

Kokkonst 1917 - samling av trycksaker - 24

Vardagstryck



Livsmedelsnämndens demonstrationskurser.

Vegetariska rätter.

GUL ÄRTSOPPA

$\frac{3}{4}$ lit. ärter.
 $3\frac{1}{4}$ —4 lit. vatten.
50 gram smör.
3 morötter.
1 palsternacka.
1 knivsudd sellerifrö.
1 d:o vitpepp.
1 bit ingefära.
2 gula lökar.
Salt.

Beredning: Ärterna sköljas, läggas i stöp dagen förut, påsättas i samma vatten och kokas tills skal- len flyta upp, vilka bortskummas väl. Rotsakerna ansas, skäras i strimlor o. iläggas jämte löken. Då ärter och rotsaker äro mjuka iläg- ges smöret, och ärterna avsmakas med kryddorna.

PURÉ AV GRÖNA ÄRTER.

3 kkp. gröna ärter
4 lit. vatten.
3 morötter.
2 palsternackor.
1 stor lök.
 $1\frac{1}{2}$ msk. smör
3 msk. mjöl.
Sellerifrö, salt, vitp.
(1 decl. grädde).

Beredning: Ärterna ränsas, sköljas och läggas i stöp. Påsät- tes tillsammans med löken och får koka tills de äro mjuka då de pas- seras. Rötterna skrapas och skä- ras i strimlor samt kokas mjuka i saltat vatten. Smör och mjöl frä- ses tillsammans, purén påspädes, rotsakerna med sitt spad ilägges och soppan får koka i 10 min., var- efter den avsmakas med kryddorna. Sist iröres grädden.

GRÖN ÄRTSOPPA

2 kkp. torra gröna ärter.
 $2\frac{1}{3}$ —3 lit. vatten.
2 morötter.
1 msk. vetemjöl.
 $\frac{1}{2}$ lit. söt mjölk.
3 tsk. salt.
8 vitpepparkorn.

Beredning: Ärterna rensas, sköljas och vattenläggas föregån- de dag, påsättas sedan och kokas mjuka. Morötterna skrapas, sköl- jas och skäras i tärningar samt i- läggas när ärterna kokat en stund. När ärterna äro mjuka avredes soppan med mjölk och smör samt kryddas.

LINGONSOPPA.

$2\frac{1}{2}$ lit. vatten.
1 dcl. risgryn.
 $1\frac{1}{2}$ kkp. lingonmos.
Socker efter smak.
1 bit kanel.

Beredning: Grynen sköljas och kokas med kanelen och vattnet tills de äro mjuka. Lingonsylt och socker ilägges.

FINSK STUVNING.

1 mindre kålhuvud (ungf. 12 hg.)
 $1\frac{1}{4}$ lit. potatis.
2 morötter.
 $\frac{1}{2}$ lit. vatten.
1 stor gul lök.
2 msk. salt.
 $\frac{1}{3}$ tsk. vitp.
50 gram smör.

Beredning: I botten på grytan hålles vattnet, därpå lägges den skurna kålen, potatisen och rotsakerna varvtals. På varje la- ger strös salt och peppar. Det he- la får stå och småkoka tills kålen är mör. Då tillsättes smöret. Mo- rötterna kan ersättas med fett kött eller fläsk, skuret i bitar.

MACKARONIPUDDING MED JORDÄRTSKOCKOR.

3 hg. makaroner.
 $2\frac{1}{4}$ lit. mjölk och vatten.
 $\frac{1}{2}$ lit. jordärtskockor.
Vitp., salt och socker.
Riven ost.
1 ägg, 1 kkp. mjölk.
 $\frac{1}{2}$ msk. flottyr till formen.

Sås:

$1\frac{1}{2}$ msk. smör.
3 msk. mjöl.
2 kkp. jordärtskockspad.
2 kkp. mjölk.
Salt, socker, vitp.

Beredning: Makaronerna sköljas och kokas mjuka i vatten och mjölk. Jordärtskockorna skra- pas och kokas mjuka i saltat vat- ten. Makaronerna smaksättas och lägges varvtals med jordärtskoc- korna i smord form. Ägget och mjölken vispas ihop och slås över. Gräddas. I stället för makaroner- na kan man taga brynta fläsktär- ningar. Såsen beredes som vanlig mjölksås.

MOROTSPANNKAKA.

2 lit. potatis.
 $1\frac{1}{2}$ lit. morötter.
Salt.
Fläskflott.

Beredning: Morötterna skra- pas och kokas till hälften mjuka i saltat vatten. Den skalade pota- tisen ilägges och får koka mjuk. Potatis och morötter söndermosas sedan spadet avhållts. Stekes i fläskflott som tjock pannkaka. Ser- veras med stekt fläsk eller lingon. Brynta fläsktärningar kan också nedröras i smeten.

RAGGMUNKAR.

3 lit. potatis.
 $\frac{1}{2}$ kkp. kokande vatten.
Salt.
Fläskflott.

Beredning: Potatisen skalas och rives. Är den rivna potatisen tunn avhålls litet vätska. Det kokande vattnet påhålls och saltet tillsättes. Stekes som plättar i het flöttyr. Serveras med lingon.

POLENTAPUDDING.

2 kkp. polentagryn.
 $\frac{1}{2}$ lit. mjölk.
4 bittermandlar.
2—3 msk. socker.
 $\frac{1}{2}$ msk. smör till formen.

Beredning: Grynen sköljes och kokas i mjölken i 10 min. Socker och mandel tillsättes. Hålles i en smord form och gräddas.

POLENTAGRÖT.

$\frac{1}{2}$ lit. mjölk.
 $\frac{1}{2}$ kkp. polentagryn.
3 bittermandlar.
Salt, socker.

Beredning: Se föregående. Kokas i timma. Kall gröt serveras som efterrätt, med sylt eller saftsås.

UGNSTEKT RIS:

$\frac{1}{2}$ lit. mjölk.
2 kkp. risgryn.
3 msk. sirap.
 $\frac{1}{2}$ tesk. salt.
4—5 bittermandlar.
 $\frac{1}{2}$ msk. smör.

Beredning: En form smörjes. Risgrynen sköljas, blandas med mjölken, sockret, den rivna mandeln och hålles i formen. Gräddas i ugn i $\frac{1}{2}$ timma. Omröres ett par gånger under gräddningen.

SAGOKAKA.

$\frac{1}{2}$ lit. kärnmjolk eller skummad mjölk.
1 rågad kkp. röda sagogryn.
 $\frac{3}{4}$ kkp. socker.
6 bittermandlar eller citronskal.
 $\frac{1}{2}$ msk. smör till formen.

Beredning: Mjölken uppkokas, grynen ivispas och får koka till en tjock gröt. Smaksättes och hålles i den smorda formen. Gräddas. Serveras med saftsås.

APELSINRIS.

$\frac{1}{2}$ kkp. risgryn.
 $\frac{1}{2}$ lit. mjölk.
3 apelsiner.
4 msk. socker.

Beredning: Av gryn och mjölk kokas en tjock gröt. Apelsinerna skäres i bitar, blandas med sockret och får ligga en stund. Nedröres i gröten, när den kallnat. Serveras med mjölk och saftsås.

APELSINSAFT AV SKAL.

Skalet av 6 apelsiner.
 $\frac{1}{3}$ lit. vatten (kokande).
2 kg. strösocker.
40 gr. citronsyra.

Beredning: Det vita på skalet skäres bort noga och skalet skäras i strimlor. Dessa läggas i en kruka, och det kokande vattnet hålles över. Krukan täckes över och får stå 2 dygn. Skalen slås ifrån och sockret och citronsyran tillsättes. Då detta är väl upplöst och saften klar, buteljeras saften.

ÄPPELSAGO.

1 hg. torkade äpplen.
2 kkp. sagogryn.
 $\frac{2}{4}$ lit. vatten.
1 kkp. socker.

Beredning: Äpplena sköljas och vattenläggas. Påsätts i samma vatten tillsammans med sago-

gryn och socker. Kokas till sagogrynen äro klara. Serveras kall eller varm med mjölk. I stället för äpplen kan rabarber användas.

FALSK OSTKAKA.

$\frac{1}{2}$ lit. mjölk.
1 ägg.
1 rågad kkp. vetemjöl.
1 kkp. potatismjöl.
3 msk. socker.
5 bittermandlar.
 $\frac{1}{2}$ msk. smör till formen.
1 tsk. ostlöpe.

Beredning: Mjölken värmes som till degspad och vispas tillsammans med mjölet. Ägg, socker och riven mandel ivispas samt sist ivispas löpet. Slås genast i smord form och gräddas.

SNURROM.

2 lit. kärnmjolk.
 $\frac{1}{2}$ kkp. gräddesocker.
Socker, ingefära.

Beredning: Kärnmjölken, uppvispad gräddesocker och ingefära iblandas. Serveras som isur mjölk.

MOROTSPUDDING.

6 stora morötter.

Beredning: Morötterna skrapas, sköljas och kokas mjuka i saltat vatten. Risgrynen sköljas och kokas mjuka i vatten och mjölk. Morötterna rivs eller malas, och när gröten kallnat, blandas morötter, kryddor och ägget i. Smeten slås i en smord form, och gräddas omkring 1 tim.

Alla recept äro beräknade för 6 personer.

kg. = kilogram.
hg. = hektogram.
kkp. = kaffekopp.
msk. = matsked.
tsk. = tesked.
vitp. = vitpeppar.