečenka z lisičkami)



Mängd – 4 portioner:

0,7 kg oxfilé, hel, färsk (el. fryst)

Smörstekta kantareller

3 dl kantareller, gula, el.
trattkantareller

1 msk smör

1 msk persilja, hackad

Salt & peppar

Potatiskaka

(räcker till 8 personer)

2,5 skivad packet bacon

5 stora bakpotatisar

1 msk maizenamjöl

200 g parmesanost

2 msk färsk, finstrimlad basilika

1 msk finstrimlad körvel

1 tsk timjan

Salt & peppar

Krämig savoykål

1 msk smör

4 dl savoykål, strimlad, el. grönkål

1 Schalottenlök

0,5 dl vitt vin

1,5 dl grädde

Rödvinssky

1 msk smör

1 gul lök

1 vitlöksklyfta

2 dl rött vin

0,5 msk kalvfond

1 lagerblad

1 krm torkad timjan

0,5 msk maizena

1 nypa strösocker

Salt & peppar

Garnering:

Färsk timjan

Gourmetsalt

Svartpeppar från kvarn

Tillvägagång:

1. Börja med potatiskakan som bör tillagas minst 3 tim i förväg för att man ska kunna skära den i skivor.

2. Sätt ugnen på 150 grader. Putsa oxfilén och stek den gyllenbrun runt om i en stekpanna. Salta och peppra. Stek oxfilén medium med innertemperaturen ca 55 – 58 grader och låt filén sedan vila i folie ca 10 minuter.

3. Fräs undertiden finhackad schalottenlök tillsammans med savoykålen i några minuter i smör. Tillsätt vitt vin och grädde. Låt kålen sjuda på svag värme så att grädden kokar in och blir krämig. Smaka av med salt och peppar.

4. Gör rödvinsskyn genom att fräsa lök och vitlök i lite smör i en kastrull. Häll på rödvin och kalvfond tillsammans med timjan, socker och lagerblad. Låt skyn koka ner till hälften och red av med lite maizenamjöl. Sila skyn i en finmaskig sil och smaka av med salt och peppar.

5. Innan serveringen steks kantarellerna i smör och finstrimlad persilja tillsätts. Krydda med salt och peppar.

6. Skär potatiskakan i tjocka skivor och värm dem i ugnen el. i en stekpanna. Skiva upp oxfilén och lägg skivorna på den varma

savoykålen. Strö de smörstekta kantarellerna ovanpå och garnera med färsk timjan, flingsalt och några varv från pepparkvarnen. Avsluta med att hälla på lite rödvinssky över köttet.

Passande potatiskaka:

1. Sätt ugnen på 185 grader. Kläd en avlång sockerkaksform med baconskivorna genom att lägga skivorna rakt över formen så att ändarna hänger ut på kanterna. Lagg baconskivorna överlappande på varandra.
2. Skala och riv potatisen och parmesanosten grovt. Blanda potatis, parmesanost, basilika, körvel, timjan och maizenamjöl i en stor bunke. Smaka av med salt och peppar.
3. Pressa ut vätskan från potatisblandningen och fyll den baconklädda formen. Vik över baconändarna så att skarvarna möts. Placera ett smörpapper ovanpå potatiskakan och ställ en tung form el. annat ugnstålignat tungt material ovanpå för att potatiskakan ska ligga under press när den gräddas. Risken är annars att baconskivorna släpper från formen.
4. Grädda potatiskakan i ca 60 min. När potatiskakan är klar så ska den kallna under press i kylskåpet minst 2 timmar. Det är för att man ska kunna skära upp potatiskakan i fina skivor och värma den strax före serveringen. Det går också bra att förbereda kakan dagen innan.

Kalvkotletter (*Telečji kotleti*)

Mängd – 1-2 per portion:

Fina kalvkotletter
½ kaffekopp grönsaker (morötter, selleri, lök och purjolök)
4 dl rödvin
10 vitpepparkorn
1 lagerblad
75 g smör
1 msk vetemjöl
1 tsk köttbuljong.

Tillvägagång:

1. Ta en kaffekopp småskurna grönsaker, fräs i smör i en låg kastrull tillsammans med vitepparkornen och lagerbladet.
2. När allt fått färg häll på rödvinet och koka sakta i en halvtimme. Sila skyn, Häll tillbaka i kastrullen och tillsätt en köttbuljong. Gör en redning med smör och vetemjöl. Vispa i några smörklickar före serveringen.
3. Krydda kalvkotletterna med peppar och salt, stek lagom länge på stekjärn.

Tips: Servera ugnstekt potatis och sallad med såsen till.

Čevapčiči med potatispuré (*Čevapčiči s pirejem*)



Mängd - för 4 portioner:**Färs, grundrecept:**

1 kg blandfärs
2 st ägg
2 1/2 dl mjölk
5 skiva(or) vitt bröd
Salt & peppar

Čevapčiči-kryddning:

1 st stor lök
2 st vitlöksklyftor
2 tsk paprikapulver
1 tsk chilipulver
1 tsk spiskummin
Smör och olja till stekning

Potatispuré:

1 kg potatis
1 msk smör
2 dl mjölk
Salt & peppar

Tillvägagång:

1. Vispa ägg och mjölk. Skär av kanterna och blanda ner brödet. Låt brödet suga åt sig av vätskan i 10 minuter. Blanda i färsen, smaksätt med salt och peppar.

2. Blanda finhackad lök, riven vitlök och kryddorna med färsen. Smaksätt med mer salt och peppar om det behövs. Låt färsen vila 15 minuter så att kryddorna avger ordentligt med smak.

3. Forma färsen till järpar och stek i smör och olja i ca 7-10 minuter. Rulla dem i pannan för att få en jämn stekyta.

4. Potatispuré:

Skala potatis och skär i bitar och koka mjukt i saltat vatten. Häll av vattnet. Klicka i smöret och häll i hälften av mjölken. Vispa med en elvisp, mata i resterande mjölk.

5. Vispa tills det blir riktigt fluffigt - ju längre desto bättre. Mjölkmängden kan variera efter behov. Smaksätt

med salt och peppar.

Tips: Ett osötat bröd, hackad lök, en klick ajvar och senap (gorčica) passar också till čevapčičin.

Biffar med Rösti

(Zrezli z restanim krompirjem)

Mängd - till ca 4 portioner:

500 g skinkfärs
1/2 tsk salt
1 krm peppar
1/2 msk tomatpuré
4 skivor rökt skinka
4 skivor ost (t ex Emmentaler)
Ca 3/4 dl ströbröd

Sås:

2 dl crème fraiche
3/4 dl vitt vin
1 msk kalvfond
1/2 tsk senap
1 tsk soya
Hackad gräslök, dragon

**Rösti:**

8 strimlade potatisar
1 finhackad lök
Matfett
Salt

Tillvägagång:

1. Arbeta samman färsen med salt, peppar och tomatpuré. Dela färsen i åtta lika stora bitar. Platta ut dem

till fyrkantiga kakor.

2. Lägg en skinkskiva och en rejäl ostskiva på fyra av bitarna. Täck med de fyra andra färsrutorna. Tryck samman kanterna ordentligt så att inte osten rinner ut när färsen steks.

3. Vänd biffarna i ströbröd så att båda sidor paneras. Stek dem i lite matfett på medelvärme på båda sidorna tills köttet har fått en frasig yta och är genomstekt.

4. Lägg crème fraiche i en liten kastrull och vispa ut den med torrt vitt vin, kalvfond, senap och soya. Låt såsen puttra några minuter under omrörning. Tillsätt hackad gräslök och dragon. Smaka av. Servera biffarna med sås, sallad och rösti (potatiskaka).

5. Rösti: Blanda samman potatisen med lök och 3/4 tsk salt. Bryn lite matfett i en stor stekpanna och rör ner potatisblandningen i den. Låt potatisen steka ca 8 minuter medan du rör om då och då i den. Vänd potatiskakan på en tallrik och stek andra sidan gyllene och frasig under lock, ca 5 minuter. Bjud gärna på en grön sallad till.

Kotlett med viltsmak *(Kotlet z okusom po divjačini)*

Mängd - för ca 4 portioner:

4 fläskkotletter med ben
Salt & peppar
2 dl creme fraiche
1/2 dl outspädd svart vinbärssaft
1 dl vatten
1 buljongtärning
5 krossade enbär
1 tsk timjan

1 msk kinesisk soya



Tillbehör:

300 g färska champinjoner

1 purjolök

Salt & peppar

Garnering:

Vinbär el. lingon

Timjankvistar

Tillvägagång:

1. Stek kotletterna ca 3 minuter på varje sida i lite matfett. Salta och peppra dem. Ta upp kotletterna.

2. Blanda creme fraiche, vinbärssaft, vatten, buljongtärning, enbär, timjan och soya i en stekpanna. Låt det koka upp.

3. Lägg ner kotletterna i såsen och låt allt puttra på svag värme ca 6-8 minuter. Smaka av såsen.

4. Ansa och skiva svampen under tiden. Ansa och strimla purjolöken.

5. Fräs svamp och purjolök i lite matfett tills allt har fått fin färg. Krydda med salt och peppar. Bjud kotletterna med sås och svampröra. Garnera som på bilden.

Färsbiffar (Polpete)

Mängd – 4 portioner:

300 gram fin kalvfärs

3 st äggulor
1 dl matlagingsgrädde 15 % fett
2 dl mjölk 3 % fett
1 tsk salt
1 krm vitpeppar
2 krm fyra kryddor
2 dl rivet dagsgammalt vitt bröd
2 msk smör till stekning
1 msk majsolja
Potatismos
Små ärter
Lingonsylt

Tillvägagång:

1. Alla ingredienser skall vara kylskåpskalla. Helst skall färsen blandas i en bunke som är placerad i en större bunk med krossad is på botten. Använd gärna elvisp med degkrokar och kör på låg hastighet.
2. Arbeta först in kryddorna i färsen, tillsätt gulorna, en i taget, håll i den kalla grädden och mjölken i en fin stråle, lite i sänder. Det är viktigt att varje vätskeportionerion arbetas in i färsen innan en ny tillsätts. Färsen blir ganska lös.
3. Strö ut hälften av det rivna brödet på en skärbräda. Klicka ut färsen med hjälp av två skedar till 8-12 biffar. Strö rivet bröd över, forma och platta till med en stekspade.
4. Bryn smöret i en stekpanna och stek biffarna sakta på ej för stark värme ca 4 minuter per sida. Lägg upp biffarna på varmt serveringsfat.
5. Servera med potatismos, små ärter och lingonsylt.

Sjömansbiff (*Mornarski zrezek*)

Mängd – 4 portioner:

400 gram magert nötkött i tärningar

800 gram potatis i skivor (8 st medelstora)
2 st morötter i slantar
2 st gula lökar i skivor
1 st buljongtärning
3 dl lättöl

Tillvägagång:

1. Varva alla ingredienser i en tjockbottnad gryta och slå över ölet. Krydda med salt, svartpeppar och den smulade buljongtärningen.
2. Koka först upp och låt sedan puttra under lock i omkring 30 minuter. Späd med vatten om det verkar bli för torrt. Grytan skall vara simmig.
3. Servera med inlagd gurka.

Kalops (*Goveji golaž*)

Mängd – 4 portioner:

500 g grytbitar av nöt
2 msk margarin
Salt & peppar
2 msk vetemjöl
10 st kryddpepparkorn
3 lagerblad
6 dl vatten, ev mer
0.5 st köttbuljongtärning
50 g gul lök
3 morötter
1 tsk socker
1 msk kinesisk sojasås
250 gram broccoli
4 portioner inlagda rödbetor
1 kg potatis

Tillvägagång:

1. Dela ev grytbitarna en gång. Stek dem i en stekgryta, 1/3 åt gången. Salta och peppra. Strö över vetemjöl. Rör och tillsätt

därefter pepparkorn, lagerblad, vatten och buljong. Låt koka i en timme.

2. Tillsätt lök skuren i klyftor samt morötter skurna i stora bitar. Låt koka tills köttet är mörkt, ca 20-30 minuter. Smaka av med socker, soya och ev mer salt och peppar. Servera med broccoli, rödbetor och kokt potatis.

Gulasch (Golaž)



Mängd - 4 portioner:

800 g kalvkött, färdiga grytbitar el. ytterlår (el. nötkött)
2 gula lökar
2 röda paprikor
1 msk paprikapulver
1 kryddmått mald kummin
1-2 vitlöksklyftor
2 msk tomatpure, el. två tomater
Ca 10 potatisar
Salt & peppar
Margarin
1 msk vetemjöl

Tillvägagång:

1. Skär köttet i bitar med ungefär tre centimeter stora bitar. Skala och hacka de gula lökarna ganska grovt, klyv och strimla de röda

paprikorna och sätt en stor stekgryta på spisen.

2. När stekgrytan är upphettad, lägg i lite margarin och den gula löken. Tillsätt strimlad paprika, paprikapulver, kummin, mejram, tomatpure och pressa i vitlöken. Rör om och låt det fräsa ihop ett par minuter.

3. Först därefter tillsätt köttet som vänds några gånger fram och tillbaka i kryddorna. Slå på vatten så det täcker köttet. Salta lätt och låt grytan koka upp och låt sedan sakta sjuda under lock i cirka en och en halv timme. Lägg märke till att gulaschköttet inte bryns för att bli brunt utan bara för att få smak av kryddorna. Vispa ihop en matsked vetemjöl med lite vatten till gulaschen.

4. Skala och dela potatisarna i tjocka skivor. När gulaschen är nästan färdig lägg i potatisskivorna och låt dem sjuda med cirka 15 minuter el. till dess de är genomkokta.

Tips: Servera gulaschen i djupa tallrikar med brödbullarna el. grovt rågbröd som tillbehör.

Späckad järpe (Goveji zavitki)

Mängd – 4 portioner:

800 g innerstek el. ytterfilé av nöt (el. utbultad lövbiff)
150 g bacon
Svartpeppar
Olja
Smör
Cocktailstickor

Tillvägagång:

1. Bulta ut köttskivorna till tunna biffar el. använd utbultade lövbiffar.
- 2.



Placera en baconskiva ovanpå biffarna, strö på svartpeppar och lägg på en kvist av libbsticka. Rulla ihop till en rulle som fästs ihop med en cocktailsticka.

3. Värm olja och smör i en stekpanna och stek järparna vackert bruna.

Tips: Servera de fyllda rulladerna med t.ex. stuvad surkål el. sallad.

Färsgröta av nötfärs

(Enolončnica z mletim mesom)

Mängd - till 4-6 portioner:

500 g nötfärs
Margarin
1 gul lök
1 burk majs
1 valfri paprika
1 banan
1 klyfta vitlök
Matlagningsgrädde
Ketchup
1 dl vatten

Tillvägagång:

1. Bryn färsen tillsammans med löken tillsatt lite vatten och ha i

ketchup. Låt koka ihop en stund.

2. Lägg i majs och den skurna paprikan, låt koka ca 5 minuter.

3. Mosa en banan och lägg i den under omrörning och pressa i 1 vitlöksklyfta. Salta och peppra efter smak.

4. Häll sedan sist i matlagningsgrädden.

Recept på lamm och vilt:



Lammstek (Pečena jagnjetina)

Mängd - 4 portioner:

1 lammstek med ben på minst 2 kg
(Så får du rester över till en kall lunch el. lammpytt.)
5 vitlöksklyftor
1 tsk rosmarin
1 tsk timjan
1 citron
6 tomater
800 g potatis
2 msk olivolja
2 dl vitt vin
Salt & peppar

Tillvägagång:

- 1.** Sätt ugnen på 175°. Ta ut ugnsgallret.
- 2.** Skala vitlöksklyftorna och dela dem i fyra fem bitar på längden.
- 3.** Stick små jack i lammsteken med en vass kniv och peta ner vitlöksbitarna.
- 4.** Dela citronen och gnid in lammsteken med ena el. båda halvorna.
- 5.** Blanda salt, peppar, rosmarin och timjan på ett fat. Klappa in lammsteken med kryddorna.
- 6.** Stick in ugnstermometern så att spetsen hamnar mitt i den tjockaste delen på steken och inte vid något ben.
- 7.** Lägg steken på gallret och placera in mitt i ugnen. Ställ en långpanna med lite vatten i under steken för att fånga upp droppet.
- 8.** Skala potatisarna och skär i klyftor.
- 9.** Dela tomaterna.
- 10.** När steken stått inne en timme tar du ut långpannan. Försök fiska upp så mycket steksky som möjligt med en sked och håll över i en kastrull. Har det kokat torrt så vispa ur med lite vatten - om det inte är bränt.
- 11.** Diska ur långpanna utan att vara så noga.
- 12.** Häll oljan och potatisen i långpannan. Skaka runt ordentligt.
- 13.** Ställ ner tomathalvorna med snittytan uppåt. Salta och peppra på potatisen och tomaterna.
- 14.** Ställ in långpannan i ugnen igen. Det gör inget att det droppar lite från lammsteken.
- 15.** Steken behöver omkring två timmar i ugnen men det beror på

hur stor den är. Den är klar när termometern visar 65°.

Svep steken i folie och låt vila en kvart innan du skär upp den.

Temperaturen fortsätter då stiga till cirka 70° och köttet blir lätt rosa.

Dessutom blöder inte köttet så mycket köttsaft om det får vila en stund. Vill du ha lite rödare kött tar du ut det vid 60°. Vill du ha genomstekt, vänta till 70°.

16. Samtidigt ställs långpannan med potatisen lite högre upp i ugnen så att den får lite färg.

17. Häll vin i kastrullen med stekskyn, till sist också den sky som bildas i paketet med lammsteken. Koka ihop vinet/skyn. Späd gärna med lite vatten el. grädde. Smaka av med salt.

18. Skär upp lammsteken och servera tillsammans med såsen, klyftpotatisen och tomathalvorna. Lättkokta haricots verts är också gott till.

Lammkött med dill ***(Jagnjetina s koprom)***



Mängd – 4 portioner:

- 1.5 kg lammbringa el. lammstek
- 2 liter vatten
- 1 msk salt & svartpeppar
- 2 morot

2 stora gula lökar
5 kryddpepparkorn
1 lagerblad
5 msk vetemjöl
2 msk färskpressad citronjuice
0.25 tsk socker
Rikligt med hackad dill

Tillvägagång:

1. Koka upp köttet i enbart vatten i en rymlig kastrull - det ska vara så mycket kallt vatten att köttet täcks. Låt koka livligt 5 minuter under lock. Skumma noga med en stor slev.
2. Sänk värmen och koka tillsammans med morötter, lök hel kryddpeppar samt lagerblad under lock i ca 1 timme el. tills köttet är mört.
3. Mät upp 6 dl silat kokspad i en kastrull och vispa ner idealvetemjöl medan det hela sakta värms. Vispa så att mjölet inte klumpar sig. (Skulle det hända så sila såsen.)
4. Koka såsen 2-3 minuter. Salta och peppra och smaksätt med pressad citronsaft, socker och hackad dill.
5. Lägg i köttbitarna och låt dem värmas i såsen. Smaka av. Strö över dill. Servera med potatis, sockerärter, gärna också broccoli, citron i klyftor och ett gott bröd.

Hjortstek (*Jelenja pečenka*)

Mängd - 6-8 portioner:

1 st hjortstek på ca 1 kg
50 g rumstempererat äkta smör
1 tsk färsk hackad rosmarin
2 msk färsk hackad mynta
2 msk färsk hackad persilja
1 tsk färsk hackad timjan

1 msk färsk hackad gräslök
1 krossad vitlöksklyfta
Sås: 1 dessertsked vanligt mjöl
75 ml rött vin
200 ml grönsaksbuljong
1 dessertsked röd vinbärsgele.

Tillvägagång:

1. Värm ugnen till 190°.
2. Blanda ihop smöret, örterna och vitlöken.
3. Stick steken på flera ställen runt om med en liten vass smal kniv.
4. Knåda in örtsmöret över hela steken. Sticken ni gjorde i förra momentet tillåter örtsmöret att tränga djupt in i steken och ger en god smak samt en mörande effekt.
5. Klä in steken löst i folie. Det ska inte vara hårdare än att det bildas en liten luftficka på ovansidan. Försegla folien väl.
6. Placera den folieklädda steken i en braspanna och låt den steka i ca 90 minuter. Kolla med en kniv när steken är färdig. Om safterna är riktigt röda låt steka i 15 minuter längre. OBS stek inte för länge för då finns det risk att steken blir torr.
7. Tag ur steken ur ugnen och placera den på ett uppläggningsfat. Ställ steken varmt medans du gör såsen.



8. Töm stekskyet från foliet och braspannan i en kastrull. Låt koka upp. Tillsätt mjölet och arbeta ut det till en smidig kräm. Låt sjuda i en

minut.

9. Tillsätt nu vinet och grönsaksbuljongen försiktigt under omrörning. Tillsätt endast så mycket grönsaksbuljong som krävs för att det ska bli en slät sås.

10. Vispa ner röd vinbärsgelen och smaka av med salt och peppar.

11. Skär upp steken och servera med den varma såsen.

Harfilé (*Zajčji file*)



Mängd - 3 portioner:

1 harsadel ca 400 gr

Smör att bryna i

4 dl mustig buljong

10 enbär

1/2 tsk timjan

1 morot i bitar

1 gul lök i klyftor

Några persiljekvistar

1/2 tomat puré

Konjakssås:

Ca 2 dl kokt sky

2 dl vispgrädde

2.3 msk rönnbärsgelé

1 msk konjak

Till stekning av filéerna:

1 msk enbär

1 msk timjan

1 tsk salt

Smör

Tillvägagång:

1. Skär loss filéerna från benet. Lagg köttet kallt. Dela benet i mindre bitar. Bryn benbitarna i smör i en gryta. Häll på buljongen och tillsätt de övriga ingredienserna. Rör om, lägg på locket och låt det hela puttra i en timme. Sila och mät upp skyn, det bör bli ca 2 dl. Till såsen hålls alla ingredienserna i en kastrull. Rör om, koka upp, sänk värmen och sjud 10-20 minuter.

2. Mot slutet smakas såsen av med lite salt och eventuellt en extra skvätt konjak. Den som önskar en något tjockare sås kan reda med lika delar smör och mjöl som arbetas ihop till en liten boll. Vispa ner lite i taget tills såsen tjocknar.

3. Stöt enbär och blanda med timjan och salt på en tallrik. Dela ytterfiléerna mitt itu så det blir en tunnare och en tjockare del. Vänd dem i kryddblandningen och stek i smör på ganska stark värme. De tunna filéerna steks ca 1 minut på varje sida och det tjockare 2-3 minuter på varje sida.

4. Håll de färdigstekta filéerna varma inlindade i folie. Skiva sedan upp dem och servera med konjakssåsen, någon potatisvariant samt till exempel smörstekta champinjoner och rönnbärsgelé.



Dryckestips: Ett rött vin från Slovenien passar bra till lammstek och annat vilt. Det blir ett något lyxigare alternativ för dig som vill fira – t ex Påsk.

Smaklig måltid!

SALLADER



Solate

Förslag till sallader (*Solate*)

Alla sallader ska rensas, sköljas, delas och de som är kokta, svalnas. Man kan blanda ihop vissa sallader el. servera dem var för sig.



- Grönsallad, blandad
- Endivijasallad
- Isbergsallad
- Maskrosbladsallad
- Rödbetor,
- Brytbönor, (gröna, gula)
- Vita el. bruna bönor
- Blandsallad,
- Kålsallad
- Potatissallad,
- Gurksallad,
- Tomatsallad
- Paprikasallad
- Löksallad el. blandad med tomat, paprika och gurka)
- Morotsallad (riven)
- Champinjoner, m fl

Förslag till dressingar (*Predlogi za polivke*)

- **Inbredienser för valfri mängd:** Pumpolja (självständig) med ättika
- Balsamättika med oljan
- Äppel-, vinäger
- Oliv-, Raps-, Solros- Majsolja
- Gräddfil
- Hackad gul lök
- Hackad vitlök
- Gräslök
- Citronsaff
- Senap
- Hårdkokt ägg
- Riven morrot
- Salt & Peppar

Flera förslag:

- Blanda senap, gräddfil, olivolja med gaffel och häll över salladen; el. tillsätt kokt ägg och riven morot och blanda med ingredienserna ovan. Häll över salladen. *Gott!*
- Ta några matskedar pumpolja, lika mycket balsamvinäger och lite salt, tillsätt 1 dl vatten och häll över en grönsallad. Blanda och njut!

OBS Både pumpolja och den bruna fylliga solrosoljan är svåra att få tag på i Sverige, dock kan de köpas i Slovenien.

Bönsallad (*Fižolova solata*)

Mängd:

2 burkar vita bönor naturell
1 liten röd paprika
2 selleristjälkar
1/2 dl finhackad persilja
2 dl matlagningsyoghurt
1 msk fransk senap
Salt



Tillvägagång:

1. Skölj börnorna och låt dem rinna av. Kärna ur och tärna paprikan. Ansa och strimla sellerin. Hacka persiljan.
2. Rör ut yoghurten med senap och smaka av med salt. Rör ner bönor, selleri och persilja. Ställ kallt tills det ska serveras.

De fyllda tomaterna är ett delikat tillbehör. I bakgrunden står en rotfruktspaté som fått mogna under natten och till höger om den en god bönsallad.

Bönsallad med tomater (*Fižolova solata*)

Mängd - för ca 4 portioner:

1 burk kokta vita bönor naturell

1 burk kokta bruna el. röda bönor naturell
1 1/2 msk vinäger
2 msk vatten



2 msk matolja
1/2 tsk salt
1/2 purjolök
4-6 tomater



Tillvägagång:

1. Skölj röda el. bruna och vita bönor i kallt vatten. Låt dem rinna av. Ansa och strimla purjolöken. Skiva tomaterna.
2. Blanda samman börnorna och purjolöken.
3. Rör samman vinäger, vatten, olja och salt. Rör ner det i börnorna.
4. Lägg bönblandningen på en bädd av skivade tomater.

Purjolöksallad (Porova olata)

Mängd:

150 g purjolök

70 g morot

100 g kokt potatis

100 g majs

Dressing:

1 dl vanlig yogurt

1-2 msk gräddfil

2 msk olja

Senf (gorčica)

2-3 msk ättika el. citronsaft

Salt & peppar



Tillvägagång:

Häl yogurt och gräddfil i en skål, blanda till en krämig konsistens, tillsätt oljan. Tillsätt sedan senapen, salt & peppar och ättika el. citronsaft. Blanda och häl dressingen över salladen.

Tips: Den kokta tärnade potatisen droppas snabbt med oljan så att den mjuknar. Purjolöken och moroten förblir råa. Om du tänker servera salladen nästa dag, vänta i så fall med potatisen.

Potatissallad med surkål (Krompirjeva in zeljna solata)

Mängd - ca 4 portioner:

600 g potatis



250 g surkål

Olja, salladsolja

Ättika (balsamvinäger)

Salt & peppar

Kumin

1-2 klyftor vitlök

Tillvägagång:

Tvätta potatisen, koka den och skär den tunna skivor. Häll i oljan och täck över. Tillsätt surkålen, smaka av, salta och peppra efter smak. Tillsätt ättika och lite vatten. Blanda. Man kan krydda salladen med malen kummin och/el. hackad vitlök.

Potatissallad med dressing (Krompirjeva solata)

Mängd:

1 kg potatis

Salt

Vatten

1 msk olja

Dressing:

1 dl yogurt

3 msk gräddfil
3 msk olja
1 msk senap
Salt & peppar



Ättika
Gräslök
2 tomater

Tillvägagång:



1. Koka potatisen i 20-30 min. skala potatisen varm och skär den i tunna skivor, dryp över lite olja. Sätt på locket i 10 min, ta sedan av locket så potatisen svalnar.
2. Gör dressingen under tiden. Häll yogurt och gräddfil i en mindre skål. Mixa till en krämig konsistens. Under mixning tillsätt ättika el. 2 msk citronsaft, olja, senap, salt och peppar och 2 msk hackad gräslök. Häll dressingen över den svalnade potatisen, blanda så att salladen drar till sig saften.

3. Blanda igen före serveringen, strö över mer gräslök om så önskas. Garnera med tomatklyftor.

Potatissallad ***(Krompirjeva solata)***

Mängd – 4 personer:

800 g potatis
1 tsk salt
8 rädisor
1/2 st purjolök
30 blad färsk spenat el.
ruccolasallad

Dressing:

2 tsk senap
1 dl olivolja el. pumpolja
4 tsk vitvinsvin- el. balsamvinäger
1 tsk salt
1 krm grovmalen svartpeppar
1 pressad vitlöksklyfta

Tillvägagång:

1. Skala (ev.) potatisen och koka i lättsaltat vatten och låt kallna innan den skivas.



2. Skölj och skiva rädisorna, samt purjolöken. Lägg upp tillsammans med spenatbladen på ett fat.
3. Blanda samman dressingen och häll över. Låt gärna stå och dra någon timme före servering.

Annorlunda potatissallad (*Krompirjeva solata drugače*)



Mängd - för ca 4 portioner:

6 medelstora kokta potatisar
1 påse salladsgrönsaker, 600 g
2 hårdkokta ägg

Sås:

1/2 dl majonäs
2 dl keso
2 dl naturell yoghurt
2 tsk senap
1 krm svartpeppar
1/2 tsk salt

Tillvägagång:

1. Tina grönsakerna, skiva potatisen och hacka äggen.
2. Blanda såsen med alla ingredienserna.
3. Varva potatis, grönsaker och sås. Strö över de hackade äggen.
Härlig sallad till grillat kött och korv. Salladen är också mycket god som ensamrätt med bröd till.

Sallad med maskrosblad (*Regrat v solati*)

Mängd – 4 portioner:

Ca 4 l maskrosblad, färska
Ca 8 potatisar

Dressing:

Salladsolja, fettgrevar el.
bacontärningar
Ättikspit (vin- el. äppelvinäger)
2 dl vatten
1 vitlöksklyfta (gott men ej obl)

Tillvägagång:

1. Plocka maskrosblad (finns nästan överallt på gräsmattan; den bästa tid är på våren - maj, juni innan den blommar). Maskrosblad kan även köpas i vissa mat- och grönsaksbutiker.
2. Rensa bladen, dela dem i ca 2 cm långa bitar samt tvätta maskrosbladen noga i flera omgångar. Låt droppa av.
3. Koka potatisen. Skala och skär potatisen i tunna skivor. Droppa lite matolja på den kokta potatisen.



4. Sätt maskrosblad och potatis tillsammans i en skål. Häl över matoljan (t ex solros-, raps, oliv- el. pumpolja), ca 4 msk. Exakt mängd styrs efter behov. Blanda vattnet och salladsättika i en kopp och häll i salladen. Salta. Blanda och servera till köttet. En hackad

vitlönsklyfta i blandningen förbättrar smaken!

Tips: I stället för salladsolja går det att använda stekta fettgrevar el. bacontärningar som dressing, ca ½ dl, som ska stekas på medelstark värme i en panna. Både potatisen och dressingen blandas varma med maskrosbladen. Servera den ljumma salladen genast med osötat bröd.

I Slovenien är maskrossallad en populär vårrett. Man bör undvika att plocka bladen nära bilvägar. Stora och gamla blad är beska och svårsmälta. Det finns flera versioner av maskrossallad. Man kan tillsätta korv och i vissa versioner utesluter man bacon och använder sig i stället av ett par matskedar pumolja. En olja som är mycket god, men svår att få tag på i Sverige.

Maskrosbladssallad **(Regradova solata)**

Mängd - 4 portioner:

1 liter späda maskrosblad (cirka 300 g)
23 medelstora potatisar (gärna färskpotatis)
2 msk äppelcidervinäger el. vitvinsvinäger
1/2 dl fintärnat bacon (el. rimmat fläsk)
1 finhackad vitlönsklyfta
1 tsk salt
1/2 tsk kummin
2 skivade hårdkokta ägg



Tillvägagång:

1. Rensa och skölj maskrosbladen i kallt vatten flera gånger. Låt dem droppa av i ett durkslag. Lägg dem på ett serveringsfat.
2. Koka potatisen med skal. Låt svalna något. Skala och skär i skivor. Fördela dem ovanpå maskrosbladen.
3. Stek bacontärningarna på medelstark värme i en stekpanna. När de fått lite färg, och vätskat sig, häll över vinägern. Lägg i vitlökhacket och låt koka upp. Häll vätskan med bitar och allt över salladen. Strö över kumminfröna, salta och blanda.
4. Garnera med äggskivorna. Servera genast, gärna med osötat rågbröd.

Tips: Maskrosbladssalladen kan även serveras utan potatis med ett skivat hårdkokt ägg i stället men också självständigt, utan varken potatis el. ägg. En god och mycket järn- och vitaminrik sallad.

Mimosasallad (*Motovilec*)

Mängd:

Mimosa (motovilec)

Salt

Vitlök

Ättika

2 hårdkokta ägg

salladsolja



Tillvägagång:

1. Plocka el. köp ca 1 l mimosablad. Rensa och tvätta. Låt rinna av i ett durkslag.

2. Riv ett av kokta äggen ovanpå



mimosabladen. Tillsätt salt, hackad vitlök och salladsolja. Blanda lätt. Garnera med det andra ägget, rivet el. skivat. Gott till risotto el. någon köträtt.

Grönsakssallad (*Zelenjavna solata*)

Mängd:

120 g morötter

100 g selleri

150 g gröna ärter

100 g ost (gauda)

Majs

120 g saltgurka el. paprika

Salladsolja

Salt



Dressing:

Senap

1 dl yogurt

1 msk gräddfil

Salt

Ättiksprit el. citronsaft



Tillvägagång:

1. Ansa grönsakerna och dela dem

i små tärningar. Salta och koka upp i 15 min.

2. Droppa av de kokta grönsakerna i ett durkslag, häll i en salladsskål. Dryp över lite olja och skaka om. OBS majsen och gröna ärter tar längre tid att koka; man kan också använda dem färdiga från burk.

3. Tillsätt skivad saltgurka el. paprika och riven ost (parmesan). Tillsätt olja, lite ättika, salta och blanda lätt.

4. Täck över och låt salladen stå i marinaden tills du behöver servera den (i några timmar el. över en natt). Häll över dressingen strax före serveringen.

Grönsallad II (*Zelena solata*)



Mängd:

1 ekbladshuvud
1 salladshuvud
2 stora nävar rucola
1 dl solrosfrön
6 msk olivolja
2 msk pressad citronsaft
1 pressad vitlök (kan man hoppa över)
1 nypa salt

Tillvägagång:

Rensa, skär och skölj salladsbladen. Tre sorters sallad blandas med en sås av (balsam)ättika el. citron, vitlök och salladsolja. Den här salladen är enkel och god att ha som tillbehör.

Kålsallad med morot (*Zeljna solata s korenčkom*)



Mängd:

½ kg kålhuvud
100 g morötter
Salt & peppar
Malen kumin
Matolja
Ättika
(ev 3 potatisar)

Tillvägagång:

1. Skölj och skär kålbladen i tunna strimlor. Riv morötter. Blanda. Tillsätt kumin, salt och peppar och låt stå 10 min.
2. Tillsätt olja, ättika och lite vatten. Blanda innan serveringen.

Tips: Kokt potatis i tunna skivor gör kålsalladen mjukare och fylligare i smaken.

Rödbetssallad (*Rdeča pesa*)



Mängd – 4 portioner:

Ca 4 dl rivna inlagda rödbetor
1 syrligt äpple
1 liten gul el. röd lök
1 ättiksgurka (3-4 msk hackad) v 1
dl gräddfil
1-2 msk rödbetsspad
Salt & peppar

Tillvägagång:

1. Grovriv rödbetor och äpple.
Skala och hacka löken. Hacka
gurkan. Lägg allt i en skål.
2. Blanda gräddfilen med litet
rödbetslag och smaka av med salt
och peppar. Häll såsen över och
blanda försiktigt. Servera genast.

Rödbetssallad II (*Rdeča pesa*)

Mängd - 8 portioner:

1 burk inlagda rödbetor ca 580 g.
2 syrliga gröna äpplen skalade,
urkärnade och tärnade
0,5 dl fint hackad saltgurka
1 dl majonnäs
1,5 dl lättvispad grädde

1-2 msk riven pepparrot
Salt & peppar

Tillvägagång:



1. Låt rödbetorna rinna av i ett



durkslag och skär dem i tunna
stavar.

2. Blanda majonnäs med grädden,
pepparrot, äpple, saltgurka och
rödbetor.

Smaka av med salt och peppar.
Låt rödbetorna rinna av i ett
durkslag och skär dem i tunna
stavar.

Tips: Prova salladen till en klassisk
köttbullesmörgås el. som tillhör
till grillad fisk.

Smaklig måltid!

KAKOR, EFTERRÄTTER



Peciva, dezerti

RULLAD MED VALNÖTTER
och annan fyllning
POVITICA - OREHOVA POTICA



Mängd:

4 dl mjölk 37°
2 pkt torkad jäst
2,5 dl strösocker
1,5 l vetemjöl
2,5 dl smör
3 äggulor
1 riven citronskal
1 tsk salt
1 vispad äggula

Fyllning

2,5 dl smör
4 ägg
2,5 dl socker
0,5 tsk kanel
1 tsk riven citronskal
4 msk gräddfil
7,5 dl malna valnötter (friska kärnor)
1 msk vaniljsocker

TILLVÄGAGÅNG (grundrecept för smördegen med jäst):

1. Lös upp jästen i 4 msk fingervarm mjölk, 1 msk socker och 1 msk mjöl. Låt jäsa i 10 min.
2. Knäck äggulor i en degbunke el. skål, vispa, lägg i rumsvarmt vispat smör, riven citronskal, mjöl, och till sist socker och salt samt resten av den fingervarma mjölken. Tillsätt jästblandningen och arbeta degen i köksmaskin tills alla ingredienser är väl blandade och degen är smidig (knåda ca 5 minuter i maskinen och något längre tid för hand).
3. Låt degen jäsa övertäckt i rumstemperatur i ca 1 tim el. till dubbel storlek. Om degen är för mjuk, tillsätt lite mjöl, knåda igen och låt den jäsa ytterligare i 30 min. Ta sedan upp degen på mjölad arbetsbänk och dela i tre delar. Kavla ut degen till tre rektangulära plattor en i taget, ca ½ cm på längden av bakplåt. Bred ut ett valfritt tjockt lager av fyllningen med malda valnötter (el. annan fyllning som du har valt). Se nedan:

Fyllning:

Valnötskaka - Orehova potica

1. Ta lika delar malda valnötter och mjölet (om du vill ha rikligt med fyllning) annars hälften av mjölmängden, 7,5 dl. Håll kokande varm mjölk över de malda valnötterna, tillsätt sedan ägg, socker, matlagningsgrädde (och lite choklad och kaffe), rivet citronskal och kanel. Fyllningen får inte vara för fast.
2. Du kan byta ut en del socker mot honung. Russin passar till nästan alla potica-fyllningar. Bred ut ett tjockt lager av fyllningen över samtliga degplattor. Lämna cirka 1 cm av långsidan som fuktas med

vatten. Rulla ihop som en rulltårta och vik in kanterna. Lägg alla tre rullar på en smörjd bakplåt och låt jäsa i ca 40 min.

3. Pensla med vispat ägg före bakningen. Baka i förvärmad ugn i 180 - 200 ° mellan 60 – 90 min (beror på bakplåtens och rulladens tjocklek m m). När POTICA har svalnat strö över strö- el. vaniljsocker.

Tips: Skalken på POTICA blir mjuk om du penslar den under bakningen med mjölk. Du kan också lägga ett bakpapper ovanpå rullader för att förebygga att de bränns vid. För att degen ska jäsa bra måste alla ingredienser ha rumstemperatur. Man kan byta ut rom med vanligt brännvin. Den exakta baktiden går inte att bestämma, du får öva dig fram. Knacka på skalken och se om bakningen är klar. Övning gör mästare!

Tips för några fler fyllningar till POTICA:

Vallmofröfyllning Makova potica



Ta en tredjedel av oljig, fin blåvallmo, krossad el. mald som du har mjöl i degen (se grundrecept). Häll

kokande mjölk över vallmofröna. Blanda vallmofrön, socker och smör till fyllningen. Kavla ut degen till en långsmal platta. Bred ut fyllningen.

Lämna cirka 1 cm av långsidan som istället för fyllning fuktas med vatten. Rulla ihop som en rulltårta. Låt jäsa. Pensla med ett vispat ägg innan bakningen. Baka i ca 190 grader cirka 120 minuter. Sockra.

Fyllning med hasselnötter

Lešnikova potica:



Gör som med vallmo fyllning.

Gräslöksfyllning Zelševka

Till potica zelševka förbereder du



en fyllning av gräslök och smält smör. Bred ut fyllningen, lämna cirka 1 cm av långsidan

som istället för att få fyllning fuktas med vatten. Droppa lite brännvin över fyllningen samt hackade torkade plommon, som under en halv timme har fått dra i brännvinet. Strö över socker och rulla ihop till en rullad. Låt jäsa. Före gräddningen penslas degen med vispat ägg. Gräddning som ovan.

Späckfyllning Ocvirkova potica

Degen för ocvirkova potica kan göras utan äggulor, rom och socker. Till fyllningen använder du smält hackad späck. När du har

kavlat ut degen till en långsmal platta, bred ut fyllningen. Lämna cirka 1 cm av långsidan som istället för fyllning fuktas med vatten. Rulla ihop som en rullad. Låt jäsa. Före bakningen penslas *potica* med ett uppvispat ägg. Grädda.

Fyllning med dragon *Pehtranova potica*



5 hg keso
2,5 dl gräddfil
4 äggulor
15 hg strösocker
Ca 2 dl finhackad dragon

Bred ut ett tunnare lager av fyllningen. Lämna cirka 1 cm av långsidan som fuktas med vatten. Rulla ihop som en rulltårta. Låt jäsa och vispa med ägg innan bakningen. Prova dig fram.

Honungsfyllning *Medova potica*

Ta hälften malda nötter och hälften honung. I stället för

matlagningsgräddan använder du mjölk och smör. Övrigt som fyllningar och bakningen ovan. Strö över vanilj- el. strösocker när *potica* har kallnat.

Det finns många fler fyllningar t ex:

Marmeladfyllning

(Marmeladni nadev)

Jordgubbsfyllning med mynta

(Jagodni nadev s poprovo meto)

Äppelfyllning med russin

(Jabolčni nadev z rozinami)

Päronfyllning

(Hruškov nadev)

Kesofyllning med gräddfil

(Skutni nadev s kislo smetano)

Kakaofyllning med choklad

(Kakavov nadev s čokolado)

Fyllda rullader el. POTICA är ursprungligen slovenska bakelser och kom till grannländerna från

Slovenien. Potica bakas vid stora högtider – familjära, religiösa och allmänna, t ex vid dop, bröllop, konfirmation vindruveskörd, och, men främst till Jul och Påsk.



Frimärke: 2005,
Ljubljana
Källa: WEBB 2006

Påsk valnötskaka (Velikonočna potica)



Mängd:

700 g vetemjöl
1 msk salt
3 äggulor
3 msk strösocker + vaniljsocker
2 msk rom el. annat brännvin
Citronskal

30 g jäst
70 g smör
2 dl gräddfil
Varm mjölk

Fyllning:

500-600 g valnötter, malda
Kanel
200 g strösocker
1 tsk kaffepulver
1 msk ströbröd
2 msk honung
Detta skällas med 2 ½ dl varmt
matgrädde (el. mjölk + 100 g smör)
Tillsätt 2 äggulor
Vispade äggvitor (snön)
Rom el. annat brännvin,
Citronskal, saft från ½ apelsin

Tillvägagång:

1. Smält jästen med lite strösocker och 3 msk ljummen mjölk. Sila mjölet i en skål, gör en grop i mitten och tillsätt saltet vid kanten.
2. Vispa äggulorna vid sidan om i en skål, tillsätt sockret, kryddor och

3 dl varm mjölk. Häl blandningen i gropen och blanda för hand.

3. Tillsätt jästen och lite jumen mjölk. Arbeta en deg som är något mjukare än till vit brödddeg.

Tillsätt smält smör (ej varmt), knåda väl tills du får en smidig deg (ca 10min för hand, något kortare med bakmaskin). Täck över bakduk och låt vila ca 1½ tim. Inte längre!

4. Under tiden förbereds fyllningen.

5. Den jästa degen tas nu upp på en mjölad och uppvärmd bakduk. Strö över mjölet och kavla ut degen ca 1 mm i tjocklek. Dra inte ut degen utan kavla ut den.

6. Lägg på fyllningen i en jämn lager över hela kavlade degen. Tillsätt russin som du inna dess har låtit dra i rom el. annat brännvin.

7. Rulla ihop degen till en jämn rullad. Lägg rulladen i en smörd bakplåt. Borra några små hål med en virknål el. tandpetare rakt igenom rulladen så att all luft som har samlats under rullningen kan sippra ut. Rulla med händerna inte med duken, vik in kanterna och tryck ordentligt ihop dem.

8. Pensla rulladerna i bakplåten vid beröringspunkten med några droppar olja el. smält smör så de inte klibbar ihopa under gräddningen. Låt valnöttsrulle jäsa i rumstemperatur ca 1½ tim.

9. Sätt ugnen på 200°.

10. Pensla den jästa rulladen (potica) med vispat ägg. Ställ den i mitten av den varma ugnen. Sänk ugnsvärme till 160° när rulladen i ugnen har jäst ytterligare och gräddats gulaktig. Grädda ca 1 tim.

11. Ta ut valnöttsrulladen ur ugnen, pensla den med oljan. Vänd ut rulladen på en bräda efter att den

har svalnat i 5 min. täck över en bakduk och låt potica svalna helt.

Tips: Låt valnöttsrulladen jäsa färdigt innan du gräddar den, annars kan skalken trilla av när den är färdiggräddad.

Dragonrullad **(Pehranova potica)**



Mängd:

700 g mjöl
1 tsk salt
3 äggulor
3 msk strösocker
Skal av 1 citron
3 msk rom el. brännvin
25 g jäst
100 g smör
Mjöl

Fyllning:

150 g russin som har legat i rom el. brännvin och hackad dragon

Tillvägagång:

1. Blanda jästen med lite strösocker el. baksirap
2. Sila mjölet till en skål, salta i kanten av skålet. Gör en grop i mitten och häll i äggulor, strösocker, citronskal och rom el. brännvin. Tillsätt jästen och

fingervarm mjölk, lite i taget, arbeta fram en smidig deg. Tillsätt smält smör och knåda i 10 min.

3. Låt jäsa i 1½ tim under en bakduk.

4. Mjöla ett bakbord, lägg upp den jästa degen och kavla ca ½ cm tjockt i ett smal och avlång kaka. Fördela en jämn lager över hela kakan med russin som har legat i rom el. brännvin och hackad dragon. Rulla ihop för hand.

5. Lägg rulladerna i en smord ugnssäker plåt. Borra flera hål genom rullader med hjälp av en tandpetare el. en sticka och rätta till hålen med handen. Dragonrullader ska jäsa igen 1 tim under bakduk.

6. Sätt ugnen på 200°. Pensla rulladen med vispad äggvita och sätt den i mitten av ugnen. Sänk värmen till 160° efter ca 15 min. Den exakta gräddningstiden beror på tjockleken (upp till 60 min). Ta upp den gräddade dragonrulladen, vänd den upp och ner, täck över med duken och låt svalna. Före serveringen skär dragonrulladen – pehtranova potica i tunna skivor och strö över vanilj- el. florsocker.

Munkar (Krofi – Krapì)

Grundrecept för jästdeg till munkar (Krofi) och möss (Miške):

600 g vetemjöl
1 tsk salt
5 äggulor
80 g socker
80 g smör
30 g jäst

2-3 dl mjölk
1 msk rom
1 riven citronskal
Aprikosmarmelad till fyllning
Pulversocker att strö över



Tillvägagång:

1. Smula ner jästen i en skål. Häll i några msk ljummen mjölk (fingervarm) och 1 msk socker. Rör ut jästen i den ljumma väskan. Låt jäsa i ca 10 min. Tillsätt övriga ingredienser.

2. Knåda degen smidig och ställ den att jäsa i 1 tim. Dela och kavla ut degen på ett mjölat bakkbord till ca 1,5 cm tjock plata.

3. Skär ut små rundlar med ett drickglas. Låt jäsa övertäckt i ½ tim.

4. Värm i en bred och djup stekpanna ca 1 ½ l matolja, lägg i de jässta munkarna (krofi) och friterar på mellansvag värme tills de får en gulbrun färg. Vänd om några minuter och friterar på samma sätt.

4. Ta försiktigt upp med en hålslev och lägg på kökspapper så oljan rinner av.

5. Spruta aprikosmarmelad i mitten av varje munk (krof), lägg dem på ett fat och garnera med pulversocker.

Möss – (Miške)

Tillvägagång:

1. Arbeta degen på samma sätt som ovan (till krofi), du kan tillsätta rosin. Värm matoljan som ovan.

2. När degen har jäst tar du fram en matsked att sleva upp från degen små/skedstora bitar, lägg i friteringsoljan och friterar dem gulbruna. Vänd.

3. Ta försiktigt upp med en hålslev



och lägg på kökspapper så oljan rinner av. Lägg dem på ett fat och garnera med pulver/strösocker.

Munkar, krapie el. krofi

att tillbereda och förtära under fettishelgen, 40 dagar före Påsk, då fastan enligt gammal kristen sed inleds. Fettisdagen infaller alltid på en tisdag (även i Sverige) och åtföljs med askonsdagen, då fastan börjar. Jämför med traditioner kring fastlagsbullarna i Sverige.

Klenäter (Flancati)



Mängd:

800 g vetemjöl

6 äggulor
4 dl gräddfil
4 msk rom
1 tsk salt
50 g strösocker
1-2 l friteringsolja
Vaniljsocker att garnera med

Tillvägagång:

1. Gör en grop i mjölet, tillsätt äggulor, salt, gräddfil, rom och socker.
2. Knåda väl till en smidig deg.
3. Täck över och låt degen vila i kylskåp under ca 1 tim.
4. Kavla ut degen till ca 1,5 - 2 mm; skär degen i avlånga fyrkantiga bitar, 10 x 14 cm, och gör två parallella snittar med en vass kniv el. pizzakniv ca 4 cm från kanten.
5. Fläta klenäter genom att dra lätt och fläta ut varje klenät. Låt vila.
6. Värm friteringsolja till 160°C.
7. Plocka några klenäter upp med fingrarna (håll i mitten), lägg dem i olja och friter dem guldbruna.
8. Vänd sedan och friter dem gulbruna på andra sidan.
9. Plocka ut klenäter och lägg dem på ett papper så att oljan/matfett rinner bort.
10. Garnera med vaniljsocker och servera klenäter (flancati) varma.

Klenäter – enkla (*Flancati*)



Mängd – 6 portioner:



200 g
vetemjöl
1 tsk salt
Lite smör
2 äggulor
1 tsk
vaniljsocker

1 msk kaffebrädd
1 tsk rom
1 tsk vitt vin el. citronsaft
2 dl olja

Tillvägagång:

1. Lägg alla ingredienser mitt i mjölet, arbeta för hand till något styvare deg. Låt degen vila 30 min.
2. Kavla degen 1 mm i tjocklek, dela degen i små trekantar. Skär två avlånga snittar med en vass kniv i varje trekant.
3. Fläta klenäter, bryn smöret el. oljan i en stekpanna, lägg ner klenäter och bryn/friter dem gult. Plocka upp klenäter med en hålslev, lägg dem på papper för att rinna av. Före servering strö över vaniljsocker.

Snömunkar – (*Krofi s snegom*)

Mängd – 6 portioner:

1 kg mjöl
13 g (ca 1 tsk) bakpulver
1 tsk salt
1 citron- el. apelsinskal
3-4 msk brännvin(rom)
40 g jäst
½ l mjölk
4 ägg
3 msk strösocker
Vaniljsocker
1 dl matolja (=6 msk)
1 dl gräddfil

Aprikosmarmelad
Matfett till fritering



Tillvägagång:

1. Sila mjölet tillsammans med bakpulvret. Tillsätt saltet och andra aromkryddor.
2. Värm mjölken fingervarm. Blanda jästen med 1 msk strösocker och 2 msk mjölk. Låt jäsa.
3. Vispa under tiden äggvitor till en hård snömassa. Tillsätt äggulor, vaniljsocker, samt matolja. Mixa. Sist tillsätts grädde. Rör om.
4. Häll blandningen i det siktade mjölet, blanda för hand och tillsätt jästmassan och mjölken. Knåda ca 20 min till en jämn och mjuk deg
5. Låt degen jäsa under en duk ca 1½ tim. lägg den jästa degen på ett mjölat bakbord.
6. Kavla ut degen ca 1 cm tjockt på ett mjölat bakbord. Stansa ut runda munkar, hälften av dem 8 cm i diameter och resten 6 cm.
7. Lägg 1 tsk sylt mitt på de mindre munkarna. Lägg större degbitarna över de mindre och tryck ihop kanterna mot varandra runt om så att sylten inte rinner ut under fritering.
8. Lägg munkarna glest på en mjölad duk och låt jäsa i ca ½ tim. Vänd och låt jäsa ytterligare ½ tim.
9. Värm matfett/olja el. blandningen av fett och olja i en gryta. Lägg i de

jästa munkarna så att överdelen kommer ner i oljan. Sätt på locket. Vänd munkarna efter någon minut och låt dem friteras utan lock i några minuter, tills de är klara.

10. Ta upp de friterade munkarna, lägg dem på ett papper för att rinna av. Strö över florsocker före serveringen.

Vinmarinerad bakelse (Pijana baba)

Mängd:

- 3 ägg
- 3 msk mjöl
- 3 msk strösocker
- ½ l vin, helst vitt
- 1 tsk bakpulver

Tillvägagång:

1. Separera äggvitorna från äggulorna. Vispa äggvitorna hårt. Tillsätt strösocker och hela äggulor.
 2. Tillsätt mjölet och bakpulvret till den vispade massan. Vispa.
 3. Sätt ugnen på 200°.
 4. Häll massan i en ugnssäker bakform och grädda i ca 18 min. Bakelsen blir färdiggräddad när den släpper bakformens kanter.
 5. Ta upp bakelsen, vänd den på ett passande fat och låt svalna.
 6. När den svalnat, dryp över rikligt med vinet. Om vinet är torrt bör du tillsätta strösocker. Upprepa proceduren så att bakelsen blir genomsyrad med vinet. Servera bakelsen delad i små tårtliknande bitar med en tesked till.
- Ett annat alternativ – i stället för vin kan man drypa över fruktsaft,

lite rom el. chokladlikör samt
garnera med en klick vispgrädde.

Chokladbakelser *(Čokoladni kruhki)*



Mängd – ca 50 stycken:

4 dl vetemjöl
½ dl kakao
1 tsk vaniljsocker
¾ dl socker
200 g smör el margarin
1 ägg

Pensling: 1 ägg, 1 msk socker

Tillvägagång:

1. Lägg mjölet i en hög på bordet och gör en fördjupning i mitten. Lägg i kakao, vaniljsocker, socker och matfettet, skuret i småbitar. Hacka ihop alla ingredienser till en grynig massa.
2. Tillsätt ägget och arbeta snabbt ihop till en smidig deg på mjölat bakbord. Ta lite mer mjöl om det behövs.
3. Låt degen vila kallt 1 tim.
4. Sätt ugnen på 200°.
5. Vänd ut och rulla degen till 2 längder, ca 4 cm tjocka. Skär dem i ca 5 mm breda bitar. Lägg sedan dessa på mjölad plåt och platta till el. skära ut med mått.
6. Pensla med vispat ägg, strö över socker och grädda kakorna mitt i ugnen i ca 6 min.

Ugnsgräddad mannagryn *(Zdrobov pečenjak)*

Mängd – 6 portioner:

1 l mjölk
Salt
5 dl mannagryn
2 ägg
60 g margarin el. olja
2 msk strösocker

Tillvägagång:

1. Koka upp mannagryn i den saltade mjölken. Låt tjockna och blanda sedan tillsammans med vispade ägg. Låt svalna något.
2. Värm margارين el. oljan i en ugnssäker form, strö i sockret, bryn lätt och lägg i den kokta mannagrynen genom att fördela det med en gaffel över hela formen. Värm ugnen ca 200° och grädda i ca 20 min.
3. Ta ut mannagrynet och smula med gaffeln. Servera den i sockrad variant till kompott (*Äppelmos, Fruksås - sadna omaka*), el. i en osockrad variant till salladen.

Äppelmos el. Fruksås *(Čežana ali sadna omaka)*

Mängd – äppelmos:

1,5 kg äpple
1 citron - skal och saft
Kanel
Strösocker

Tillvägagång.

Tvätta äpplena, ta ut kärnor och koka upp tillsammans med lite socker och citronskal. De kokta äpplena mosas och kryddas med

kaneln och citronsaften.
Beroende på vattenmängden kan man förbereda en tjockare el. tunnare äppelmos.

Rulltårta (Zavita torta)



Mängd:

3 ägg
1,5 dl socker
2 dl vetemjöl
1 tsk bakpulver
1 dl hallonsylt el. annan sylt
0,5 msk socker
Till formen: Smör el. margarin
Vaniljkräm: 3 gelatinblad
2 äggulor
1,5 msk socker
2 dl mjölk
1 tsk vaniljsocker
1,5 dl vispgrädde

Tillvägagång - Rulltårta:

1. Vispa ägg och socker pösigt. Blanda vetemjöl och bakpulver och rör ner det i äggsmeten.
2. Täck en långpanna (30x40 cm) med ett smörpapper och bred ut smeten på papperet.
3. Sätt ugnen på 225°.
4. Grädda kakan mitt i ugnen i ca 6 min.
5. Vänd ut kakan på smörpapper som ströts med socker. Fördela sylten på den ännu varma kakan

och rulla ihop den hårt på längden till en rulltårta. Låt den svalna med skarven neråt på ett galler.

Tillvägagång - Vaniljkräm:

1. Lägg gelatinbladen i blöt i kallt vatten 10 min.
2. Vispa ägg, socker och mjölk i en tjockbottnad gryta. Värm långsamt upp krämen under vispning, tills den tjocknar, men den får inte koka. Dra av plattan.
3. Krama ur gelatinbladen, vispa ner i den heta krämen och vispa tills krämen svalnat.
4. Vispa grädden till ett styvt skum och vänd ner den i krämen.

Rulltårtan:

1. Lägg smörpapper i botten på en rund form el. skål. Skär den avsvalnade rulltårtan i skivor och täck formens sidor och botten med rulltårtas skivor.
2. Häll vaniljkrämen över rulltårtan i formen och ställ det kallt tills krämen stelnat.
3. Vänd ut rulltårtan på ett serveringsfat.

Körsbärsrullad (Češnjev zavitek)

Mängd:

Deg:

300 g mjöl
½ msk salt
1 msk olja
1 ägg
Ljummet vatten

Fyllning:

1,3 kg urkärnade körsbär
4 msk strösocker
Kanel

100 smör
3 msk ströbröd
3 msk gräddfil



Tillvägagång:

1. Sila mjölet i en bakbunke. Gör en grop i mitten och tillsätt salt, ägg, olja samt lite i taget det ljumma vattnet. Blanda för hand, arbeta fram en smidig deg.
2. Lägg degen på ett mjölat bakbord och knåda väl så att degen blir blank och utan lufthål. Lägg över en varm skål och låt vila i 30 min.
3. Ta upp degen och lägg den på ett mjölat bord el. duk, kavla den, dryp över lite olja och dra ut med händerna så mycket du behöver.
4. Ta fram en panna och bryn smöret och ströbrödet. Lägg ovanpå degen ströbrödet först och sedan körsbären. Lämna ca en tredjedel i mitten utan körsbär, lägg på gräddfilen där i stället.
5. Fördela strösockret blandat med kanel och vaniljsocker över körsbären. Rulla ihop degen från båda sidorna mot mitten så att gräddfilen avslutar rullen. Se till att körsbärsaften inte sipprar ut.
6. Sätt ugnen på 170° och grädda körsbärsrulladen 40 min. När den börjar få färg, sänk temperaturen till

170° och grädda lite till. De sista minuterna av gräddningstiden kan värmen stängas av helt.

7. Ta upp körsbärsrulladen och täck över med folie. Låt den akta svalna.

Äppelpaj (*Jabolčna pita*)

Mängd:

Smördeg:

400 g mjöl
1 msk bakpulver
200 g margarin
150 g florsocker
1 citronskal
2 ägg
1 msk gräddfil
Rom el. brännvin

Fyllning:

1 ½ kg rensad frukt (t ex äpplen, päron, plommon)
1 msk strösocker
Kanel
Citronskal
Några smulade kex
Gräddfil

Tillvägagång:

1. Blanda bakpulvret med mjölet. Tillsätt margarin och arbeta fram en deg. Sätt degen i kylan för att vila.
2. Förbered frukten under tiden (ju rikare blandning desto godare paj). Rensa frukterna, kärna ur, låt fruktsaften droppa av i ett durkslag.
3. Ta fram en panna och värm lite matfett. Tillsätt florsockret och fruktblandningen el. äpplena. Bräsera under lock. Skaka om emellanåt. Frukten bör mjukna och inte falla sönder. Ta bort kastrullen från spisen, avlägsna locket så att bräseringen avstannar.

4. Dela degen i två halvor. Använd ena halvan som underlag, kavla ut den och lägg på en bakplåt. Räta ut degen så att den täcker hela plåten och att det finns ca 1 cm tjock kant runt om.

5. Strö över ströbrödet. Hackade valnötter kan tillsättas, lägg på fruktblandningen (äpplen, päron, jordgubbar, plommon, persikor, skogsbär, jordgubbar, vindruvor m m). Strö över ströbrödet en gång till om det behövs. Pressa inte frukten.

6. Täck över med den andra kavlade deg halvan el. skär små strimlor av den och lägg på pajen i form av små rutor ovanpå frukten. Pensla med gräddfilen (bättre än ägg).

7. Sätt ugnen på 190°. Grädda mitt i ugnen 50 min. Servera pajen varm el. kall.

Äppelstrudel, mindre *(Jabolčni štrudel, manjši)*

Mängd – 4 portioner:

Fyllning:

5 äpplen
50 g smör
100 g socker
100 g valnötter
50 g russin
1 tsk kanel

Deg:

400g vetemjöl
1 nypa salt
1 tsk socker
2 dl vatten
1 dl olja
100 g smält smör

Tillvägagång:

1. Blanda mjöl, salt, socker, olja (spara lite olja till slutet) och vatten. Arbeta ihop till en smidig deg. Dela degen i två lika stora bitar. Forma degen till två bollar, olja in bollarna med den resterande oljan och täck



över med en blöt handduk. Låt degen ligga i kylan i ca 45 min.

2. Skala äpplena och avlägsna kärnhuset. Skär äpplena i tunna skivor. Stek äppelskivorna i lite smör i en stekpanna tills de mjuknar. Tillsätt socker, russin, nötter och kanel och stek ytterligare i någon minut. Låt allt svalna.

3. Lägg en duk över köksbordet. Ta den kylda degen och kavla försiktigt ut den tills den blir tunn som papper. Skär bort de tjocka kanterna. Skvätt lite smält smör över degen med en pensel och borsta försiktigt. Fördela fyllningen över degen. Lyft försiktigt duken på ena sidan så att degen börjar rulla sig mot mitten (hjälp till med händerna om det behövs).

4. Rulla hela degen (som när man gör bullar) och lägg över i en väl smord plåt. Pensla rullen med smör och grädda i ugnen i ca 40-45 minuter i ca 200°. Låt svalna och servera gärna med vaniljsås.

Äppelstrudel I (*Štrudelj*)



Mängd – 6 portioner:

Deg:

- 1 1/2 dl vatten
- 1 ägg; lätt vispat
- 2 msk smör; smält, svalnat
- 2 msk vinäger
- 6 dl vetemjöl
- 2 tsk salt

Fyllning:

- 1 dl smör; smält,
- 1 dl vinäger ca -100 g
- 1 dl ströbröd
- 800 g äpple; sylriga
- 2 dl socker
- 1 1/2 dl russin
- 2 tsk malen kanel
- 1 msk citrusskal; tvättat, finrivet
- 2 dl mandel; mald

Alla ingredienser bör ha rumstemperatur.

Tillvägagång:

1. Rör ihop vatten och ägg med smör och vinäger. Vänd ner smeten bland mjöl och salt i en stor skål. Arbeta degen bestämt, knåda genom att slå den hårt i bakkbordet ca 10 minuter. Rulla till en boll och låt degen vila på mjölad bänk under stjälp, varm porslinskål i 30 minuter.
2. Täck köksbordet med ett rent

lakan, mjöla det frikostigt. Kavla degen platt på mjölat lakan. Sträck degen varligt över fyra knutna händers ryggar tills degen tunnats sig till genomskinlighet. Det går nästan av sig själv på grund av degens tyngd. Lappa eventuella hål försiktigt. Klipp bort tjocka kanter och pensla degytan med smält smör. Strö tunt med skorpsmulor över hela degen.

3. Blanda skalade, urtaga och tunt klyftade äpplen med socker, russin, kanel, citrusskal och mandel i en stor skål. Fyllningen ska läggas ut i ett drygt decimeterbrett band lika långt från degens ena långsida. Vik "marginalen" över fyllningen och rulla strudeln som en rulltårta med hjälp av lakanet och händer. Lägg i ring på smord el. papprad plåt, pensla med smör och vik in degändarna.

4. Grädda mitt i 225° varm ugn ca 25 minuter. Serveras ljum el. kall, med vaniljglass el. vispgrädde. Kan frysas.

Äppelstrudel II (*Jabolčni štrudelj*)

Mängd - för ca 8-10 bitar:

- 3 dl vetemjöl
- 1/2 tsk salt
- 4 msk vatten, 37°
- 1 msk rapsolja
- 1 ägg

Fyllning:

- 5 sylriga äpplen
- 1/2 dl russin
- 1 dl strösocker
- 1 tsk kanel

Pensling och garnering:

1/2 dl smör, smält
1/2 dl mjölk
Florsocker
Ugn: 225°



Tillvägagång:

1. Blanda vetemjöl och salt i en bunke. Vispa ihop ljummet vatten, olja och ägg och blanda undan för undan ner i mjölet. Arbeta ihop det till en smidig deg. Lägg över en bakduk och låt degen stå på varm plats 1 timme.
2. Skala och kärna ur äpplena och skiva dem tunt. Blanda äppelskivor, russin, socker och kanel i en skål.
3. Kavla ut degen på mjölad duk, så tunt som möjligt. (Sätt en kavelstrumpa på kaveln, om du har.) Dra ut degen åt alla håll tills den är papperstunn. Kavla degen rektangulär.
4. Pensla degen med en del av det smälta smöret och lägg sedan äppelblandningen jämnt ovanpå. Rulla samman degen som en rulltårta och lägg rullen med skarven neråt på en plåt med bakplåtspapper. Lägg den på diagonalen om det är svårt att få plats med den.
5. Grädda rullen i ca 40 minuter. Pensla då och då med resten av smöret och lite mjölk.
6. Sikta florsocker över strudeln och servera den avsväljad, gärna med vaniljglass el. vispad grädde.

Frasig äppelkaka ***(Jabolčna pogača)***



Mängd - för ca 3 portioner:

5 äpplen
125 g margarin
1 1/2 dl socker
2 dl mjöl
3/4 tsk bakpulver

Tillvägagång:

1. Sätt ugnen på 200 grader och börja skala och skära äpplena i tunna klyftor. Lägg dem i formen.
2. Smält smöret, rör ner sockret, mjölet och sist bakpulvret. Klicka smeten över äppelklyftorna och ställ in formen i ugnen i 30 minuter.
3. Servera med glass el. vaniljsås.

Knäckig äppelpaj ***(Hrustljava pita)***

Mängd - för ca 6 portioner:

125 g rumsvarmt smör el. margarin
2 dl socker
2 dl vetemjöl
1/2 tsk bakpulver
4-6 syrliga äpplen
2 tsk mald kanel

Garnering:

1/2 dl strösocker
Ugn: 200°

Tillvägagång:

1. Rör matfettet med socker ljust och poröst. Tillsätt mjölet blandat med bakpulver. Arbeta samman till en deg. Ställ den kallt att vila ca 30 minuter.
2. Tryck ut degen i en smord pajform. Skala, kärna ur och riv äpplena grovt. Blanda dem med kanel. Lägg äppelraspet i pajformen. Strö över 1/2 dl socker.
3. Grädda mitt i ugnen ca 25



minuter. En härlig paj med knäckig yta. Servera pajen ljummen.

God äppelkaka ***(Dobra jabolčna pogača)***

Mängd - till 10-12 bitar:

2 msk mjukt smör
Kokosflingor
1 ägg
2 dl strösocker
2 dl vetemjöl
1 tsk bakpulver
2 tsk vaniljsocker
100 g smör, smält
2 skalade och klyftade äpplen
1/2 dl rått strösocker
2 tsk kanel
Servera med:

Vispgrädde el. vaniljglass

Ugn: 175°

Tillvägagång:

1. Smörj en form med löstagbar kant, ca 24 cm i diameter, med mjukt smör och bröa den med kokosflingor.
2. Vispa samman ägg och socker lätt. Blanda vetemjöl, bakpulver och vaniljsocker i en skål. Rör ner mjölblandningen i äggsmeten tillsammans med smält smör. Häll smeten i formen.
3. Lägg äppelklyftorna i en plastpåse med råsocker och kanel. Skaka om. Lägg klyftorna i ett fint mönster i smeten. Grädda kakan i nedre delen av ugnen, 25-30 minuter. Servera med vispad grädde el. vaniljglass.

Äpplemums (*Jabolčni kolački*)

Mängd - för ca 20 bitar:

3 ägg
3 dl socker
3 dl vetemjöl
150 g smör el. margarin
2 äpplen

Pensling:

25 g smör

Garnering:

Siktat socker över kakan.

Tillvägagång:

1. Klä en djup plåt med bakplåtspapper.
2. Vispa ihop alla ingredienserna, häll därefter smeten på den bakplåtssklädda plåten.
3. In i ugn på 200° i ca 15 min tills kakan fått fin gyllenbrun färg.
4. Pensla sedan kakan med smör och sockra den med socker.

Tips: När kakan är nygräddad kan den serveras med en bit glass el. en klick vaniljvisp. Kanel kan vara gott att ha i smeten.

Kanelstekta äpplen (*Pečena jabolka*)



Mängd - för ca 4 portioner:

1/2 dl strösocker
2 tsk kanel
3-4 äpplen
Lite smör
Ev hallon el. björnbär

Sherrysås:

3 äggulor 6 msk socker
2 dl sherry
1 msk smör

Tillvägagång:

1. Vispa samman äggulor och socker i en värmetålig skål. Koka upp vatten i en kastrull och sätt ner skålen med äggulorna i det kokande vattnet.
2. Tillsätt sherry, lite i taget under fortsatt vispning. Vispa kraftigt tills såsen är tjock och pösigt. Tillsätt smöret och vispa ytterligare en halv minut. Ta upp skålen från vattenbadet och fortsätt vispa tills såsen är kall.
3. Blanda samman socker och kanel. Skala, kärna ur och skär äpplena i klyftor.

4. Vänd äppelklyftorna i sockerblandningen och stek dem gyllene i lite smör. Servera äpplena genast arrangerade som ett hjul på portionerionstallrikar. Toppa eventuellt med något bär. Bjud såsen till.

Tips: Kanelstekta äppelklyftor med sherrysås i en ljuvlig sås. Det är en festlig och lättgjord dessert som passar vid de flesta tillfällen. Enkelt, gott och elegant!

Snabb äppelkaka



(*Hitra jabolčna pogača*)

Mängd:

2 ägg
3 dl strösocker
2 1/4 dl vetemjöl
1 tsk bakpulver
2 äpplen
2 msk pärlsocker
25 g mandelspån
100 g smör
Ugn: 175°

Tillvägagång:

1. Vispa ägg och socker vitt och pösigt. Blanda vetemjöl och bakpulver och tillsätt det i

äggsmeten. Kläm fast ett bakplåtspapper i botten på en bakform med löstagbar botten, ca 24 cm i diameter. Smörj formen. Häll smeten i formen.

2. Skala och kärna ur äpplena. Skiva dem tunt. Lägg skivorna ovanpå smeten. Strö över pärlsocker och mandelspån. Hyvla smöret med en osthyvel och lägg ovanpå äpplena.

3. Grädda kakan i mitten av ugnen, ca 35 minuter. Servera kakan ljummen med vaniljsås.

Burek (Burek)

Fillo är ett grekiskt ord och betyder blad. Filodeg är en mycket tunt kavlad deg gjord av vetemjöl, salt och vatten. I mataffärer finns att köpa förpackning med filodeg el. filodeg i fyrkantiga blad alt rulle.



Mängd 10 portioner:

Filodeg (se receptet på s 170)

500 g fetafärskost

1 stor bunt slätbladig persilja

1-2 ägg

Yoghurt el. matlagingsgrädde

Olja

Tillvägagång:

1. Hacka persilja och smula osten. Blanda. Mixa i lite olivolja, det ska vara en löst sammansatt smulig

massa,

2. Skär degen på diagonalen och lägg en rad ca 2 cm tjock längs hela degens längd, rulla ihop till en lång rulle, snurra den (som en kanelbulle) och lägg i en smord långpanna. Gör likadant med resten tills formen är full.

3. Blanda ägg och yoghurt, täck hela kakan och grädda 30 min i 175-200°. Låt kakan svalna och skär ut i önskad storlek.

Prekmurska gibanica *(Prekmurska gibanica)*

Mängd – 12 portioner:

Filodeg av 320 g mjöl

3 dl olja

2 dl ljummet vatten

Salt

Fyllning:

300 g valnötter, malda

100 g strösocker

1 msk vaniljsocker

5 cl rom el. brännvin;

400 g keso

100 g strösocker

80 g russin;

500 g äpple

100 g strösocker

Kanel;

200 g vallmofrön

100 g strösocker

Kanel;

7 dl gräddfil

2 ägg

200 g margarin

Tillvägagång:

Deg - filodeg:

1. Sikta mjölet, tillsätt olja, ljummet vatten och salt. Knåda i 10 min.



Forma degen i 5 delar, lägg dessa på mjölat bakbord, pensla med olja och täck över. Låt vila i 30 min.

2. Ta upp degen, kavla och forma till 10 avlånga degplattor så att de passar till en långpanna. Smörj långpannan med margarin.

Fyllningar:

Vallmofröfyllning: malna valmofrön blandas med socker och kanel.

Valnöttsfyllning: malna valnötter blandas med socker, vanilj och rom (el. brännvin)

Kesofyllning: blanda keso, russin och socker.



Äppelfyllning: skala och riv äpplena och blanda med socker och kanel.

3. Lägg den första degplattan i en långpanna, dryp över smält margarin och lägg på en degplatta till. Smörj över valnöttsfyllningen och skvätt över med gräddfil med 1 vispat ägg i. Lägg på nästa degplatta, smörj över med kesofyllning och lägg på nästa degplatta. Nästa fyllning blir vallmofröfyllning, dryp över grädd- och äggblandningen. Lägg på nästa platta. Lägg på fyllningen med äpplen, dryp över med margarin och gräddfilen. Upprepa proceduren. Överst måste en degplatta ligga, skvätt över margarin och gräddfilsblandning.

4. Grädda Prekmurska gibanica i ugnen vid 175° i 75 min. Servera varmt el. kallt – en mycket mättande efterrätt.

Prleska gibanica *(Prleška gibanica)*



Mängd - 1 bakplåt:

Filodeg – se receptet

Fyllning:

1 kg keso

50 g russin

100 g strösocker

2 ägg

250 g smör

4 dl gräddfil

2 ägg

Salt



Tillvägagång:

1. Arbeta fram filodegen enligt tidigare recept, låt vila och kavla ut till en stor tunn platta (mindre än 1 mm). Dra ut med händerna. Lägg degen i en rund smörd bakform och skär bort kanterna så att du får 9 plattor som ska fyllas med följande fyllning:

2. Blanda samtliga ingredienser till fyllningen ovan och lägg på fyllning

på varje degplatta tills du har använd all deg och all fyllning. Avsluta med en degplatta på toppen, dryp över med gräddfilen och vispat ägg.

3. Grädda Prleška gibanica i ugnen vid 170° i 60 min. Servera varmt el. kallt, sockra efter smak.

Strudel - Kesorulle **(Štrudelj - Skutni zavitek)**



Mängd – 1 bakplåt:

Filodegen – se tidigare recept.

Kesofyllning:

500 g keso

100 g smör

2 dl gräddfil

75 g strösocker

3 ägg

100 g russin

2 msk ströbröd

Skal av ½ citron

1 msk rom el. brännvin

1 tsk salt

Annat:

60 g smör

1 dl vispgrädde

1 äggula

Tillvägagång: Smält smör. Sikta mjöl, tillsätt alla ingredienser och arbeta fram en deg, se receptet.

1. Dryp rom el. brännvin över russinen.

2. *Kesofyllning:* ta fram en skål. Blanda i smör, socker, äggulor och salt. Riv i skal från ½ citron, vispa med elvispen tills det blir ett skum.

3. Vispa äggvitorna i en fettfri skål med elvisp tills den fått en fast, flockig konsistens och stannar kvar när du lyfter skålen uppochner.

Tillsätt smulad keso, gräddfil, ströbröd och de fuktiga russinen. Blanda väl. Tillsätt de hårt vispade äggvitorna och blanda försiktigt.

4. Mjöla ett bakhord och lägg fram den kavlade degen, ca 50 cm i diameter. Pensla det smälta smöret över hela ytan och dra ut degen tunt. Om du använder den färdigköpta degen, behöver du inte tänka på att kavla och dra ut, degen är bra som den är.

5. Sätt ugnen på 180°.

6. Blanda smöret med vispgrädde.

7. Sätt halva kesofyllningen över hälften av degen. Rulla ihop till en rulle och lägg den på en bakplåt.

Forma strudeln, pensla den med blandningen av smör- och gräddfil med hjälp av en pensel. Upprepa proceduren med andra halvan.

Sätt strudeln i mitten av ugnen ca 35 min, grädda den gulbrun.

Servera varm el. kall, jättegod som efterrätt!

Tips: I stället för kesofyllning kan du använda äppelfyllning av skalade, rivna, lättsöttade äpplen, kanel, smör och ströbröd. Gör som med kesofyllningen. Strudeln kan även fyllas med, blåbär, skogsbär, plommon, körsbär, riven pumpa el. en köttfärsblandning. Du kanske hittar på annat; lika gott vilket som.

Majskaka (*Koruzna pogača*)

Mängd – 6 portioner:

350 g majsgrryn
150 g mjöl
200 g strösocker
2 ägg
1 tsk bakpulver
2½ dl mjölk
2½ dl olja
2 msk vaniljsocker
2½ dl gräddfil



Tillvägagång:

1. Ta fram en större skål, blanda socker, mjöl, majsgrryn och bakpulver.
2. Tillsätt mjölk, ägg, vaniljsocker och olja, blanda väl.
3. Smörj en ugsäker bakplåt och häll i blandningen.
4. Sätt ugnen på 180°, grädda 30 min. tillsätt gräddfil mot slutet av gräddningen. Servera varmt.

Vetekaka

(*Pšenična pogača, zlevanka*)

Mängd – 6 portioner:

450 g mjöl
100 g strösocker
1 ägg

1 tsk bakpulver
2½ dl mjölk
2½ dl olja
1 msk vaniljsocker
2½ dl jordgubbssaft el. kräm

Tillvägagång:

1. Ta fram en större skål, blanda socker, mjöl, vetemjöl och bakpulver.
2. Tillsätt mjölk, ägg, vaniljsocker och olja, blanda väl.
3. Smör en ugsäker bakform och häll i blandningen.
4. Sätt ugnen på 180°, grädda 20-30 min. Pensla med jordgubbssaften mot slutet av gräddningen. Servera varmt.

Tips: Det går bra att pensla med marmelad el. valfi fruktsaft som alt till jordgubbssaften. Man kan även pensla vetekakan med gräddfil, yogurt el. filmjölk.

Filodegspaj

(*Pita, štrudelj z vlečenim testom*)

Mängd:

500 g filodeg
1 kg spenat
200 g fetaost
100 g keso
100 g riven lagrad hårdost
5 ägg
3 dl matlagningsyoghurt
3 msk olivolja
Salt & peppar

Tillvägagång:

1. Sätt ugnen på 200°. Dela spenaten i mindre bitar. Koka upp vatten med en nypa salt i en

kastrull och låt bladen bli mjuka i det kokande vattnet i 1-2 minuter. Häll bladen i ett durkslag, spola dem under kallt vatten och låt rinna av.

2. Smula fetaosten i en bunke, lägg i keso och riven hårdost. Blandar ägg, yoghurt och spenaten. Rör till en jämn smet. Smaka av och krydda.

3. Smörj en djup plåt med olja och täck den med ett ark filodeg. Bred fyllningen över hela arket, lägg på ett nytt ark och fortsätt varva fyllning med ark. Avsluta med ett filodegsblad, pensla med olivolja.

4. Sätt ugnen på 200°. Täck plåten med ett smörpapper och baka pajen i mitten av ugnen i 30 minuter. Ta bort pappret och låt pajen få färg i ugnen under ytterligare några minuter. Låt pajen svalna något och skär den i portioneringsbitar.

Glass med marascino **(Sladoled)**



Mängd - 8 -10 portioner:

1,5 l vaniljglass

1 tårtbotten

4 msk marascino el. cointreau

1 pak djupfrysda jordgubbar

Arbetstid: 1 tim

Frystid: ca 3 tim

Rundbottnad skål: Ca 2 l

Tillvägagång:

1. Blanda likören med lite av lagen från jordgubbarna och dränk in tårtbotten med blandningen. Skär tårtbotten i trekantiga bitar.

2. Kläd en rundbottnad skål, ca 2 l, med tårtbitarna.

3. Rör vaniljglassen smidig och bred hälften i ett jämnt lager över tårtbitarna. Ställ in skålen i frysen tills glassen stelnar igen, ca 30 min.

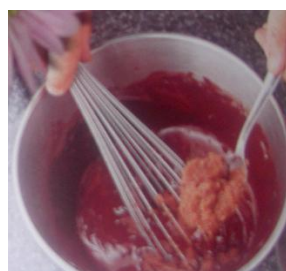
4. Krossa jordgubbarna och blanda med resten av vaniljglassen.

5. Tag fram skålen med glass ur frysen och fyll hålet med jordgubbsglass. Ställ tillbaka i frysen till glassen är hård, 3 – 4 tim.

6. Tag glassen ur frysen ca 30 min innan den ska serveras och stjälp upp den på ett serveringsfat.

Tips: Formen kan fyllas med tre lager glass med olika smaksättningar. Variera med t.ex. choklad-, nougat-, pistage- el. marascinosmakglass. En lager i glasstårta kan bestå även av svartvinbärssorbet.

Kastanjedessert (Kostanjeve dezert) med hasselnötssås



**Mängd - fyra
personer:**

250 g naturel

kastanjepuré

2 dl florsocker

250 g mörk

choklad

70 g smör

Hasselnötsås (vaniljkräm):

4 ägg

4 msk florsocker



2½ dl mjölk

100 g hasselnötter

50 g madelpasta

Tillvägagång:



1. Blanda kastanjepuré och florsocker, smält chokladen i ett vattenbad och rör ned smöret.

Skala och hacka hasselnötterna fint.

2. Blanda kastanjepurén och den smälta chokladen. Vispa kraftigt med ballongvisp till en luftig och smidig massa.

3. fyll en rektangulär form med massan och låt stå i 48 tim i frysen. Av de fyra äggen och sockret gör du vaniljkrämen.

4. Rör ned mandelmassan i vaniljkräm. Stjälp upp desserten innan du skär i skivor. Servera med hasselnöttsås.

I Medelhavsområdet, dit hör även Slovenien, var kastanjen länge en viktig tillgänglig föda under höstmånaderna (förväxla inte hästkastanjen med den äkta, ätbara). Kastanjer kan plockas

under oktober och november, skalen ska vara blanka och runda. Hinnan under skalet går lätt att ta bort om kastanjerna snabbt sänks ned i kokande vatten. Kastanjer ska kokas i mjölk på svag värme i ca 40 min utan några tillsattser. För att förhindra oxidation av purén bör man tillsätta en skiva citron. Den överblivna, sparade purén ska förvaras kallt och luftlätt. I brist på färska kastanjer kan man i handeln köpa osockrad kastanjepuré. Tillaga gärna denna överdådliga dessert en dag i förväg.

Kastanjekaka, ljummen *(Kostanevo pecivo)*



Mängd – för åtta personer:

Mördeg:

150 g mjukt smör

1 ½ dl florsocker

½ tsk vaniljsocker

30 g finmalen mandel

4 dl vetemjöl

2 ägg

Fyllning:

300 g kastanjepuré

50 g smör

1 ¾ dl strösocker

1 dl rom

5 äggulor

2 ägg
1 ½ dl strösocker
Karamellsås:
1 ¼ dl strösocker
1 ½ dl vispgrädde
1 dl vatten
Vaniljglass:
1 l mjölk
1 vaniljstång
12 äggulor
1 ¾ dl strösocker



Tillvägagång:

1. Blanda smör och florsocker, mandel, vaniljsocker, ägg och mjöl. Klä formen och förgrädda i 200°.
Koka upp mjölken till glassen med vaniljstången och låt dra.
2. Vispa äggulor och socker pösigt, hetta upp. Tillsätt vaniljmjölken och låt sjuda. Sila, vispa kraftigt och arbeta färdigt i glassmaskin.
Karamelisera i 1 ¼ dl socker med 1 dl vatten till karamellsåsen. Spädd med grädde och ställ åt sidan.
3. Rör kastanjepurén mjuk med smör, ¼ dl socker och rom. Gör en kall kräm av äggulorna, de hela äggen och resterande 1 ¼ dl socker. När denna fått fast konsistens blandas den försiktigt med kastanjemassan.
4. Fyll den förgräddade kakbottnen med kastanjefyllningen. Grädda i förvärmad ugn i 200° i ca 15 min.

servera kakan kall el. ljummen med vaniljglass och karamellsås.

OBS De ätliga kastanjernas näringsvärde är högt, bla innehåller de fosfor och B-vitamin, som båda är gynsamma för nervsystemet.

Fettbullar (Ocvirkove pogače)



Mängd – 8 personer:

500 g mjöl
300 g malna fettgrevar (ocvirki)
25 g jäst
1 dl mjölk
2 dl grädde
2 äggulor
2 msk rom el. brännvin
Salt & peppar
Några pumkärnor
1 ägg till pensling

Tillvägagång:

1. Blanda ingredienserna utom fettgrevarna och knåda till en smidig deg. Låt degen vila. Kavla degen och strö över 1/3 av malda fettgrevar. Vik ihop degen och kavla ut den igen. Låt vila 15 min.
Upprepa 2 ggr el. tills alla fettgrevarna är använda.
2. Kavla ut degen ca 2 cm, skär ut små bullar – runda el. fyrkantiga, gör några snitt med kniven, pensla med vispat ägg och lägg på några

pumpkärnor (ej obl). Låt jäsa 20 min.

3. Grädda fettbullarna i mitten av ugnen på 180° tills de har fått en gulbrun färg.

Tips: Gott som efterrätt men även som mellanmål.

Vetebullar (*Buhteljni*)



Mängd: 16 bullar:

600 g vetemjöl special

20 g jäst

1 tsk strösocker el. baksirap

3 dl ljummen mjölk



äggulor

50 g strösocker

1 rivet citronskal

1 msk rom el. brännvin

60 g smör

Marmelad, sylt el. valnötter



Tillvägagång:

1. Smula ner jästen i en degbunke. Tillsätt den fingervarma mjölken och lite strösocker el. baksirap. Häll på lite av degspadet och lös jästen.

2. Tillsätt alla ingredienser och arbeta fram en smidig deg – 10 min för hand el. 5 min i bakmaskin. Strö över lite mjöl och låt degen jäsa övertäckt i 40 min till dubbel storlek.

3. Ta upp degen på ett mjölat bakbord. Kavla den ca 1 cm och skär ca 7x7 rektangulärt. Sätt 1 tsk valfri fyllning i mitten på varje bit. Vik in kanterna ovanpå fyllningen och tryck ihop. Dopa varje bulle i smält smör och lägg sedan på en smörd bakplåt tät intill varandra. Låt buhteljni jäsa ca 1 tim under en bakduk.

4. Grädda i mitten av ugnen i 1 tim, under de första 20 min vid 200°, sänk sedan värmen till 180° för resten av tiden.

Vintårta (*Vinska torta*)

Mängd – 4 portioner:

Mördeg: 1 dl strösocker

200 g smör

5 dl vetemjöl (se grundrecept)

Vinkräm:

2 dl Rebula el. Risling (slovenskt halvsött/sött vin)

3 hela ägg

1 äggula

1 dl strösocker

Tårtgarnityr:

500 g vindruvor

Litet aprikosmarmelad



Karamellsås:

1 dl strösocker

3 äggulor

2 ½ dl vispgrädde

Glasyr:

2 dl halvsött/sött vin (Rebula, Reisling, annat)

½ dl strösocker

5 g glasyrpulver (gelatinpulver)

Glass:

3 dl halvsött/sött vin (Rebula, Reisling, annat)

1 dl strösocker

3 äggulor

100 g smör

Tillvägagång:

1. Gör en mördeg av angivna ingredienser oh klä en stor form el. flera mindre med degen.

Ungsgrädda i 150°. Låt svalna och pensla med äggula el. med aprikosmarmelad.

2. Blanda vinsorterna om du har flera, annars vispa vinet till krämen. Vispa ägg och äggulor med sockret. Blanda alltsammans grundligt, värm till 50° och täck tårtbotten med vinkrämen. Grädda i 150° tills den stelnat. Gör karamellsåsen med angivna ingredienser. Ställ åt sidan.

3. Skala och kärna ut druvorna. Fördela dem jämnt över tårtbotten. Gör glasyn till tårtan genom att koka upp vinet med socker och gelatinpulver. Bred glasyn över tårtan.

4. Koka upp vinet med sockret i glassen. Häll blandningen under omrörning över de vispade äggulorna. Blanda ned det kalla smöret och koka upp snabbt. Låt svalna och bearbeta i glassmaskin. Lägg upp en tårtbit och en sked glass på tallriken med karamellsås runt om.

Slovenien är bra exempel på ett land som odlar många sorters vindruvor, precis som Frankrike och Spanien, dock i mindre omfattning, eftersom landet är mindre.

Receptets princip är den perfekta balansen mellan druvornas arom och vinets.

Mormors snöägg (*Babičina snežna jajca*)

Mängd – fyra personer:

1 l mjölk (3 % fett)

2 ¾ dl strösocker

2 vaniljstänger
8 ägg
2 tsk majsena



Tillvägagång.

1. Koka upp mjölken med 1 ¼ dl socker och de halverade vaniljestängerna i ett kopparkärl. Separera äggulor och vitor. Vispa äggvitorna med fyra matskedar socker till styvt skum.
2. Forma snöägg med hjälp av två matskedar och pochera i mjölken 3 minuter varje sida. Mjölken får inte koka. Låt snöäggen rinna av.
3. Vispa upp äggulorna med resten av sockret och tillsätt en tesked majsena. Passera mjölken genom en sil och håll den över äggulorna. Tillred som vaniljkräm och låt



svalna.

4. Ös upp en slev vaniljsås i en liten dessertskål och placera två snöägg ovanpå. Servera genast.

Annorlunda Pannkakor, (Palačinke drugače)

Mängd - för ca 4 portioner:

- 1 ägg
- 2 1/2 dl lättfil
- 2 1/2 dl vetemjöl
- 1 1/2 tsk bakpulver
- 1 tsk socker
- 1/2 tsk salt
- 30 g smält smör

Blåbärsgrädde:



- 1 dl vispgrädde
- 1 dl lätt creme fraiche
- 3/4 dl blåbärssylt
- Ev lönnsirap

Tillvägagång:

1. Börja med blåbärsgrädden. Vispa grädden till skum. Tillsätt creme fraichen och rör till en jämn smet. Rör ner blåbärssylten och smaka av med lite lönnsirap. Ställ blåbärsgrädden kallt.
2. Smält smöret och låt det svalna. Vispa upp ägget, tillsätt filmjölken och vispa samman ägg och filmjolk.
3. Blanda samman mjölet med socker, salt och bakpulver. Rör ner det i äggsmeten. Tillsätt det avsvalnade smöret och rör allt till en jämn smet.
4. Hetta upp en stekpanna och smörj den med lite margarin. Klicka

ut ca 1/2 dl smet på järnet och stek pannkakan gyllene på båda sidorna på mellanvärme. Fortsätt grädda tills smeten är slut.

Den här typen av pösiga pannkakor är goda till frukost. Lönnsirap och stekt bacon är vanliga tillbehör. Andra föredrar blåbärsgrädde. Den syltiga blåbärsgrädden, där sylten blandats med vispad grädde och lätt creme fraiche, smakar gott till de nygräddade pannkakorna.

Blåbärskaka **(Pogača s črnicami)**



Mängd:

2 ägg
1 1/2 dl strösocker
1 1/2 dl vetemjöl
ca 3 dl blåbär
Några msk strösocker
Potatismjöl
Margarin
Pärsocker

Tillvägagång:

1. Ett lager blåbär i botten på en smord bröad form.

2. Strösocker och potatismjöl strös över.
3. Vispa ihop ägg och socker. Blanda ner mjölet.
4. Häll smeten över bären.
5. Hyvla margarin över kakan.
6. Strö på pärsocker.
7. Grädda tills kakan fått färg.
8. Ugn: 225°
9. Serveras med vispad grädde.

Banantårta (Banana torta)

Mängd:

Sockerkaka:

3 ägg
3 dl socker
3 dl vetemjöl
1 tsk vaniljsocker
1 tsk bakpulver
1/2 dl varmt vatten

Ugn: 175°

1 marängbotten (färdigköpt)
2-3 bananer

Chokladgrädde:

2 dl vaniljkräm
150 g smält blockchoklad
3 dl vispgrädde

Marängtäck:

4 äggvitor
250 g socker, ca 3 dl
1 msk majsena
2 tsk vinäger
1 tsk vaniljsocker

Tillvägagång:

1. Vispa ägg och socker pösigt. Blanda mjöl, vaniljsocker och bakpulver och rör ner i äggsmeten. Tillsätt sist vatten.
2. Blanda smeten väl och häll den i en smord och bröad form, ca 24 cm i diameter. Grädda ca 40 minuter

tills en sticka blir torr. Låt kakan kallna. **3.** Pensla marängbotten med lite smält blockchoklad. Skär bananerna i småbitar.

4. Blanda vaniljkräm med den smälta chokladen. Rör ner den vispade grädden, lite i taget. Rör till en jämn smet.

5. Dela sockerkakan i 2 delar och bred på hälften av chokladgrädden. Lägg på bananerna. Täck med marängbotten och resten av chokladgrädden. Överst läggs andra delen av sockerkakan. Ställ tårtan kallt tills den ska bjudas.

6. Roberts garnering: Vispa vitorna till hårt skum och sätt till 1 msk socker i taget. Vispa smeten tills den är tjock. Vispa i majsena, vinäger och vaniljsocker. Bred smeten el. spritsa den över tårtan och sätt tårtan i ugnen några minuter så att marängen får fin färg.

Tips: Vill du göra det enklare: Spara lite av chokladgrädden och bred den över tårtan istället för marängen. Spritsa sedan vispad grädde som garnering.

Choklادتارتا (*Čokoladna torta*)

Mängd - för ca 10 portioner:

150 g oskalad sötmandel
4 äggvitor
2 1/2 dl florsocker
4 äggulor
1 tsk potatismjöl
1 dl strösocker
1 dl vispgrädde
125 g ljus blockchoklad
100 g smör (obs! ej margarin)

2 dl vispad grädde
Grovt riven blockchoklad

Tillvägagång:

1. Mal den oskalade mandeln. Vispa vitorna hårt. Blanda den malda mandeln med florsockret och rör sedan försiktigt ner det med de vispade vitorna.

2. Rita upp en rundel efter en vanlig mattallrik på ett bakplåtspapper och bred ut smeten.

3. Grädda i 175° i ca 20 minuter.

4. När botten är färdiggräddad, riv försiktigt bort papperet direkt.

5. Blanda äggulor, 1dl vispgrädde, potatismjöl och strösocker i en kastrull. Låt sjuda tills den börjar tjockna. Rör hela tiden!

6. Tag kastrullen från värmen och rör i blockchokladen och smöret. Kyl krämen i kylan. Rör om då och då. Den ska bli lite "seg" i konsistensen. Bred den då över den kalla botten och bred vispad grädde över.

7. Garnera med grovt riven blockchoklad. Serveras med fördel dagen efter, och gärna med färska jordgubbar som tillbehör.

Fruktsaft (*Sadna omaka*)

Mängd och tillvägagång:

1. Skala blandade frukter (äpple, päron, banan.), dela dem i mindre klyftor. Strö över strösocker och kanel. Tillsätt 2 msk fruktsaft el. vin.

2. Bräsera på svag värme med locket på tills allting mjuknar.

3. Vispa till en trögflytande saft. Serveras till olika ugnsgräddade gryn, strudel, cmocker, kroppkakor, munkar (krofi), mm. Fruktsaften kan

även serveras som efterrätt i skål med vispgrädde på.

Bananfyllda pannkakor *(Palačinke, polnjene z bananami)*



Mängd - för ca 12 pannkakor:

2 dl vetemjöl
1 1/2 dl vatten
3 ägg
1 msk socker
1 1/2 dl mjölk
75 g smält smör el. margarin

Fyllning:

4 bananer
Rivet skal och saft av 1 citron
2 msk honung

Chokladsås:

70 g mörk choklad minst 70% kakaohalt
1 dl vispgrädde
2 msk smör
1 msk rom
1 liten påse mandelspån

Tillvägagång:

1. Rör samman mjöl och vatten till en slät smet. Dela äggen och blanda ner äggulorna i smeten. Tillsätt socker, mjölk och smält matfett i smeten. Vispa till en jämn smet. Vispa äggvitorna till hårt skum. Rör ner dem i smeten.

2. Hetta upp en pannkakspanna el. liten stekpanna. Smörj pannan till den första pannkakan. Sen behövs det inte. Häll i lite smet och "vicka" lite på pannan så att smeten rinner ut. Stek omeletten på båda sidorna. Lägg dem på en tallrik allt eftersom de blir klara.

3. Skala och mosa bananerna.

Tillsätt rivet citronskal och pressad citronsaft. Smaka av med honung. Lägg bananmoset i en liten kastrull och värme det. Fördela fyllningen på pannkakorna och rulla samman dem.

4. Hacka chokladen i små bitar.

Lägg dem i en kastrull tillsammans med grädden. Låt chokladen smälta under omrörning. Tillsätt smöret när såsen är blank och slät. Smaka av med rom. Rosta mandelspån lätt i en torr stekpanna.

Tips: Efter en lättare middag passar det med en lite mäktigare dessert. Det här är godis för både stora och små läckergommar. Man kan också bjuda vaniljglass till.

Tunnbrödssnurror



(Zavitki s tankim kruhom)

Mängd - för ca 18 st:

2 rödlökar

Lite matfett
2 msk vinäger
1 msk flytande honung
Salt & peppar
1 dl kesella
2 mjuka rektangulära tunnbröd
6-8 skivor rökt skinka

Tillvägagång:

1. Skala och skiva löken. Fräs den mjuk och glansig i lite matfett utan att den får färg. Tillsätt vinäger och honung. Låt det koka ihop några minuter. Smaka av med salt och peppar. Låt röran kallna.
2. Blanda samman lökröran med kesella. Bred över tunnbröden. Täck med skinkskivor. Rulla ihop tunnbröden från kortsidan och svep in dem i plastfolie. Låt dem ligga kallt till nästa dag.
3. Skär rullarna i ca 3 cm tjocka skivor strax före serveringen.

**Kaffe- och valnöttsmousse
(Kavna in orehova pena)**



Mängd - för ca 4 portioner:

1 msk kaffepulver
2 msk vatten
4 äggulor
1 dl ljust råsocker
50 g valnötter
2 1/2 dl vispgrädde

Garnering:
Valnötter
Hyvlad choklad

Tillvägagång:

1. Rör ut kaffepulvret i vatten. Hacka valnötterna. Rör ner dem i tillsammans med socker och äggulor i kaffet i en skål som tål värme.
2. Sätt skålen över en kastrull med kokande vatten. Vispa i krämen tills den blir tjock. Tag skålen från värmen och fortsätt att vispa tills krämen är kall.
3. Vispa grädden till hårt skum. Vänd ner grädden i den kalla krämen.
4. Fördela krämen i 4 portioneringsglas och ställ dem kallt några timmar.
5. Garnera med hyvlad choklad och valnötter.

**Små pajer med rabarber
(Majhne pite z rabarbar)**

Mängd - 4 portionerspajer:

4 formar, 10 cm i diameter

Degen:

80 g smör
2 msk strösocker
1 1/2 dl vetemjöl - 90 g
1 äggula

Fyllning:

300 g rabarber
1/2 strösocker
1 msk vatten
1 tsk potatismjöl
2 tsk vatten
1 krm vaniljsocker

Tillvägagång:

1. Sätt ugnen på 225°.

2. Kör ingredienserna till smulig pajdeg hastigt i matberedare. Dela i fyra delar och kläm ut i bottnen och upp mot kanterna i formarna. Picka med gaffel i botten på formarna och förgrädda på plåt mitt i ugnen under 8 min.

3. Skala av det yttersta på rabarbern och skär rabarbern i smala, korta bitar. Lägg bitarna i en kastrull och smält sakta ihop med socker och 1 msk vatten så att rabarbern blir halvkokt.

Rör ut potatismjöl med 2 tsk vatten och håll ner i kastrullen. Låt precis bara koka upp under omrörning. Tillsätt vanilj. Fyll pajformarna med rabarber och grädda dem ytterligare 10-12 min mitt i ugnen. Låt svalna innan formens kant tas bort.

Marängtårta (*Torta s snegom*)

Mängd:

75 g margarin
1 dl socker
4 äggulor
1½ dl vetemjöl
1½ tsk bakpulver
2 msk mjölk

Maräng:

4 äggvitor
2 dl socker
1 påse flagad mandel

Fyllning:

3 dl vispad grädde
Valfri sylt

Tillvägagång:

1. Rör margarin och socker, gärna med elvisp. Tillsätt en gula i taget och rör till en porös smet. Blanda i mjölet blandat med bakpulvret och

till sist mjölken. Vispa vitorna till ett hårt skum. Tillsätt sockret och vispa en stund till.

2. Bred ut sockerkakssmeten på ett bakplåtspapper och bred sedan marängen ovanpå. Strö flagad mandel ovanpå. Grädda i 150° i ca 20 minuter. Låt sedan kakan svalna innan den lossas från pappret. Dela kakan i mitten och lägg ihop halvorna med grädde som ev. blandats med sylt el. mosade bär.

Mockarutor (*Mokakocke*)

Mängd:

150g smör el. margarin
2 ägg
3 dl socker
1½ dl mjölk
4½ dl vetemjöl
2 tsk bakpulver
2 tsk vaniljsocker
1 msk kakao

Glasyr:

3 dl florsocker
4 msk smält smör
2 tsk vaniljsocker
4 msk starkt kallt kaffe
2 msk kakao

Garnering: kokosflingor

Tillvägagång:

1. Smält matfett och låt det svalna. Vispa ägg och socker pösigt.

Tillsätt mjölk. Blanda mjöl, bakpulver, vaniljsocker och kakao och rör ner i smeten. Blanda till sist i matfettet. Bred smeten i en långpanna och grädda i 225° i ca 15 minuter. Låt kakan kallna.

2. Blanda ingredienserna till glasyren och bred den över kakan.

Strö på rikligt med kokos och skär den i rutor.

Chokladbollar till kaffet *(Čokoladne žogice h kavi)*



Mängd - ca 20 st

500 g mandelmassa
Rivet skal av en liten apelsin
3 msk pressad apelsinsaft
200 g blockchoklad
100 g mandelspån

Tillvägagång:

1. Riv mandelmassan och blanda i apelsinskal och saft.
2. Rulla till små bollar
3. Smält blockchokladen i vattenbad (ställ en djup tallrik ovanpå en kastrull med sjudande vatten) Passa noga så att det inte börjar koka. Då blir chokladen gryning.
4. Rulla kulorna i chokladen och sedan i mandelspånen. Lägg dem i små pappersformar och låt dem svalna i kyl.

Kesokaka (Kvasenica)

Mängd – 1 bakplåt:

Deg: ca 450 g vetemjöl
3 dl mjölk
50 g smör
1 ägg
Ca 25 g jäst

1 tsk salt

Fyllning: ca 500 g keso

2 ägg

3 dl gräddfil

Strösocker (efter smak)

Tillvägagång:

1. Förberedd degen – blanda alla ingredienser och knåda degen smidig. Låt jäsa under tiden som du arbetar med fyllningen.
2. Fyllning: Blanda keso, salt, ägg och gräddfilen. Till en söt variant tillsätt 2-4 msk strösocker.
3. Kavla ut den jästa degen ca 1,5 cm. Låt kanterna förbli lite tjockare.
4. Smörj en bakplåt med smöret och lägg på den utkavlade degen. Lägg på fyllningen som kan vara lika tjock som degen. Jäs i 20 min.
5. Sätt ugnen på 180°. Grädda **kvasenica** i mitten, tillsätt gärna lite gräddfil ovanpå fyllningen innan gräddningen är klar så får kakan en fin gulbrun färg.

Tips: Mjölken kan ersättas med ljummet vatten. Vid den söta varianten kan lite rivet citrusskal och vaniljsocker tillsättas. Degen blir luftigare om den knådas några gånger under jäsningstiden. Små luftbubblor på ytan intygar att man har knådat degen bra.



I Štajerska och i Prekmurje bakar man kvasenica vid större landbruksgöromål, t ex vid skördetid och till olika helgdagar.

Några grundrecept **(Nekaj osnovnih receptov)**

Biskvi(t) (Biskvit)

Mängd:

3 dl socker

8 ägg

4 dl vetemjöl

Tillvägagång:

Vispa socker och ägg till skumm i kastrull i ett vattenbad vid låg värme. Tag den ljumma blandningen från spisen. Vispa med elvisp på hög hastighet. Sänk hastigheten och vispa långsammare tills blandningen svalnar och tjocknar. Blanda försiktigt ned det siktade mjölet med en hålslev. Fyll blandningen i smörad och mjölad form och grädda i 200° i ca 30 minuter.

Biskvi(t) roulad **(Biskvitna rulada)**

Mängd:

10 äggulor (200 g)

1 dl koncentrerat sockerlag

6 msk strösocker

7 äggvitor (200 g)

½ dl strösocker

2 dl vetemjöl

Tillvägagång:

Vispa upp äggulorna med koncentrerat sockerlag och socker. Vispa äggvitor och socker till styvt skum. Blanda båda massorna. Rör slutligen ned det siktade mjölet med träspatel. Bred ut massan på bakpappersklädd plåt el. fyll i en

form och grädda 20 min i 225° ugnsvärme.

Biskvi(t) roulad, special **(Biskvitne rulade)**

Mängd:

14 ägg (200 g)

4 äggvitor (130 g)

2 ½ dl florsocker

5 tsk strösocker

¾ l vetemjöl

30 g smör

150 g mycket finmalen mandel

Tillvägagång:

Vispa upp malen mandel, florsocker och mjöl med hälften av äggen. Tillsätt resten av äggen ett i taget och sedan det smälta smöret. Vispa äggvitor och socker till styvt skum. Blanda försiktigt de båda massorna med träspatel. Anrätta biskvimassan på bakpappersklädd plåt.

Konditorkräm **(Slaščičarska krema)**

Mängd:

1 l mjölk

1 vaniljstång (kan uteslutas)

10 äggulor

2 ½ dl strösocker

1 ½ dl majsena

Tillvägagång:

Koka upp mjölken i en stor kastrull med vaniljstången som halverats på längden. Vispa äggulorna och socker pösigt i en skål. Tillsätt majsena. Häll den kokande mjölken under omrörning i äggsockerblandningen, häll alltsammans i kastrullen och koka 2 minuter under ständig omrörning så att krämen inte bränner vid. Fyll i en skål med krämen och täck ytan

med litet smör så att ingen skorpa bildas.

Maräng

(Jajčni sneg s sladkorjem)

Maräng är ett bakverk av äggvita och socker. Äggvitorna skiljs från gulorna och det är viktigt att inte minsta spår av äggula förorenar äggvitorna som sedan vispas till hårt skum tillsammans med sockret. Ett stänk ättiksyra brukar ingå i receptet. Smeten klickas el. spritsas med spritspåse ut på rena plåtar och gräddas i inte alltför varm ugn under lång tid. Maränger ska vara vita och torra när de är färdiggräddade. Smeten kan också gräddas i form av bottnar för att kunna användas i tårter. Många gånger kan maräng smaksättas med t ex choklad för att smaka bättre.

Tillvägagång:

¾ dl (skogs)honung
2 msk druvsocker
1 ¼ dl vatten
4 msk strösocker
4 äggvitor (120 g)
2 g gelatin

Tillvägagång:

Koka in honung, glukos, vatten och socker i en liten panna vid 121°. Vispa äggvitorna styvt. Tillsätt blandningen ovan och vispa 4 min med elvisp på hög hastighet och sedan vid medelhastighet tills blandningen svalnat helt. Tillsätt gelatinet.

Filodeg *(Vlečeno testo)*

Deg som är papperstunn gjord av vetemjöl, olja, salt och vatten. Man hittar dem i välsorterade livsmedelsbutiker, framför allt asiatiska. Degen kan också kallas jufke, yufka, phyllo, kore el. baklava.



Filodeg är en urgammal tradition. I dag hittar man den i de flesta välsorterade livsmedelsbutiker. Filodeg har rykte om sig att vara grekisk, men härstammar egentligen från Turkiet, både till söt baklava och till den matigare rätten burek. I butiken hittar man oftast filodeg i frysdisk, men ibland säljs den färsk under olika namn, beroende på degens ursprung. Filodeg används över stora delar av Mellanöstern, på Balkan och i Slovenien. Den påminner om strudeldeg, men innehåller inte ägg. Degen är verkligen lövtunn och skör. Se till att filodeg blir ordentligt tinad innan du börjar jobba med den, annars bryts den i bitar. Filodeg ska helst förvaras lufttät. Magrare pajdeg, skojigare piroger el. frasierare efterrätter - valet är ditt. Filodegen är med på allt. En till synes barnsligt enkel komposition som kan förflytta berg av smaker med sin lövtunna mångsidiga elegans, den kostar typ ingenting. Den håller i ett år i frysen. Den är tusen gånger magrare än smördeg. Den får allt att smaka gott. Och - den är rolig att använda. Det är faktiskt tillåtet att ha kul när man lagar mat. Även om det är lager på

lager-principen som gäller. Att stå och pensla filoark med smält smör och olja är perfekt familjeterapi i datorsjuka hem. Och det fina i kråksången är att filodeg kan fyllas med precis vad som helst - det är upp till tycke och smak. Sötsugna kan få sitt, veganerna likaså och färsälskande kan frossa fullt ut.

Smördeg (*Masleno testo*)



Mängd:

8 ½ dl vetemjöl
2 tsk salt
2 ½ dl vatten
500 g smör

Tillvägagång:

Häll upp mjölet på en arbetsbänk. Tillsätt salt och vatten och forma en degboll utan att knåda för mycket. Låt vila 20 min. kavla ut till en fyrkant på bakkbordet. Placera 500 g smör i mitten och vik degens hörn mot varandra till en kvadrat. Vänd degen och kavla ut lätt till en lång degremsa utan att smöret trycks ut. Vik remsans ändar mot mitten och klappa samman degen lätt. Ställ kallt 20 min. kavling och vikning: kavla och vik degen sex gånger (3 x 2 omgångar) med 20 min mellanrum mellan varje omgång.

Mördeg (*Krhko testo*)

Mängd:

8 ½ dl vetemjöl
2 msk strösocker
2 tsk salt
350 g smör
2 ägg
2-3 msk vatten

Tillvägagång:

Häll upp mjölet på arbetsbänken och gör en grop i mitten. Placera socker, salt, mjukt smör, ägg och vatten i gropen. Blanda. Knåda degen så lite som möjligt, mot slutet endast med handflatorna. Forma degen till en boll som sväps i en kökshandduk. Låt vila 1 tim. Degen kan göras 1 dag i förväg.

Fettgrevar, stekta (*Ocvirki*)



Man klipper av fettet, som skall smältas till smult och skär det i tärningar. Rest blir fettgrevar - Gott till fläskpannkaka. "Smult", rent isterflott, anses i gamla kokböcker vara det bästa flottet till matlagning. **Ordförklaring:** SMULT = stekfett (smält ister), FETTGREVAR = det som erhållits när man smält fläsk el. ister och silat bort det smälta fettet; TÛNKA = mindre trä- el. metaltunna i olika storlekar från 10-40 l; ZASEKA = förvällt, malet och kryddat späck.

Fettgrevar, malda (*Zaseka*)



Man kan göra "zaseka" på flera sätt: **A)** Ta lätrökt (sid)fläsk, köttigt späck, skär i små bitar el. mal fläsket grovt. Tillsätt krossad/riven vitlök och salt efter smak. Fyll små burkar och häll över smält matfett så inga luftbubblor uppstår. **B)** Ta färskt sidfläsk och förväll det snabbt. Salta, tillsätt ett lagerblad och några klyftor vitlök. Låt fläsket svalna innan det mals grovt och förvaras i små burkar. **C)** Förväll fläsket och låt svalna. Salta och mal ner det grovt (som ovan). **D)** Ta en el. flera bitar färskt sidfläsk. Marinera - salta det och blanda med några vitlöksklyftor. Vänd fläsket varje dag under fem dygn. Koka fläsket den sjätte dagen i ca 10 min. Låt det svalna och droppa av i ett durkslag. Torka ordentligt innan det mals ner. Knåda den malda (zaseka), salta enl behov.

Köttet i tunnan (*Meso v tünki*)

Salta och krydda (marinera) köttet som du vill lägga i tünkan. Glöm inte vitlöken. Efter ca 5 dygn i marinaden stek köttet i ugnen (man kan ev använda rökt kött för att inte själv behöva marinera och steka det.) Låt det stekta köttet svalna helt. Lägg lite zaseka på tünkans (tunnans) botten, varva köttbitarna med zaseka tills allt är slut. Har du kraniska (kranjska klobasa) el. andra köttiga korv kan du lägga dessa i tünkan med zaseka också. Det är viktigt att köttet el. korvar ligger tät tillslutna med zaseka runt om, konserverade, ingen luft får tränga igenom för att det ska hålla sig.

Slovenskt frimärke; IT 2006



Lycka till!



KÄLLOR – FLERA OLIKA

- Olika tips från omgivningen
- *TV-Slovenija*
- *Radio Ognjišče*
- *Tidningar, böcker, Radio och TV*
- *Eget material och experiment*
- *Receptboksidé:* Olga Budja
- Zvonko Bencek
- Angela Budja
- Dominika Kostanjevec
- Olga Pozvek
- Marica Cvetko
- Marica Kovačec
- Gabrijela Karlin
- Leonida Kembro
- Danni Stražar
- Anne-Marie Budja
- Dora Tuomainen
- Helena Molin
- Inger och Hedvika Bencek
- Peter och Ilona Bernardi, m fl
- Ilko Stopinšek
- Matej Becek
- Sestri: Nikolina och Vendelina
- KRUH – Matbröd
- Gurman
- Kokbok
- Webb-kulinarika.si
- Kuharski leksikon
- Matlexikon
- WEBB- tidningar, 2006
- Kuharski recepti (Matrecept)
- Boug žegnaj (Branko Časar)
- Poletne jedi – Sommarmat
- Kuharica, sodoben priročnik

[illegible]**Slutord**

Ett stort tack till **Urad Vlade Republike Slovenje za Slovence v zamejstvu in po svetu** (Ljubljana) som delvis har sponsrat utgivningen av **RECEPTBOKEN SLOVENSKA MATRÄTTER - Slovenske jedi. Tack också till alla andra**, som på olika sätt har hjälpt till att boken kunde tryckas. Recepten är plockade från olika källor el. speciellt skrivna för boken, därför skiftar de till formen. Det finns presenterade ca 340 recept resp 240 foton. Dessa är grupperade inom nio olika områden, dock utan att stå i bokstavsordning. Matrecepten anger varierande mängder/portioner. Förhoppningsvis hittar läsare här mycket nyttig information om matlagningen i Slovenien; man bör själv kunna pröva sig fram och tillaga olika rätter genom att använda sig av dessa matrecept.

Augustina Budja

INNEHÅLLSFÖRTECKNING

(KAZALO)

HISTORIKEN – 3

BRÖD – 7

Bröd, hembakad – 8
Brödkaka – 9
Hembakat rågbröd – 10
Vitt bröd på olika sätt – 10
Vetekrans – 11
Vridna baguetter – 12
Mjukt tunnbröd – 12
Ett gott bröd – 13
Rågknutar – 13
Sött bröd med frukt – 14
Valnöttsfrallor – 15
Urbans bröd – 15

Bröd med fetaost – 16
Grova surdegslimpor – 16
Kavlat skrapbröd – 17
Julbröd – 17
Solrosbröd – 18
Ciabatta – 18
Pain riche – 19
Kavlat vitt bröd – 19
Rosenbröd – 20
Rosenbröd II – 20
Källarfranska – 20
Lantbröd – 21
Vitlöksbröd – 21
Över-natten-bröd – 21

Gammalmormors – 22
Bondbröd – 22
Matbröd – 22
Brytbröd – 23
Morotsbröd – 24

FÖRRÄTTER – 25

Köttsoffa, buljong – 26
Slovensk hönssoppa – 27
Blomkålsoppa – 27
Grön ärtsoppa – 28
Grön ärtsoppa II – 28
Krämig grönärtsoppa – 28
Svampsoppa – 29

Krämig grönsakss. – 29
 Grönsakssoppa – 29
 Grön sparrissoppa – 30
 Sparrissoppa – 31
 Purjolökssoppa – 31
 Purjosoppa – 32
 Purjo- / potatissoppa – 32
 Kall gurksoppa – 33
 Bönsoppa – 33
 Örtsoppa / potatis – 34
 Rotfruktsoppa – 34
 Nässelsoppa – 34
 God soppa – 35
 Sopa, smakrik – 35
 Vegetarisk soppa – 36
 Minestrone soppa – 36
 Krämig morotssoppa – 37
 Champinjonsoppa – 37
 Champinjonsoppa II – 38
 Soppa med nudlar – 38
 Krämig bönsoppa – 38
 Kålsoppa – 39
 Soppa med bönor – 39
 Köttssoppa – 40
 Grönsakssoppa – 40
 Blomkålssoppa – 41
 Vitsoppa med potatis – 41
 Kesobullar – 41

NUDLAR OCH ANDRA TILLBEHÖR – 42

Tunna spagetti – 42
Rivna nudlar – 42
Guldkulor – 42
 Persiljenjockar – 43
 Ostbullar i soppan – 43
 Brödbullar – 44
 Rivna nudlar – 44
 Häll-i-nudlar – 44
 Kokta kesorullar – 44
Njocker med broccoli – 46
 Potatisnjocker – 46
 Polenta av majs- el.
 vetegryn – 46
 Fylld polenta – 46
 Potatispepparrot – 47
 Gräddfilpepparrot – 47
 Äppelpepparrot – 47
 Kesostrimlor – 48
 Potatisnitslar – 48
 Bräserad potatis – 49
 Kesockmockar – 49
 Omelettfratater – 49
 Söt vitkål till mos – 50
 Syrlig soppa – 50

GRYTOR, SÅSER OCH ANNAT – 51

Buljongkyckling – 52
 Köttgryta – 52
 Hönsgröda – 52
 Bräserad oxsvans – 53
 Kålpuding i pannen – 54
 Ragu på blandat kött – 54
Tre sorters tomatsås – 55
 Bas pastasås – 55
 Tomat / rödlökssås – 55
 Tomat / grönsaker – 55
 Makaroner i sås – 56
 Pumpor, gratinerade – 57
 Mustig gryta – 57
 Gulasch (Golaž) - 57
 Gulasch (Bograč) – 58
 Fylld paprika – 58
 Fylld paprika II – 59
 Grytmat – 60
 Gryta, jättegod – 60
 Kryddgryta – 60
 Böngryta – 61
 Rådjursgryta – 61
 Oxgryta – 62
 Hedvigs Moussaka – 62
 Stuvad surkål – 63
 Potatisgryta – 63
 Grönsaksgryta – 63
 Omelett med fyllning – 64
 Spenatsrulle – 64
 Makaronisufflé – 65
 Mustig svampsås – 66
 Potatiskaka – 66
 Broccolikrans – 67
 Veckoslutspaj – 68
 Kantarellerbiffar – 68
 Korvgulasch – 69
 Pizzabiffar – 70
 Svamprisotto – 70
 Risotto – 71
 Risotto II – 71
 Svampgryta – 72
 Kesolasagne – 72
 Ris med paprika – 73
 Bovetekli/svamp – 73
 Jota med surbetor – 73
 Jota med surkål – 73
 Kål, bräserad – 74
 Majspolenta – 74
 Ris som tillbehör – 75
 Ris med broccoli – 75
 Potatismos – 75
 Friterad fläder – 75
 Vinsikum – sabayon – 76
 Kroppkakor – 77
 Krapci – 77

Kesokorv – 78
 Bovetegröt – 78
 Potatistärningar – 78
 Stekt lever – 79
 Ägggröda – 79
 Kantareller med ägg – 80
 Kejsarschmarn – 80
 Bondomelett – 81
 Ostsnitsel – 82
 Rostad potatis – 82

GRISKÖTT, STEK OCH ANNAT – 83

Kassler med paprika – 84
 Köttfärslimpa – 84
 Fläsklägg / surkål – 85
 Grisstek – 85
 Revben i sås – 86
 Fläskkotletter – 86
 Marinerad fläskfilé – 87
 Fläskfilé – 87
 Weinerschnitzel – 87
 Snitsel / gräddsås – 88
 Cevapcici - 88
 Blodkorv med surkål – 89
 Čevapčići – 89
 Panerade snitslar – 90
 Grislägg – 90
 Fläskstek – 91
 Färsfylld köttrolle – 91
 Färskrans – 92
 Köttfärsbiffar – 93
 Köttfärsnitslar i sås – 93
 Köttrollad i sås – 94
 Ugnstek korv – 94
 Vildsvinstek – 95
 Viltfräs – 96
 Kryddade färsrullar – 96

FÄGEL - KALKON OCH KYCKLING – 97

Panerad kalkon – 98
 Stekta kalkonlår – 98
 Kalkon, kungligt sätt - 98
 Kalkonsnitsel – 99
 Inbakad kalkonbröst – 99
 Kalkonsnitsel med
 vermouthsås – 100
 Kalkonrullader – 100
 Ost / kalkon – 100
 Kalkonrulle – 101
 Flamberad kalkon – 101
 Kalkonlår / citron – 102
 Doftande kalkon – 102
 Exotisk kalkon – 103
 Kalkonbröst i vitvin - 103
 Kalkon på spenat- 104

Stekt kalkonbröst – 104
 Smördegskalkon – 105
 Inbakade kalkon – 105
 Rökt kalkonbröst – 106
 Stekt kalkonbröst med grön sås – 106
 Marinerat kalkonbröst – 107
 Helstekt kalkon – 107
 Helstekt kalkon II – 108
 Kalkonvingar – 109
 Kalkonsnitsel med paprikasås – 109
 Kalkonstek – 109
 Portionerer Kalkon – 110
 Marinad Kalkonstek – 111
 Meddelhavskalkon – 111
 Grillkalkon – 112
 Stekt fylld kalkon – 112
Tips på fyllningar – 113
Kyckling – 114
 Kyckling / äpplen – 114
 Panerad kyckling – 114
 Timjankyckling – 114
 Kryddad kyckling – 115
 Kycklingfilé fylld – 115
 Kycklingfilé / ost – 116
 Kyckling, snabbt – 116
 Vin. kycklingfilé – 116
 Fylld kycklingfilé – 117
 Kyckling / vitlök – 118
 Bräserad kyckling – 118
Anka och gås – 119
 Ankbröst på spett – 119
 Stekt anka – 120
 Ankbröst – 121
 Stekt gås med tillb. – 121
 Stekt gås – 122
 Stekt gås II – 123
 Stekt gås III – 124

FISK – 125

Bräserad fiskfile – 126
 Stekt lax – 126
 Fisk med vitlök – 126
 Bakad lax - 127
 Stekt fisk – 127
 Ugnsbakad lax – 128
 Fiskfilé med champ – 128
 Bräserad fiskfilé – 129
 Panerad fiskfilé – 130
 Inbakad gravlax – 130

OXKÖTT – 131

Entrékote – 132
 Entrékotespett – 132
 Helstekt oxfilé – 133
 Kalvkotletter – 134

Čevapčiči med mos – 134
 Biffar med Rösti – 135
 Kotlett – 136
 Färsbiffar – 136
 Sjömansbiff – 137
 Kalops – 137
 Golasch – 138
 Späckad järpe – 138
 Färgryta av nöt – 139
Lamm och vilt – 139
 Lammstek – 139
 Lammkött med dill – 140
 Hjortstek – 141
 Harfilé – 142

SALLADER – 143

Förslag till sallader – 144
 Dressingsförslag – 144
 Bönsallad – 145
 Bönsallad / tomater – 145
 Purjosallad – 146
 Potatis med surkål – 146
 Potatis / dressing – 146
 Potatissallad – 147
 Annorlunda potatis – 148
 Maskrosblad – 148
 Maskrosbladssallad – 149
 Mimosasallad – 150
 Grönsallad – 150
 Grönsallad II – 151
 Kålsallad / morot – 151
 Rödbetssallad – 152
 Rödbetssallad II – 152

EFTERRÄTTER – 153

Rullad med valnötter och annan fyllning – 154
 Påsk valnötskaka – 157
 Dragonrullad – 158
 Munkar – 158
 Miške – 159
 Klenäter – 159
 Klenäter, enkla – 160
 Snömunkar – 160
 Vinbakelse – 161
 Chokladbakelse – 162
 Mannagryn – 162
 Äppelmos – 162
 Rulltårta – 163
 Körsbärsrullad – 163
 Äppelpaj – 164
 Äppelstrudel – 165
 Äppelstrudel I – 166
 Äppelstrudel II – 166
 Fräsig äppelkaka – 167
 Knäckig äppelpaj – 167
 God äppelkaka – 168

Äppelmums – 168
 Kanelstekta äpplen – 169
 Snabb äppelkaka – 169
 Burek – 170
 Prekmursk gibanica – 170
 Prleška gibanica – 171
 Strudel, kesorulle – 172
 Majskaka – 173
 Vetekaka – 173
 Filodegspaj – 173
 Glass – 174
 Kastanjedessert – 174
 Kastanjekaka – 175
 Fettbullar – 176
 Vetebullar, *buhteljni* – 177
 Vintårta – 178
 Mormors snöägg – 178
 Pannkakor – 179
 Blåbärskaka – 180
 Banantårta – 180
 Chokladtårta – 181
 Fruktsaft – 181
 Fyllda pannkakor – 182
 Tunnbrödssnurror – 182
 Valnötsmousse – 183
 Små rabarberpajer – 183
 Marängtårta – 184
 Mocka rutor – 184
 Chokladbullar – 185
 Kesokaka – 185

Några grundrecept – 186

Biskvi – 186
 Biskvi roulad – 186
 Biskvi roulad, special – 186
 Konditorkräm – 186
 Maräng – 187
 Filodeg – 187
 Smördeg – 188
 Mördeg – 188
 Fettgrevar, stekta – 188
 Fettgrevar, malda – 189
 Köttet i tunnan – 189

KÄLLOR – 190

Slutord – 190

INNEHÅLL - 190

RECEPTBOKEN - SLOVENSKA MATRÄTTER

Att skriva en receptbok är som att träffa gamla vänner och bekanta. På en fest låter man de gamla favoriterna skifta bekantskap med nya, spännande smaker och kryddor. Det blir många oväntade smakupplevelser! Kommer man som jag från Slovenien och har en slovensk mattradition med sig i bagaget då är det lätt att förstå att även ens barn, barnbarn och bekanta i Sverige vill ta del av det slovenska köket. Med att välja ut och kunna tillföra några egna recept känns det som att cirkeln är sluten. Under min arbetsgång har många idéer från mina medarbetare berikat bokens innehåll. Vår förhoppning är att användare av våra recept upplever det roligt att kunna "skapa" något slovenskt och överraska med t ex en god soppa, štruklji eller en välsmakande valnötskaka – potica till efterrätten. Idéen till receptboken kom först Olga Budja med. Den har nu fått sin form. En del riktigt gamla slovenska recept kom med tack vare Leonida Kembro, Helena Molin, Gabrijela Karlin med familj, Inger Bencek, Dora Tuomainen och Anne-Marie Budja. Synpukterna från Zvonko och Matej Bencek samt Ilko Stopinšek, Justin Hvala och Dominika Kostanjevec kom också väl till pass.

Boken dedicerar alla matglada och inte minst mina nära och kära. Vi har hittills genomfört många intressanta projekt tillsammans - spelat in en del av CD-skivor med både egna och andras låtar, underhållit svensk och slovensk publik sedan 1960-talet och vi har utgivit en del böcker som handlar om slovenier. Våra unga fortsätter med dessa traditioner. Utöver detta älskar alla god mat, inte minst barnbarnen och andra släktingar och vänner som är helt förtjusta i mormors, farmors eller mamika Angela Budjas soppa och hembakade bröd. Tack vare dessa uttryck kom den här boken till.

Med receptboken *SLOVENSKA MATRÄTTER*, "Slovenske jedí" på svenska hoppas vi tillföra något i matväg och få olika människor att mötas vid matbordet. Tack alla som på olika sätt har hjälpt till, särskilt Anne-Marie Budja som har lagt ner jättearbete med korrekturen. Tack till Republiken Sloveniens Regeringskansli för slovenerna utomlands i Ljubljana (Urad Vlade RS za Slovence v zamejstvu in po svetu), som gav ekonomiskt stöd till bokens utgivning på svenska. Tack också till vår egen sångförening Orfeum i Landskrona och SR i Sverige för all uppmuntring och stöd. Boken bör ses som en pusselbit i ett mångkulturellt perspektiv, med en betoning på den beprövade sanningen

att kärleken går genom magen.

Smaklig måltid!

Bog žegnaj!