

Kokkonst 1926-1928 - samling av trycksaker - 7

Vardagstryck



National Library
of Sweden

402

PIKANTA RECEPT

MED

MONOX

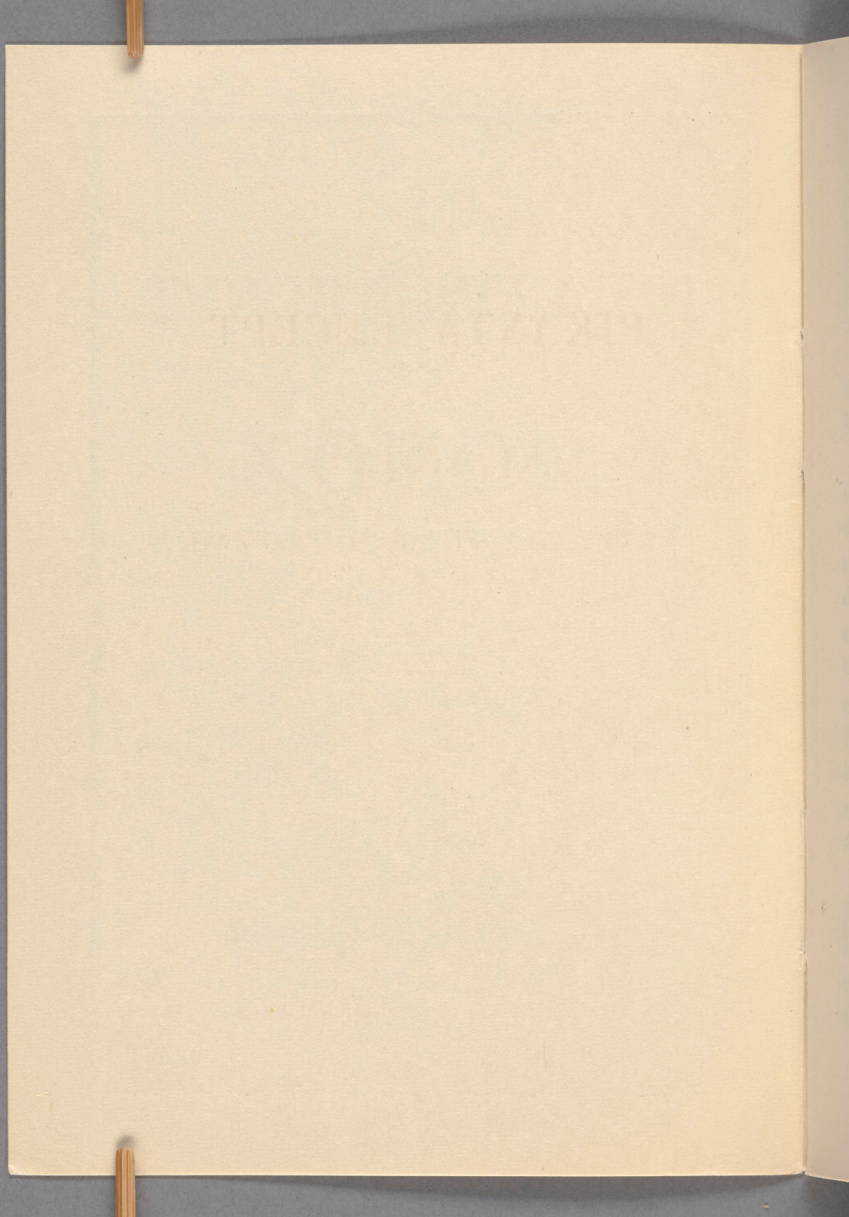
VÄXTEXTRAKTET MED KÖTTSMAK

UTARBETADE AV

FRU GERDA HALLGREN



1928



PIKANTA RECEPT

MED

MONOX

VÄXTEXTRAKTET MED KÖTTSMAK

CENTRALTRYCKERIET, STOCKHOLM 1928

Ombedd att göra ingående prov med buljong-extraktet Monox, har undertecknad under en längre tid gjort detta.

Resultatet har blivit, att jag funnit Monox särskilt välsmakande, drygt och mångsidigt användbart. Det verkar uppiggande på nervsystemet och ställer sig billigt i användningen. Då den kemiska analysen därtill givit vid handen, att preparatet till stor del utgöres av lätt smältbar äggvita, och att det saknar vissa för kroppen ej så hälsosamma ämnen, vilka förekomma i köttbuljong, är ju detta en stor fördel. Monox befordrar magsaftavsöndringen och tåles av svaga magar. Då Monox är ett växtextrakt, är det användbart även för vegetarianer.

Dess vitaminhalt är stor, vilket har sin betydelse ej minst vid långfärder till lands och sjöss. Hållbarheten är obegränsad, då varken mögling eller jäsning kan förekomma. Förpackningen är tilltalande och lämpligt avvägd.

Med tillfredsställelse böra därför husmödrarna mottaga detta preparat, som för dem betyder inbesparing av både tid och pengar. De recept som medfölja burkarna giva en vägledning för användande av preparatet. När en husmor kommit underfund med Monox värde och goda smak, bygger hon säkert själv vidare på vägen.

Jönköping i augusti 1928.

GERDA HALLGREN.

INNEHÅLL.

	Sid.
Bredda smörgåsar	6
Klara soppor	7
Monox-soppa	7
Tisdagssoppa	8
Falsk oxsvanssoppa	8
Grönsaker med Monox	9
Sallad pikant	9
Pytt i panna vegetaire	10
Svamp med Monox	10
Fisk med Monox	10
Kalvlever med Monox	11
Pikant pudding	11
Köttpudding med grönsaker	12
Köttbullar	13
Njursauté	13
Stark sås med Monox	13
Oljesås med Monox	14
Falsk spansk sås	14
Tomatsås	15
Champignonsås	15
Monox-sky	16

MONOX RECEPT

av fru *Gerda Hallgren*, Jönköping.

BREDDA SMÖRGÅSAR.

Nr. 1. En tunn skiva svart bröd breddes med smör. Härpå strykes ett mycket tunt lager Monox. Fin hackad persilja strös på.

Nr. 2. En tunn skiva vitt bröd breddes med smör. Härpå dragas ränder av Monox, omväxlande med finhackade rädisor.

Nr. 3. En skiva vitt bröd breddes med smör. Urtages med runt mått. En skiva ägg lägges på varje skiva och runt därom en rand Monox. Mitt på gulan en klick tomatsås.

Nr. 4. En mörk skiva bröd breddes med smör och urtages med runt mått. Härpå breddes Monox. En skiva tomat med hackad persilja lägges därpå.

Nr. 5. En vit och en svart skiva bröd urtages med runt mått och påbreddes smör. På den ena breddes Monox, på den andra hårdkokt äggula, utrörd med fransk senap. Skivorna tryckas ihop med de smorda sidorna mot varandra. Läggas upp hälften med den ljusa, hälften med den mörka sidan upp.

KLARA SOPPOR.

Ingredienser: 1 lit. kokande vatten, 1 tesked Monox, salt, peppar.

Beredning: I det kokande vattnet lägges extraktet och får koka ett par minuter. Avsmakas med kryddorna.

En god buljong, som kan njutas ensam eller användas som underlag i diverse soppor. Om man använder hälften av denna buljong och hälften kokad buljong på kött, får man den kraftigaste konsommé.

MONOX-SOPPA.

(6 personer.)

Ingredienser: 2 hg. spenat, 1 hg. vermiceller, 3 ägg, 2 teskedar Monox, 2 lit. vatten, salt, peppar.

Beredning: Spenaten kokas i vattnet. Vermicellerna läggas i kokande vatten och få koka några minuter, varefter de upptagas, sköljas av och läggas i kallt vatten. Äggen kokas i 5 à 6 min., skalas och klyvas efter längden.

När spenaten börjar bli färdig iblandas Monox. Efter ett par min. iläggas vermicellerna, och soppan avsmakas med kryddorna. Serveras med en ägghalva i varje tallrik. En god, närande och billig soppa.

TISDAGSSOPPA.

(6 personer.)

Ingredienser: 1,5 lit. vatten, 0,5 lit. mjölk, 1 tekopp blandade, skurna rotsaker, 1 matsked skuren purjolök, 2 matskedar hackad persilja, salt, peppar, socker, $\frac{1}{2}$ lit. små färska potatisar, 1,5 tesked Monox, 0,5 kaffekopp pärlgryn.

Beredning: Alla rotsakerna och grynen kokas nästan färdiga i vattnet. Strax innan allt är färdigt iläggas potatisarna och mjölken samt Monoxen. När soppan är färdig, avsmakas den och persiljan lägges i.

FALSK OXSVANSSOPPA.

(6 personer.)

Ingredienser: 1,5 lit. kokande vatten, 8 gr. Monox, 3 hg. bruna bönor, 1 hg. oxkött, 1 matsked kronolja, potatismjöl, salt och peppar, 1 glas madeira.

Beredning: Köttet skäres i strimlor och brynes i oljan. Upptages. Kastrullen ursköljes med vattnet och Monox tillsättes. Bönorna kokas, tills de alldeles spricka sönder, varefter de passeras och blandas med spadet i kastrullen. Alltsammans får ett uppkok och avsmakas med kryddorna. Är soppan ej tillräckligt simmig avredes den med potatismjöl. Sist ihälles vinet, varpå soppan ej får koka.

Serveras med några köttbitar i varje tallrik. Smaken förvånande lik äkta oxsvanssoppa.

GRÖNSAKER MED MONOX.

Ingredienser: 1 kokt blomkålshuvud, 1 tekopp nykokta morötter, 1 kaffekopp kokta ärter, 1 salladhuvud, skuret i strimlor.

Sås: 1 tekopp av rotspadet uppblandat med 1 tesked Monox. Detta avredes med vetemjöl till en tjock sås, som får kallna. Häri nedröres en rå äggula samt 2 matskedar smör. Denna sås värmes, och häri lägges en tesked kapris och en matsked finhackad dill. Såsen hälls över grönsakerna. Den som önskar starkare smak tillsätter mera Monox.

SALLAD PIKANT.

Ingredienser: En hårdkokt äggula, en rå äggula, 1 dryg matsked fransk senap (Lukullus), 1 matsked socker, 2 matskedar fruktättika, 1 del. kronolja, 1,5 tesked Monox, 1 del. tjock grädde i skum.

Till fyllnad: 1 hg. rökt salt lax, 2 matskedar finskuren kokt potatis, 1 matsked kokta bönor, 2 matskedar finskurna kokta morötter, 1 matsked finskurna äppeltärningar, 1 matsked finskuren gräslök eller dill.

Beredning: Den kokta äggulan arbetas ihop med den råa; senapen, sockret, ättikan, oljan, Monox, samt grädden hoparbetas. I denna smet läggas sedan alla de ingredienser, som uppräknats här. Med den överblivna hårdkokta äggvitan, som skurits i längder, dekoreras fatet. En

bit morot kan bli det inre av en prästkrage och äggskivorna utgöra de vita bladen. Några gräslöksstänger bli stjälken och med persilja ordnas bladen. God, nyttig, dekorativ.

PYTT I PANNA VEGETAIRE.

Alla möjliga kokta rot- och grönsaker skäras smått. Lök i stor mängd skäres smått och brynes i kronolja eller smör. Blandas med det övriga. Alla sakerna brynas i kronolja eller smör (margarin) och kryddas med salt och persilja.

Monox efter smak tillsättes jämte vatten.

SVAMP MED MONOX.

Färsk eller inkokt svamp lägges i pannan, som sättes på eld, så att event. vatten får inkoka. Därefter tillsättes fett i form av kronolja, smör eller margarin.

Till varje lit. svamp sättes en tesked Monox, upplöst i hett vatten. Salt och peppar krydda anrättningen.

Genom tillsats av Monox undviks den dyra grädden.

FISK MED MONOX.

(6 personer.)

Ingredienser: 1,5 kg. rödspotta, 0,5 dcl. kronolja, rivebröd, salt, 1 hg. smör, 1 tesked Monox, 1 tesked fruktättika, 1 dessertsked kapris, 2 matskedar finhackad persilja.

Beredning: Fisken rensas, skåras lätt, vändes i rivebröd med salt och stekes i oljan vackert gulbrun på båda sidor, varefter den upplägges på varmt fat.

Smöret röres med Monox; ättikan och kaprisen tillsätts. Sist iblandas försiktigt persiljan. Blandningen ställs på is. Härav rullas kulor, som serveras till fisken. Ovanligt piffigt.

KALVLEVER MED MONOX.

(6 personer.)

Ingredienser: 1,2 kg. lever, salt, peppar, 0,5 hg. margarin eller kronolja, 1 liter kokande vatten, 1,5 tesked Monox, 2 matskedar vetemjöl, mjölk.

Beredning: Levern ingnides med salt och peppar. Brynes i gryta i fett. Monox blandas med det kokande vattnet och härmed spädes levern. När den är färdig upptages den, såsen silas, utdrygas om så behövs med mjölk, och avredes med mjölet.

Genom tillsats med Monox får levern en utomordentligt fyllig smak, som onödiggör grädden i såsen.

PIKANT PUDDING.

(6 personer.)

Ingredienser: $\frac{1}{2}$ kg. malet oxkött, 1 matsked potatismjöl, 3 matskedar vatten, 1 matsked anjovisspad, 6 anjovisar, 3 matskedar tomatpuré, 3

matskedar finskuren lök, 2 lt. potatis, 8 gr. Monox, 1 matsked kronolja, salt, peppar, kokande vatten.

Beredning: Potatisen skalas och skäres i tunna skivor. Köttet uppblandas med anjovispadet, potatismjölet och vattnet. Avsmakas noga. Delas i två delar, som utklappas till två platta kakor, passande till en djup eldfast form.

Denna smörjes med kronoljan. Ett lager potatisskivor lägges på botten. Härpå lägges den ena skivan köttblandning. Tre rensade anjovisar skäras i strimlor och läggas på och härafter läggas löken och tomatpurén. Ett tjockt lager potatisskivor lägges på, så kött etc. Överst skall vara potatis. Monox utblandas i hett vatten och hälles över, så att allt täckes. Gräddas i varm ugn. En ovanligt pikant rätt.

KÖTTPUDDING MED GRÖNSAKER.

(6 personer.)

Ingredienser: 3 kaffekoppar överbliven stek, 2 tekoppar rot- och grönsaker, 0,5 hg. smör, 3 matskedar mjöl, 0,5 lit. vatten, 1 tesked Monox, salt, peppar.

Beredning: Av smör, mjöl och vatten göres en vanlig tjock stuvning. Häri nedröres extraktet. Smaksättes med kryddorna. I en smord form nedlägges varvtals köttet, skuret i tärningar, och grönsakerna. Stuvningen hälles över. Puddingen gräddas till den fått bra färg.

KÖTTBULLAR.

(6 personer.)

Ingredienser: 3 hg. malet oxkött, 2 hg. malet kalvkött, 1 hg. malet fläskkött, $\frac{1}{2}$ kaffekopp rivebröd, 2 kaffekoppar vatten, 1 matsked hackad lök, 2 matskedar kronolja, 1 tesked Monox, salt, peppar.

Beredning: Köttet blandas med rivebröd och vattnet. Smaksättes med löken, stekt i kronolja och utblandad med Monox, samt peppar och salt.

Till stekning: 0,5 del. kronolja. Köttbullarna formas med träskedar och stekas gulbruna i oljan.

NJURSAUTÉ.

Ingredienser: 3 kalvnjurar, $1\frac{1}{2}$ matsked smör, $1\frac{1}{2}$ kopp vatten, 0,5 del. vitt franskt vin eller sherry, 2 teskedar Monox.

Beredning: Njurarna skäras i 1 cm. tjocka skivor och brynas i smöret, de läggas sedan i en kastrull, spädas med vattnet och få sakta steka, tills de äro fullkomligt mjuka. Extraktet tillsättes, vinet hälls på, varefter sautén smaksättes med peppar och salt.

STARK SÅS MED MONOX.

Ingredienser: 1 liter kokande vatten, 2 teskedar Monox, 1 matsked potatismjöl, 1 kaffekopp Madeira, 1 matsked finhackad tryffel, salt, peppar, socker.

Beredning: Monoxen utröres i det kokande vattnet och får ett uppkok. Häri nedröres det i kallt vatten lösta potatismjölet. Tryffeln tillsättes jämte madeiran, och såsen avsmakas med kryddorna.

Denna sås är god till olika sorters kött och är bra att taga till, då ingen köttsky finnes.

OLJESÅS MED MONOX.

Ingredienser: 1 tekopp kokt vatten, 1 tesked Monox, 1 matsked vetemjöl, 1 matsked kronolja, 1 matsked tillblandad senap, 1 rå äggula, 1 matsked socker, 1 del. kronolja, 1 del. fruktättika, 1 matsked finhackad syltlök, 1 matsked finhackad gräslök eller dill, 1 matsked finhackade sardeller, 1 matsked finhackade äpplen (råa), 1 del. tjock grädde i skum.

Beredning: Monoxen utröres i det kokande vattnet. I en kastrull fräses en matsked olja med mjölet, och spadet tillsättes. Smeten får under omröring koka upp. Röres kall. Häri nedröres äggulan, senapen, ättikan, sockret och oljan samt den till skum slagna grädden. Alla de övriga delarna iblandas. Såsen ställes på kall plats och passar bra till såväl kött som fisk. God.

FALSK SPANSK SÅS.

Ingredienser: 1 hg. portugisisk lök, 1 liten selleri, 1 morot, 1 palsternacka, 1 lagerblad, 0,2

tesked vitpeppar, 1 matsked tomatpuré, 1 tesked Monox, 1 dessertsked potatismjöl, 1 del. sherry, 2 matskedar smör.

Beredning: Löken, rotsakerna och kryddorna skäras smått och brynas i smöret. Vattnet tillsättes, och alltsammans får småputtra 1 timme eller mera. Uppsilas och Monox samt tomatpurén tillsätts. Avredes med potatismjölet. Sist ihälles vinet. Passar till stekt kött och kan med olika tillsatser varieras högst betydligt.

TOMATSÅS.

(6 personer.)

Ingredienser: $\frac{1}{2}$ tesked Monox, 0,5 lit. kokande vatten, 1 matsked smör, 1 matsked vetemjöl, 0,5 del. stark tomatoketchup.

Beredning: Smöret fräses med mjölet. Monox upplöses i vattnet och tillsättes det förra. Tomatsåsen iblandas. Fin sås, som passar till såväl fisk som kött.

CHAMPIGNONSÅS.

(6 personer.)

Ingredienser: 0,5 hg. smör, 1 kaffekopp färska champignoner (= $\frac{1}{4}$ burk inlagda), 1,5 matsked vetemjöl, 0,5 lit. vatten, 1 tesked Monox, 1 del. tjock grädde, salt, peppar och socker.

Beredning: Svampen skäres smått, stekes i smöret, överdoftas med mjölet och får steka,

tills allt blir klart. Svampen upptages. Vattnet kokas upp och Monox tillsättes. Detta hälls i panna jämte grädden. Får koka ett par min. Svampen ilägges, och såsen serveras till stekt kött, fågel m. m.

MONOX-SKY.

Ingredienser: $\frac{1}{4}$ lit. vatten, 4 blad gelatin, 1 tesked Monox.

Beredning: Vattnet uppkokas. Monox röres i jämte gelatinet. Alltsammans får kallna och stelna. Gott och vackert.
