

# MATRECEPT

utarbetade av Värmlands läns Livsmedelsstyrelsens Kvinnokommitté.

## Användning av potatisflingor.

Vid **bakning** kunna potatisflingor med fördel användas såsom utdrygningsmedel och sålunda ersätta  $\frac{1}{3}$  à  $\frac{1}{4}$  av mjölet.

Vid **matlagning** kunna flingor delvis eller i nödfall helt och hållet ersätta mjöl och gryn såsom t. ex. i pannkakor, välling, gröt och puddingar.

### Råglimpor eller formbröd.

$\frac{1}{2}$  l. vatten  
250 gr. (5 dl.) rågmjöl  
125 gr. ( $2\frac{1}{2}$  dl.) vetemjöl  
100 gr. (5 dl.) potatisflingor  
 $\frac{1}{2}$  matsk. salt  
 $\frac{1}{2}$  matsk. fänkol  
 $\frac{1}{2}$  matsk. anis  
40 gr. jäst.

Vattnet ljummas och mjöl, flingor, jäst och kryddor tillsätts. Degen arbetas och får jäsa, arbetas om och utbakas till limpor, vilka läggas i smorda formar eller på plåt. Bröden få jäsa och gräddas i medelvarm ugn.

### Grova rågakakor.

$\frac{1}{2}$  l. vatten  
300 gr. (6 dl.) rågmjöl  
150 gr. (3 dl.) vetemjöl  
200 gr. (1 l.) potatisflingor  
1 tesk. salt  
40 gr. jäst.

Beredning som föregående. Degen

Potatisflingorna blandas med en del av mjölet, den ljumma mjölken och jästen tillsätts, degen får jäsa, arbetas om med smör och socker, utbakas.

### Billig jästpulverkaka.

1 ägg  
3 dl. socker  
4 dl. vetemjöl  
2 dl. potatisflingor  
3 dl. mjölk  
1 matsk. smör  
(8 bittermandlar)  
4 tesk. jästpulver.

Sockret, flingorna och större delen av mjölet blandas med mjölken och får stå i 2 tim. Därefter vispas ägget och tillsättes jämte det smälta smöret samt jästpulvret blandat med resten av mjölet. Smeten hälls i smord form och gräddas i tämligen varm ugn.

### Mjuk pepparkaka.

900 gr. socker

900 gr. vetemjöl  
400 gr. potatisflingor.

Socker, sirap, grädde och bicarbonat vispas med stålvisp  $\frac{1}{2}$  timme, varefter cedroolja, mjöl och flingor tillsätts. Degen arbetas och utbakas till runda kakor, som gräddas i varm ugn.

### Välling.

$\frac{1}{2}$  l. mjölk  
 $2\frac{1}{2}$  dl. vatten  
50 gr. ( $2\frac{1}{2}$  dl.) potatisflingor  
salt.

Mjolk och vatten få koka upp, flingorna iröres. Vällingen får koka några minuter, varefter den avsmakas.

### Gröt.

$\frac{1}{2}$  l. mjölk  
 $2\frac{1}{2}$  dl. vatten  
200 à 250 gr. (1 à  $1\frac{1}{4}$  l.) potatisflingor.  
salt.

Ur KB:s samlingar

Digitaliserad år 2021



National Library  
of Sweden

utbakas till franska bröd.

### Kaffebröd.

$\frac{1}{2}$  l. mjölk eller vatten  
400 gr. (8 dl.) vetemjöl  
150 gr. (7 dl.) potatisflingor  
1 matsk. smör  
2 matsk. socker  
30 gr. jäst.

smord form och gräddas i medelvarm ugn.

### Fina pepparkakor.

500 gr. brunt farinsocker  
3 dl. sirap  
3 dl. grädde  
2 matsk. bicarbonat  
1 tesk. cedroolja

föregående recept. Ägget vispas och tillsättes jämte mandel och socker. Puddingen gräddas i form i ugnen. Den kan serveras antingen till kött i stället för potatis eller som efterrätt med sylt.



# MATRECEPT

utarbetade av Värmlands läns Livsmedelsstyrelsens Kvinnokommitté.

## Användning av potatisflingor.

Vid **bakning** kunna potatisflingor med fördel användas såsom utdrygningsmedel och sålunda ersätta  $\frac{1}{3}$  à  $\frac{1}{4}$  av mjölet.

Vid **matlagning** kunna flingor delvis eller i nödfall helt och hållet ersätta mjöl och gryn såsom t. ex. i pannkakor, välling, gröt och puddingar.

### Råglimpor eller formbröd.

$\frac{1}{2}$  l. vatten  
250 gr. (5 dl.) rågmjöl  
125 gr. ( $2\frac{1}{2}$  dl.) vetemjöl  
100 gr. (5 dl.) potatisflingor  
 $\frac{1}{2}$  matsk. salt  
 $\frac{1}{2}$  matsk. fänkol  
 $\frac{1}{2}$  matsk. anis  
40 gr. jäst.

Vattnet ljummas och mjöl, flingor, jäst och kryddor tillsätts. Degen arbetas och får jäsa, arbetas om och utbakas till limpor, vilka läggs i smorda formar eller på plåt. Bröden få jäsa och gräddas i medelvarm ugn.

### Grova rågakakor.

$\frac{1}{2}$  l. vatten  
300 gr. (6 dl.) rågmjöl  
150 gr. (3 dl.) vetemjöl  
200 gr. (1 l.) potatisflingor  
1 tesk. salt  
40 gr. jäst.  
Beredning som föregående. Degen utbakas till 8 kakor.

### Franska bröd.

$\frac{1}{2}$  l. vatten  
200 gr. (4 dl.) rågmjöl  
200 gr. (4 dl.) vetemjöl  
200 gr. (1 l.) potatisflingor  
1 tesk. salt  
30 gr. jäst.  
Beredning som föregående. Degen utbakas till franska bröd.

### Kaffebröd.

$\frac{1}{2}$  l. mjölk eller vatten  
400 gr. (8 dl.) vetemjöl  
150 gr. (7 dl.) potatisflingor  
1 matsk. smör  
2 matsk. socker  
30 gr. jäst.

Potatisflingorna blandas med en del av mjölet, den ljumma mjölken och jästen tillsätts, degen får jäsa, arbetas om med smör och socker, utbakas.

### Billig jästpulverkaka.

1 ägg  
3 dl. socker  
4 dl. vetemjöl  
2 dl. potatisflingor  
3 dl. mjölk  
1 matsk. smör  
(8 bittermandlar)  
4 tesk. jästpulver.

Sockret, flingorna och större delen av mjölet blandas med mjölken och får stå i 2 tim. Därefter vispas ägget och tillsättes jämte det smälta smöret samt jästpulvret blandat med resten av mjölet. Smeten hälls i smord form och gräddas i tämligen varm ugn.

### Mjuk pepparkaka.

200 gr. socker  
125 gr. vetemjöl  
125 gr. potatisflingor  
 $4\frac{1}{2}$  dl. mjölk  
1 droppe ättika  
 $\frac{1}{2}$  matsk. bicarbonat  
 $\frac{1}{2}$  tesk. kryddnejlikor  
 $\frac{1}{3}$  tesk. kanel  
3 kardemummor.

Alla de torra ingredienserna blandas väl, mjölken tillsätts. Smeten hälls i smord form och gräddas i medelvarm ugn.

### Fina pepparkakor.

500 gr. brunt farinsocker  
3 dl. sirap  
3 dl. grädde  
2 matsk. bicarbonat  
1 tesk. cedroolja

900 gr. vetemjöl  
400 gr. potatisflingor.

Socker, sirap, grädde och bicarbonat vispas med stälvisp  $\frac{1}{2}$  timme, varefter cedroolja, mjöl och flingor tillsätts. Degen arbetas och utbakas till runda kakor, som gräddas i varm ugn.

### Välling.

$\frac{1}{2}$  l. mjölk  
 $2\frac{1}{2}$  dl. vatten  
50 gr. ( $2\frac{1}{2}$  dl.) potatisflingor  
salt.

Mjölk och vatten få koka upp, flingorna iröres. Vällingen får koka några minuter, varefter den avsmakas.

### Gröt.

$\frac{1}{2}$  l. mjölk  
 $2\frac{1}{2}$  dl. vatten  
200 à 250 gr. (1 à  $1\frac{1}{4}$  l.) potatisflingor.  
salt.  
Beredning som föregående.

### Pudding.

$\frac{1}{2}$  l. mjölk  
 $2\frac{1}{2}$  dl. vatten  
300 gr. ( $1\frac{1}{2}$  l.) potatisflingor  
(1 ägg)  
2 matsk. socker  
8 bittermandlar.

En gröt kokas på samma sätt som i föregående recept. Ägget vispas och tillsättes jämte mandel och socker. Puddingen gräddas i form i ugnen. Den kan serveras antingen till kött i stället för potatis eller som efterrätt med sylt.



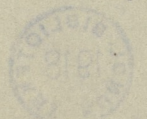
# MATRECEPT

utarbetade av Värmlands läns Livsmedelsstyrelsens Kvinnokommitté

## Användning av potatislingor.

Vid **bakning** kunna potatislingor med fördel användas såsom utdymningsmedel och sålunda er-  
sätta 1/3 av mjölet.  
Vid **matlagning** kunna lingor delvis eller i nödfall helt och hållet ersätta mjöl och gryn såsom  
i ex i pannkakor, välling, gröt och pudingar.

Receptnamn	Ingredienser	Beredning
<b>Rästmjör eller formbröd</b>	1 l vatten 250 gr (1/2 dl) rågmjöl 125 gr (1/4 dl) vetemjöl 100 gr (1/2 dl) potatislingor 1 matsk salt 1 matsk jäst 1 matsk smör	Vattnet juttas och mjöl, lingor, jäst och rågmjöl tillätas. Deigen ar- betas och för jäsa, arbetas om och utbakas till hundor, vilka läggas i smorda former eller på plåt. Bröden jäsa och gräddas i medelvarm ugn
<b>Grova rågkakor</b>	1 l vatten 300 gr (1 1/2 dl) rågmjöl 150 gr (3/4 dl) vetemjöl 200 gr (1 l) potatislingor 1 tesk salt 40 gr jäst	Beredning som föregående. Deigen utbakas till 8 kakor.
<b>Franska bröd</b>	1 l vatten 200 gr (1 1/2 dl) rågmjöl 200 gr (1 dl) vetemjöl 200 gr (1 l) potatislingor 1 tesk salt 30 gr jäst	Beredning som föregående. Utbakas till franska bröd.
<b>Kaffbröd</b>	1 l mjölk eller vatten 400 gr (2 dl) vetemjöl 150 gr (1/2 dl) potatislingor 1 matsk smör 3 matsk socker 30 gr jäst	
<b>Fina pepparkakor</b>	500 gr brunt linsöcker 3 dl smör 3 dl grädd 3 matsk bicarbonat 1 tesk cedroolja	Alla de tova ingredienserna blandas och utbakas till smör. Smöret hålles i smord form och gräddas i medelvarm ugn.
<b>Mjlk pepparkaka</b>	200 gr socker 125 gr vetemjöl 125 gr potatislingor 1/2 dl mjölk 1 droppe ättika 1 matsk bicarbonat 1 tesk kryddextrakt 1 tesk kanel 3 kändismonter	Utbakas till smör. Smöret hålles i smord form och gräddas i medelvarm ugn.
<b>Billig jäsputsvetkaka</b>	1 ägg 3 dl socker 4 dl vetemjöl 2 dl potatislingor 3 dl mjölk 1 matsk smör 1/2 bit smör 4 tesk jäsputsvor	Utbakas till smör. Smöret hålles i smord form och gräddas i medelvarm ugn.
<b>Välling</b>	1 l mjölk 2 dl vatten 50 gr (1/2 dl) potatislingor salt	Utbakas till smör. Smöret hålles i smord form och gräddas i medelvarm ugn.
<b>Gröt</b>	1 l mjölk 2 dl vatten 200 a 250 gr (1 1/2 l) potatis- lingor salt	Utbakas till smör. Smöret hålles i smord form och gräddas i medelvarm ugn.
<b>Pudding</b>	1 l mjölk 2 dl vatten 300 gr (1 1/2 l) potatislingor 1 ägg 2 matsk socker 1/2 bit smör 1/2 bit smör	Utbakas till smör. Smöret hålles i smord form och gräddas i medelvarm ugn.



Kvinnokommittén för Värmlands län