



"Svinaktigt gott"
med
Kjell Söderman

Norsen, 7.12.2011

Innehållsförteckning

Introduktion av kvällen	3
Fylld gris innerfilé.....	4
Rullsylta	5
Gris ytterfilé.....	6
Claras filégryta.....	7
Grisgryta á la Väiski	8
Indonesisk Gryta á la Ing-Marie	9
Alternativ Kassler	10
Panerad griskotlett	11
Ostfilé special.....	12

Introduktion av kvällen

Kjell Söderman från Reinin Liha inleder kvällen med att introducera kvällens tema. Fortfarande familjeägda Reinin Liha har långa anor och har verkat i Hagnäs Saluhall sedan 1972. Företaget har specialiserat sig på färskt opackat kött och känt för sitt opackade malet kött, gris och nötkött. Kjell är positionerad på Reinin Lihans tillskärningsavdelningen och ansvarar för alla anskaffningar, kvaliteten och försäljningen på HoReCa sidan.

Kjell presenterar bl.a. olika råd och recept inklusive kött skärnings tekniker, kryddsättning och elementära kunskaper angående griskött och tillredning av olika recept som baserar sig på griskött.

Fylld gris innerfilé

30 minuter, ca 4 personer

Ingredienser:

500gr Gris innerfilé
4 st Vitlöksklyftor
1 st Liten lök
1 dl Färska örter ex. salvia, basilika, bladpersilja
0,5 dl Parmesanost
1dl Olivolja
Salt och Peppar

Fyllning:

Krossa vitlöken och tärna löken. Finhacka örterna och riv osten, blanda dem till en jämn massa.

Gör ett snitt i filén men skär inte igenom. Fyll filén med massan och sätt ihop den med t.ex. tandpetare.

Kom ihåg att pensla filén med olja före den steks. Bryn filén i pannan och sätt den sedan i ugnen på 150 C i ca 15 min.

Kan serveras med t.ex. en knaprig batong och en sallad.

Rullsylta

2,5-5 timmar , ca 8 personer

Ingredienser:

1kg Benfri grissida
1 st Citron
Lagerblad
Senapsfrön eller senapspulver
Salt
Buljongpulver

Börja med att krydda med köttbuljongpulver, senapsfrön eller senapspulver, lagerblad, salt och citron.

Sätt sidan på bordet med svålen mot bordet.

Strö på salt och köttbuljongpulvret samt senapsfrön eller pulver, krossa lagerbladen och strö på. Rulla ihop sidan och bind den ihop med steksnöre.

Koka rullsyltan minst 2 timmar i vatten (3 till 4 timmar för att få syltan supermör). Tillsätt vattnet salt och 3- 4 citronklyftor. Låt syltan svalna före du skär upp den i skivor.

Gris ytterfilé

1 timme 20 minuter, ca 8 personer

Ingredienser:

1,5 kg Gris ytterfilé
Plommon
0,5 dl Soja
0,5 dl Rypsolja
1 dl Grädde
1 stekpåse

Bryn filén i olja eller smör, pensla på senap, salta och peppra. Skär plommonen i bitar och sätt dem på bottnet av stekpåsen. Blanda soja och oljan tillsammans. Sätt filén in i stekpåsen på plommonen.

Sätt filén i ugnen på 200C sänk temperaturen till 180C efter en halv timme. När filén varit en timme i ugnen, gör ett snitt i stekpåsen och håll på soja-oljeblandningen.

Håll på av stekspadet med jämna mellanrum på filén.

Stek med stek termometer till ca 78C.

Ta ut filén och sätt den i folie för ca 15 till 20 minuter.

Sätt stekspadet i en kastrull och tillsätt 1 dl grädde. Låt det sjuda upp.

Skär upp filén i skivor på ett större fat och sätt tilläggen bredvid. Kan serveras med t.ex. kokt potatis, ärter och kokta morötter.

Claras filégryta

60 minuter, ca 4 personer

Ingredienser:

1 skiva	Fläskfilé/person
100gr	Rökt skinka
1 st	Gul lök
2 st	Hårdkokta ägg
3-4 st	Tomater
1 dl	Vittvin

Färsk fläskfilé brukar finnas färdigskuren i lagom stora portionsbitar, 5 - 7 cm i diameter. Salta, peppra och vänd köttbitarna i vetemjöl. Bryn långsamt i 2 - 3 msk olja, gärna i gryta som kan tas till bordet. Skär skinkan i fina strimlor. Hacka löken, de hårdkokta äggen och tomaterna. Tillsätt löken i grytan, sedan skinkan, äggen och tomaterna. Krydda med salt, peppar och oregano. Slå över vita vinet, eller vatten, och låt puttra sakt under lock i ca 30 minuter. Strö över hackad persilja. Kan serveras med bröd och sallad.

Grisgryta á la Väiski

60 minuter, ca 8 personer

Ingredienser:

1kg Grisbrog eller bringa
4 st Lökar
6-8 st Rödbetor
4-5 msk Vetemjöl
2 st Lagerblad
1 Persiljeknippe
Salt
Vitpeppar

Skär köttet till tändsticksask stora bitar och bryn dem i en gryta. Tillsätt de skalade och klyftade lökarna och rödbetorna och bryn dem en stund. Strö över vetemjålet. Bryn alltsammans och håll sedan över vatten så att allt täcks. Sätt på locket och sedan i ugnen på 175C eller på svag värme på plattan ca 45 min eller tills det är färdigt. Avsmaka och sätt på rikligt med hackad persilja. Kan serveras med potatis och kålsallad.

Indonesisk Gryta á la Ing-Marie

20 minuter, ca 4 personer

Ingredienser:

500gr	Kassler
2 st	Gula lökar
1 st	Purjolök
2 st	Morötter
1 bit	Seller (eller sellerisalt)
1 st	Banan
1 st	Syrligt äpple
2-3 msk	Soja
0,5 msk	Vinäger
1,5 dl	Buljon (1/2 tärning)
1 tsk	Salt
1 tsk	Curry (dryg)
1st	Vitlösklyfta
0,5 tsk	Paprikapulver
1 knivsudd	Ingefära
1 msk	Vetemjöl

Bryn strimlade köttet och grönsakerna i lite smör. Koka ca 20 min på svag värme. Strö i mjölet och låt koka ytterligare 5 min. Kan serveras som sådan eller tillsammans med nudlar, pasta eller ris.

Alternativ Kassler

Ingredienser:

- 400 gr Kassler
- 1 burk Sparris
- 2 dl Grädde eller Smetana
- 200gr Champinjoner eller blandsvamp
- 1 dl Riven ost

Skär kasslern i skivor, salta och peppra och sätt skivorna på en ugnssäker form tillsammans med den avrunna sparrisen. Vispa grädden lätt och blanda i den skivade svampen, häll i ugnformen på köttet. Strö över den rivna osten. Grädda i ugnen på 250C tills osten har smält och fått en vacker brun yta.

Panerad griskotlett

5 minuter, 1 person

Ingredienser:

1st Griskotlett
 Ägg
 Skorpmjöl
 Grädde
 Sals och peppar
 Smör och olja

Torka kotletten. Salta och peppra den. Vispa upp ägget och doppa kotletten i smeten.

Vänd kotletten i skorpmjölet och stek i smör och olja. Häll grädde i stekpannan när kotletten är nästan färdig. Låt sjuda en stund.

Ostfilé special

30 minuter, 4 personer

500 gr Fläskfile
0,5 tsk Salt
1 krm Malen svartpeppar
75 gr Bacon
3 dl Lagrad ost t.ex. Herrgård

Skär filén i skivor, bryn dem i smör, salta och peppra.
Lägg över köttet på ett ugnssäkert fat. Klipp baconet i strimlor direkt ner i den heta pannan. Stek baconet och låt det rinna av på hushållspapper.
Strö över köttet baconet och osten. Häll grädden på.
Gratinera i ugn på 225C i 15 min. Eller tills osten smält och rätten fått en fin gyllenbrun yta. Servera med pressad potatis eller ris och sallad.