

Kantareller

3 nya sätt att njuta av kantarellerna: Nu är det dags att kränga på sig stövlarna och gå ut och leta efter skogens läckraste delikatesser. Och om du inte hittar några finns de hos torghandlarn. Vi ger dig tre nya smarriga sätt att tillaga kantarellerna på.

Köttfärsröra med trattkantareller och messmör (4 portioner)

Kombinationen trattkantareller och messmör är en riktig höjdare som måste provas!

300 g nötfärs
1 hackad gul lök
300 g färska trattkantareller eller 20 g torkade
2 msk margarin
Salt och peppar
2 dl lätt-crème fraiche
1 dl messmör

Pasta

Tomatsallad:
500 g cocktailtomater
1 msk olivolja
Salt och peppar
Basilikablad

Stek trattkantarellerna (torkade ska ligga i blöt minst en timma) i hälften av margarinet. Stek snabbt i en riktigt het panna. Lägg svampen åt sidan. Stek färsen och löken i resten av margarinet. Salta och peppra. Tillsätt crème fraiche, messmör och allra sist trattkantarellerna. Låt koka någon minut.

Tomatsallad: Skär ett snitt vid kvistfästet på tomaterna och doppa dem i kokande vatten. Dra av skinnet när de svalnat något. Häll på olivolja, salt och peppar. Strö på några basilikablad. Servera med pasta. (En portion ger 596 kalorier.)



Kantareller med mandelpotatis och grekisk röra (4 portioner)

16 mandelpotatisar i halv
2 gula paprikor i bitar
1 ask cocktailtomater
2 röda lökar i klyftor
2 msk margarin
Salt
200 g kantareller
1 msk smör eller margarin
Salt och peppar

Grekisk röra:
100 g fetaost
2 msk ajvar relish
1 tsk olivolja
Ev pressad vitlök

Tillbehör:
100 g ruccolasallad
200 g parmaskinka eller serranoskinka



Lägg potatis och grönsaker i en långpanna. Klicka på margarinet och salta. Stek i 225 grader i 30 – 40 minuter. Dela ev kantarellerna i bitar. Stek dem snabbt i en riktigt het panna. Salta och peppra.

Röran: Kör fetaost, ajvar relish, olivolja och ev vitlök i en matberedare till en slät röra. Fördela potatisen och grönsakerna på 4 tallrikar. Lägg på kantareller, rucola och skinka. Servera med fetaoströran. (En portion ger 466 kalorier.)

Citronmarinerade kantareller med ostsufflé (4 portioner)

En lækker liten rätt för kvällen. Kantarellerna måste vara färska!

200 g färska kantareller eller karljohansvamp

1 msk smör

salt och peppar

Marinad:

1/2 msk pressad citron

1/2 msk vitt vin

2 msk olivolja

1 pressad vitlöksklyfta

finrivet skal från 1/2 citron

Ev salt och peppar

Ostsufflé:

3 msk vetemjöl

3 dl mjölk

1 msk margarin

4 ägg

1 msk majsena

1 1/2 dl riven färsk parmesanost

Salt och peppar

Bladpersilja



Rensa svampen. Dela den ev i mindre bitar. Stek den snabbt i en riktigt het panna. Salta och peppra. Blanda marinaden i en bunke och tillsätt svampen som får ligga och dra i 1 timma.

Sufflén: Vispa ut vetemjöl med lite av mjölken i en kastrull. Tillsätt resten av mjölken samt margarinet och låt koka i 5 minuter. Låt svalna. Skilj på gulor och vitor. Tillsätt en gula i taget och rör. Smaka av med ost, salt och peppar. Vispa vitorna till hårt skum. Vänd ned dem försiktigt i ostsåsen. Häll smeten i en smord suffléform eller 4 portionsformar (à ca 3 dl). Grädda i 175 grader i 40 – 50 minuter eller i 25 minuter om du gräddar dem i portionsformar. Servera direkt tillsammans med kantarellerna. (En portion ger 316 kalorier.)

Kristina Eriksson

Publicerad: 2001-08-04