

Naturaj

Recept: Birgit Malmcrona och Johan Backéus

Foto: Agnes Maltesdotter



Saltbakad rotselleri med messmörsås samt bovete, körvel och syrad grädde

I den här rätten utgår vi från en råvara och jobbar med den i olika konsistenser och texturer för att höja smaken på olika sätt. En lättlagad rätt där rotsellerin är huvudspelaren och kombinationen med messmör är otroligt god.

4 portioner

Förberedelser 30 minuter + tillagning ca 1,5 timmar (blötläggning av bovete dagen innan)

Saltbakad rotselleri

1/2 rotselleri

2 msk salt

1 l vatten

Messmörsås

50 g messmör

150 g smör

(0,5 dl mjölk)

Krispigt bovete

25 g helt bovete

olja att fritera i

salt

Syltad rotselleri

3 dl vatten

2 dl socker

1 dl ättika

1/4 huvud rotselleri

Övrigt

5 kvistar körvel

50 g syrad grädde eller smetana

Gör så här:

Saltbakad rotselleri: Skrubba och skär bort eventuell jord som kan ha fastnat i rötterna på rotsellerin men behåll skalet kvar. Gnid in rotsellerin i saltet och lägg den på ett galler och baka den på 100°C tills innertemperaturen bli 87°C. Lägg en plåt med vatten under gallret för att fånga upp eventuell vätska från rotsellerin. Skär sedan rotsellerin i portionsbitar och håll sedan all vätska som samlas på plåten i en kastrull.

Vid servering så grillas rotselleribitarna på skalsidan och penslas med messmörsåsen.

Messmörsås: Tag kastrullen med rotsellerivätskan och sjud upp alltsammans tillsammans med messmörret. Låt svalna lite och mixa sedan i smörret tills att en tjockare konsistens uppstår. Smaka av med mer salt om det behövs. Vill man ha en skummig sås kan man hålla i 0,5 dl mjölk och sedan mixa med en stavmixer så att det skummar sig.

Krispigt bovete: Blötlägg bovetet dagen innan. Sila bort vätskan och låt bovetet torka lite innan du friterar det på 160°C tills att de blir krispiga. Lyft upp dem på ett stort papper och salta dem lite lätt.

Syltad rotselleri: Koka upp vatten, socker och ättika och låt svalna. Lägg i körvelkvistarna. Skala och hyvla rotsellerin i tunna skivor och lägg dem i ättikslagen.

Övrigt: Plocka körveln från kvist och lägg örterna i kallt vatten. Spar kvistarna till syltlagen.

Servering:

Klicka ut en sked smetana på varje tallrik. Toppa med bovete och körvel. Lägg sedan syltad rotselleri och den grillade rotsellerin bredvid och toppa med messmörsåsen.

Gör rätten helt växtbaserad:

Byt ut färskost syrad grädde eller smetana mot växtbaserad yoghurt av grekisk karraktär (t ex havreyoghurten av märket Friendly Vikings Greek style O'gurt).

Byt ut messmörsåsen mot en misosås:

Misosås

2 msk ljus tahini
1 1/2 msk tamari
1 msk lönnsirap
1 msk näringsjäst
2 tsk ljus misopasta
4 msk vatten

Gör så här:

Mixa ihop alla ingredienser tills såsen är slät.

Tortellini med rostad potatis, lagrad svensk hårdost, confiterad svamp och harsyra

Vi tycker det är viktigt att man får med olika konsistenser och smakmöten i en maträtt för att den ska kännas intressant och god. Här möter mjuk pasta knastrig hårdost och här finns en fin balans av syra, sälta, sötma och umami.

4 portioner

Tidsåtgång 1,5 timme (förutsatta att den confiterade svampen är förberedd sedan innan annars + 4 h)

Ugnstemperatur 200°C

Ugnstemperatur 75°C

Ugnstemperatur 100°C

Pastadeg

250 g durumvete (4 dl)
2 ägg
1 äggula
2 nypor salt
1 msk olivolja

Pastafyllning

400 g potatis
100 g lagrad svensk hårdost
1 st äggula

Rostad potatisbuljong

skal från rostad potatis (se ovan pastafyllning)

5 dl vatten
1 msk champagnevinäger
2 nypor salt

Confiterad svamp

500 g svamp efter säsong (ca 1 l)
1 tsk salt
4 svartpepparkorn
1 vitlöksklyfta
4 kvistar timjan

Övrigt

20 st harsyreblad
50 g lagrad svensk hårdost

Gör så här:

Pastadeg: Mixa alltsammans i en matberedare och knåda ihop den till en homogen deg. Låt stå i kylan i minst 30 minuter. Kavla ut pastan till nr 6 på pastamaskinen (om pastamaskinen går från 1-9) och stansa ut cirklar och vik ihop dem lite snyggt. Koka sedan i ca 3 minuter.

Pastafyllning: Rosta potatisen på 200°C tills gyllene och helt mjuka inuti. Dela och gröp ur potatisarna (spar skalet). Blanda potatisen med riven ost, äggula, salt och peppar.

Rostad potatisbuljong: Vakuumpförpacka det rostade skalet tillsammans med vatten, champagnevinäger och salt. Låt tillagas i ugnen på 75°C i ca 30 minuter. Har man ingen vakuummaskin så låt skalet knappt sjuda i vattnet, vinägern och saltet i ca 10 minuter. Låt sedan stå i 20 minuter för att senare sila och smakas upp med eventuellt mer salt och vinäger.

Confiterad svamp: Rensa svamparna noga och lägg dem i en rengjord glasburk tillsammans med salt och övriga kryddor. Håll rapsoljan nästan hela vägen upp till kanten och sätt på locket. Baka burkarna på en plåt i en 100°C varm ugn i ca 4 timmar. Vid servering så steks svamparna i denna "svampolja" innan de läggs på tallrikarna.

Övrigt: Plocka bladen från harsyran och lägg i kallt vatten, låt stå tills det är dags att servera.

Servering:

Lägg upp pastan på en varm tallrik, toppa med de stekta confiterade svamparna, den varma potatisbuljongen och harsyrebladen. Riv osten framför gästen.

Thess tips på hur rätten kan bli helt växtbaserad:

Byt ut pastadegen mot en pastadeg utan ägg:

Pasta utan ägg

300 g mjöl
0,5 tsk salt
150 ml vatten
2 tsk olja

Byt ut osten mot 1 msk extra virgin olivolja och 1-2 tsk näringsjäst (Bjäst) samt 1 nypa salt. Blanda med potatisen som i beskrivningen.

Recepten är skapade för programserien Plant based By Sweden ett samarbete mellan Visit Sweden och Therese Elgquist från Plant based by Thess.

Filmen relaterat till recepten är publicerad på:

<https://corporate.visitsweden.com/kunskap/maltid/avsnitt-4-naturaj>

Mer material relaterat till måltidsturism och vad internationella vill uppleva under sitt besök i Sverige hittar du på Kunskapsbanken Måltid, helt kostnadsfritt.

<https://corporate.visitsweden.com/kunskap/maltid>