



BASKISK MAT



Ben Wiberg

Steinerskolan, 9.9.2020

INNEHÅLLSFÖRTECKNING

Chicken Basquaise.....	3
Bacalao a la Vizcaina.....	5
Bacalao pil-pil	6
Patatas bravas	7
Tomatsås.....	7
Aioli.....	8
Rouille	9
Basilika pesto.....	10
Ansjoivismajonnäs.....	11
Pintxos	12
Korvbröd.....	12
Lufttorkad skinkrulle.....	13
Ansjovisbröd.....	14

Chicken Basquaise

10 personer

Tillagningstid: ca 60 minuter

Ingredienser:

1 kg	Broilerkött	Tex lår
0,5 kg	Spansk korv	Skuren i bitar
100 g	Lufttorkad skinka	Finstrimlad
200 g	Ris	
200 g	Paprika	Rostad och skalad
100 g	Schalottenlök	Skuren
100 g	Soltorkade tomater	Strimlade
50 g	Kapris	
50 g	Oliver	
200 g	Minitomater	
100 g	Morötter	Skurna i rundlar
10 st	Vitlöksklyftor	Grovskurna
2,5 dl	Vin	
	Salt och socker	
	Olivolja	
	Timjan	
	Lagerblad	
	Chili	
	Persilja	

Använd en rymlig gryta som är tillräckligt stor för alla ingredienser.

Börja med att fräsa den lufttorkade skinkan tills den är knaprig. Lyfta den ur pannan och låt den svalna på hushållspapper.

Bryn broilerköttet i pannan. Tillsätt korven, paprikan, morötterna, löken, vitlöken, tomaterna, riset, chili, lagerblad timjan, en nypa socker och litet salt. Häll över vinet och rör om försiktigt. Sätt lock på och i ugnen, 175 °C, ca 40 minuter. Garnera med kapris, oliver, skinkan och persilja.

Bacalao a la Vizcaina

10 personer

Tillagningstid: ca 60 minuter

Ingredienser:

1 kg	Bacalao	Skuren i portionsbitar
10 st	Potatisar	Skivade
3 st	Lökar	Skivade
5 st	Ägg	Hårdkokta, halverade
50 g	Kapris	
5 st	Vitlösklyftor	Krossade
100 g	Oliver	Halverade
100 g	Paprika	Rostad och skalad
200 g	Tomater	Krossade, burk
2 dl	Olivolja	
100 g	Russin	
3 st	Lagerblad	
3 dl	Vatten	
3 dl	Vittvin	
	Persilja	

Blötlägg fisken i kallt vatten i ca 8 timmar, byt vatten 3-4 gånger under blötläggningen.

Rada hälften var av ingredienserna i en gryta i följande ordning: potatis, fisk, lök, ägg, kapris, vitlök, oliver, paprika, och russin. Häll över hälften av olivoljan och tomatsåsen.

Repetera med resten av ingredienserna. Värm upp och sjud under lock i ca 30 minuter. Garnera med persilja och servera.

Bacalao pil-pil

10 personer

Tillagningstid: ca 30 minuter

Ingredienser:

1 kg	Bacalao	Skuren i portionsbitar
10 st	Vitlösklyftor	Skivade
1 st	Chili	Halverad
0,5 liter	Olivolja	

Hetta upp olivoljan i en gryta till ca 160 °C, tillsätt vitlök, chili och fisken med skinnsidan nedåt. Låt fisken koka en stund och vänd den sedan. Stäng av värmen och låt svalna i oljan ca 10 minuter. Servera med patatas bravas och aioli.

Patatas bravas

10 personer

Tillagningstid: ca 45 minuter

Ingredienser:

1 kg	Potatis	Fast, klyftad
0,5 dl	Olivolja	
1 tsk	Paprikapulver	Rökt
1 tsk	Salt	

Skölj potatisklyftorna i kallt vatten och torka av dem. Blanda med de övriga ingredienserna och grädda i ugn, 225 °C, 30-40 minuter.

Tomatsås

Ingredienser:

1 st	Lök	Finskuren
4 st	Vitlösklyftor	Krossade
0,5 dl	Olivolja	
400 g	Tomater	Krossade, burk
1 msk	Tomatpuré	
1 msk	Chilisås	
1 tsk	Socker	
1 tsk	Salt	

Fräs lök och vitlök i olivoljan tills löken mjuknat. Tillsätt de övriga ingredienserna och sjud utan lock i ca 30 minuter tills såsen tjocknat.

Häll såsen över de heta potatisarna och servera.

Aioli

10 personer

Tillagningstid: ca 20 minuter

Ingredienser:

4 st	Vitlösklyftor	Skivade
½ tsk	Salt	Grovt
1 dl	Olivolja	
2 dl	Rapsolja	
1 msk	Citronsaft	Eller lime
1 tsk	Senap	Helst dijon

Krossa salt och vitlök i en mortel, tillsätt senap och rör om kraftigt medan du häller litet åt gången av oljorna i tills såsen tjocknat. Blanda i citronsaften.

Rouille

10 personer

Tillagningstid: ca 10 minuter

Ingredienser:

100 g	Rostad paprika	Skalad
50 g	Soltorkade tomater	
2 st	Äggulor	
1 skiva	Torkat bröd	
3 st	Vitlösklyftor	
½ tsk	Paprikapulver	
3 dl	Olja	Tex från de soltorkade tomaterna

Blanda brödet, vitlöken, paprikan och tomaterna i en hushållsmaskin. Tillsätt ägget och paprikapulvret, blanda. Häll sedan sakta i oljan tills såsen tjocknat. Om du vill ha starkare smak i såsen så använd hälften olivolja.

Basilika pesto

10 personer

Tillagningstid: ca 15 minuter

Ingredienser:

3 knippen	Basilika	
100 g	Pistaschnötter	Skalade
3 st	Vitlösklyftor	Skurna
2 dl	Olivolja	

Rosta nöterna tills de nätt och jämnt fått färg, låt svalna.
Kör nötter, vitlök och basilika i hushållsmaskin, häll sakta i oljan.

Ansjovismajonnäs

10 personer

Tillagningstid: ca 15 minuter

Ingredienser:

1 st	Ägg	Gulan
1 dl	Olivolja	
2 dl	Rapsolja	
1 st	Vitlösklyfta	
1 tsk	Paprikapulver	
1 tsk	Senap	
4-5 st	Ansjovisfiléer	
1 msk	Ansjovispad	

Sätt äggulan och senapen i en hushållsmaskin. Tillsätt ansjo-visfileerna och spaden medan maskinen går. Tillsätt paprika-pulver och vitlöken och sedan oljorna i en sakta ström medan maskinen går.

Pinxos

10 personer

Tillagningstid: ca 25 minuter

Korvbröd

Ingredienser:

0,5 kg	Baskisk korv	Skuren i klyftor
100 g	Aioli	
10 st	Batongbröd	Skuret i rundlar
	Persilja	

Bred aiolin på brödet och lägg en korvskiva över. Garnera med persilja.

Lufttorkad skinkrulle

Ingredienser:

100 g	Lufttorkad skinka	
1 st	Äpple	Tunna skivor
100 g	Basilika pesto	
1 st	Lime	

Lägg skinkan på ett jämt underlag.
Stryk på av peston och lägg över 1–2
skivor av äpplet. Pressa litet limesaft
över och rulla ihop skinkan.



Ansjovisbröd

Ingredienser:

20 st	Ansjovisfiléer	
10 st	Batongrundlar	
100 g	Ansjovismajonnäs	
10 st	Gurkskivor	Tunna

Bred ansjovismajonnäs på brödet och lägg på 2 ansjovisfiléer per bröd, garnera med gurkskiva.

Lycka till!

