

# PROJEKT REGIONPRODUCERAD MAT I ÖSTERBOTTNISKA STORKÖK.

## GRILLFEST MED REGIONPRODUCERADE LIVSMEDEL

### **Laxspett 4 pers**

0,6 kg laxfilé  
200 g gul paprika  
200 g tomat  
150 g färska champinjoner små  
200 g röd lök  
grillolja

Blötlägg grillspetten om du använder träspett.  
Skär laxen, tomaterna och paprikan i stora tärningar.  
Skala löken och skär i klyftor.  
Trä upp ingredienserna på spettet.  
Pensla med grillolja.  
Grilla spetten ca 5-10 min pensla på nytt med olja och grilla ytterligare en stund.

### **Timjan-färskost creme**

1 brk creme fraiche  
100 g hovi färskost  
timjan färsk  
dill hackad  
persilja hackad  
svartpeppar  
ev.salt

Blanda ihop alla ingredienser i en skål.  
Krydda och avsmaka

### **Krispsig sallad 4 pers**

75 g lollo rosso  
75 g issallad  
50 g gula körsbärstomater  
40 g röda plommontomater  
40 g gurka  
40 g rädisor

Skölj alla ingredienser. Riv lollorosso och issallad.  
Dela tomaterna, gurkor i stavar och rädisor i klyftor.  
Varva ingredienserna i en skål.

### **Tomatmarinerad grisfilé 4 pers.**

0,6 kg gris ytterfilé

Marinad:

2 dl tomatpuré

2 dl vichyvatten

1 dl kalja

1 dl sweet chilisås

1-2 klyftor vitlök

1 msk soja

tabasco

socker

svartpeppar

Blanda alla ingredienser till marinaden. Låt stå i kyl och dra några timmar.

Putsa bort ev. hinnor från köttet. Skär i skivor och lägg köttet i marinaden.

Låt marinera några timmar helst över natten.

Grilla.

### **Grillade grönsaker 4 pers.**

150 g färska små champinjoner

200 g grön sparris

100 g körsbärstomater

150 g lök

olja

salt

svart-eller vitpeppar

Skala och skär löken i klyftor. Övriga ingredienser får vara hela.

Pensla på med olja och grilla dem tills de fått vacker färg och mjuknat.

Salta och peppra.

### **Grillad potatis 4 pers.**

4 st bakpotatisar

olja

salt

peppar

Tvätta och skiva potatisen.

Pensla på med olja. Salta och peppra.

Lägg potatisen på grillen, vänd då och då och grilla tills potatisen är mjuk.

### **Fyllda grisfilébiffar 4 pers.**

0,6 kg gris ytterfilé

Fyllning:

riven ost

mixade tomater

vitlök pressad

örtkryddor färska

salt

svartpeppar

tandpetare

grillolja

Putsa köttet. Banka ut till tunna biffar.

Blanda ihop ingredienserna till fyllningen.

Sätt fyllning i mitten på biffen. Vik ihop och stäng fast biffen med tandpetare.

Pensla över med grillolja och grilla.

### **Potatissallad Eriksson 10 port**

0,75 kg potatis kokt kall

200 g rädisor

250 g körsbärstomater

150 g purjolök

200 g fetaost

färsk basilika

färsk timjan

färsk rosmarin

**Garnering:**

persilja

olivolja

Skär potatis i tärningar, tomater och rädisor i klyftor. Strimla purjolöken.

Varva eller blanda alla ingredienser i en skål.

Strö över hackad persilja och häll över olivolja.

### **God löksås 4 pers.**

1 brk matlagningsyoghurt

1 st röd lök hackad

½ dl gräslök hackad

persilja hackad

vitlök

salt

peppar

Blanda ihop ingredienserna och låt stå i kyl och dra

### **Bakpotatis 10 pers.**

10 st bakpotatisar ( tvättade )

Svep folie om potatisarna. Lägg dom på grillen och grilla ca 50 min.  
Servera potatisen med någon fyllning eller som sådan till t.ex grillspett.

### **Kallrökt fisk fyllning:**

300 g kallrökt lax  
200 g creme fraiche  
75 g lök finhackad  
dill hackad  
citronpeppar

Skär laxen i små bitar och blanda ihop alla ingredienser.

### **Grillknyten med grönsaker 1 pers.**

100 g potatis  
25 g lök  
25 g tomat  
25 g blomkål  
25 g broccoli  
färska örter efter egen smak  
salt  
svartpeppar  
olja

Skär potatis, lök och tomat i skivor.  
Blomkål och broccoli plockas i små buketter.  
Smörj ett foliepapper.  
Varva ingredienserna och vik ihop till ett knyte.  
Lägg på grillen.

## **Maletköttburgare med tomatsalsa 4 pers.**

500 g maletkött  
1 st lök finhackad  
svartpeppar  
salt  
chilipeppar färsk  
grillolja

Blanda ihop ingredienserna ordentligt.  
Krydda efter egen smak.  
Forma till biffar. Pensla dem med grillolja.  
Lägg på grillen och grilla 3-5 min på varje sida.

### **Tomatsalsa**

600 g tomat  
1 ½ -2 st chili  
200 g purjolök  
3-4 klyftor vitlök  
2 st syltad ingefära  
½ dl rödvinvinäger  
socker  
200 g paprika  
lite vatten  
hönsbuljongpulver  
ev.maizena för avredning

Skär tomaterna i tärningar. Purjolök och paprika strimlas. Hacka chili och ingefära.  
Blanda alla ingredienser utom purjolök och paprika i en kastrull. Låt koka ihop.  
Om salsan känns tunn avred med maizena.  
Krydda och avsmaka. Salsan skall smaka både sött och starkt.

### **Tomatmarmelad**

750 g tomater  
250 g äppel  
8 dl socker  
2 st citroner, saft

Skala äpplen och mixa dom med tomaterna i en mixer.  
Lägg i en kastrull och låt småkoka till marmeladkonsistens 4-5 h.  
Smaksätt med citronsaft.  
Gott att servera till grillat kött.

## Cheesecake med jordgubbsås 8-10 port

Botten:

4 dl digestivekex, finsmulade  
1 msk socker  
100 g smält smör

Fyllning:

800 g crem cheese  
2 ½ dl socker  
2 msk vetemjöl  
2 tsk vaniljsocker  
½ tsk salt  
5 st ägg  
1 ½ tsk färsk citronjuice

Topping:

2 msk socker  
1 tsk vaniljsocker  
3 dl gräddfil

Jordgubbsås:

1 l jordgubbar  
florsocker efter egen smak

Mixa jordgubbar och florsocker.

Värm ugnen till 175 grader. Blanda kexsmulorna och socker i en skål.  
Häll i smör och blanda väl. Tryck ut degen på botten av en 24 cm form  
med löstagbar botten. Kyl.

Blanda allt utom ägg och citronjuice i en mixer. Kör till en jämn smet.

Tillsätt ägg och citronjuice.

Rör ner fyllningen i formen och grädda ca 45 min-1 h eller tills kakan är fast.

Låt kakan svalna.

Rör ihop toppingredienserna till en slät smet. Sprid toppingen över kakan och  
grädda ytterligare ca 15 min.

Låt svalna och kyl kakan minst 4 timmar före servering.

Garnera med färska jordgubbar och citronmeliss.

Servera med jordgubbsås.