NR 4 2021

SMAKA PÅ COOP

20 RECEPT

Tre enkla sillar!

MER JUL MED MER GRÖNT

Sätt smak och färg med betor och kål.

SÖTT, SÖTARE, SÖTAST.

Här hittar du julens nya godisfavoriter.

Allt du kan önska dig till

JULBORDET

scan

FÄRDIGSKIVAD NYHET!

FRÅN EN GÅRD MED HÅLLBARHET NÄRA HJÄRTAT

Färdigskivad julskinka av frigående svensk hållbarhetsgris. Lägre klimatavtryck än både svensk kyckling och norsk lax*

LÄS MER PÅ SCAN.SE/HALLBARHETSGRISEN

Anders Gunnarson, grisbonde

HÅLLBARHETSGRISEN · HALLA GÅRD ·

*KLIMATAVTRYCK - KG CO2E /KG PRODUKT
RISE KLIMATDATABAS FÖR LIVSMEDEL V 1.7 2020, RISE LCA HÅLLBARHETSGRISEN 2021

Att få mer jul ska vara enkelt

ÄNTLIGEN NÄRMAR SIG JULEN. Och i år ser jag fram emot att få fira den lite extra. Med vänner, familj och gärna några nya oprövade inslag.

Jag vill alltid ha mer av julen, och det får gärna gå snabbt och vara okomplicerat. Julen ska vara enkel och stressfri. Då är den som bäst tycker jag. Här hittar du till exempel de godaste snabba köttbullarna, en ny variant på Jansson och ett kul sätt att överraska med våfflor till adventsminglet. Missa inte heller den underbara grönkålspajen på sid 19.

Sist men inte minst; på sidorna 16–17 tipsar vi om hur du kan använda resterna till något helt nytt.

Smaklig och god jul!

Sara Begner,
matinspiratör på Coop

Missa inte alla sötsaker på sid 23!

Saras favoriter

Kryddor
Ingen riktig julkänsla utan smak och doft av kryddorna.

Pepparkakor
Gott till det mesta för alla som vill vara extra snälla.

Ljus
Använd riktiga stearinljus som brinner länge, t ex Änglamarks.

coop

RECEPT
Du hittar alla recept i vår Coop-app och på coop.se

Festligt plockigt med

ADVENTSMINGEL

Sätt extra piff på glöggen. Ställ fram ett våffeljärn så att alla kan göra sina egna våfflor, lite som på hotell. Ädelost eller sött? Bara att välja.

Glöggbubbel

10 min

8 glas

5 cm ingefära
1 apelsin, skalet
1 flaska vit glögg, gärna mousserande (750 ml)
4 dl mineralvatten eller fruktsoda
½ dl lingon

Skär ingefäran i skivor. Skär apelsinskalet i långa strimlor med t ex potatisskalare. Häll glöggen i åtta glas och fyll på med mineralvatten eller fruktsoda. Lägg i ingefära, apelsin och lingon.

Pepparkaksvåfflor

30 min

6–8 våfflor

1 påse våffelmix (210 g)
1 ½ msk pepparkakskrydda

Salt topping:
150 g stiltonost
1 dl valnötter, hackade
färska fikon, i klyftor
flytande honung

Söt topping:
3 dl vispgrädde
1 dl lingonsylt
kolasås

Tillaga våfflorna enligt anvisningen på förpackningen och tillsätt pepparkaks-krydda i smeten. Skär osten i bitar. Vispa grädden och vänd ner lingonsylten. Toppa de nygräddade våfflorna med ost, valnötter, fikon och honung, eller lingongrädde och kolasås.

SARA TIPSAR!
Prova en ny variant på klassiska kombon pepparkaka/ädelost.

Laxtartar på gravad lax

20 min

40 stycken

200 g gravad eller kallrökt lax
½ gurka
1 dl finhackad dill
½ dl finhackad gräslök
½–1 citron, finrivet skal och saft
salt
40 rågchips eller rågkrustader
dill, till garnering

Senapskräm:
½ dl majonnäs
1 msk grovkornig svensk senap

Hacka laxen fint. Skala, kärna ur och skär gurkan i små tärningar.

Blanda lax, gurka, dill, gräslök och citronskal (endast det gula). Smaka av med citronsaft och salt. Rör ihop majonnäs och senap. Lägg laxröran på rågchips, toppa med senapskräm och garnera med dill.

SARA TIPSAR!
Du kan också lägga upp laxtartaren i glöggmuggar.

KitchenAid

ANVÄND DINA COOP-POÄNG
OCH FÅ UPP TILL 70% RABATT

Läs mer

Scanna QR-koden

Nu kan du växla in dina Coop-poäng till rabatt på exklusiva köksredskap från KitchenAid. Aktivera rabatten i Poängshoppen via appen, Medlemspunkten eller på coop.se. Innan du gör det, försäkra dig om att just den vara du valt finns i din butik. Njut av varje stund i köket.

Kampanjen gäller på Stora Coop och pågår från 18 oktober 2021 till 2 januari 2022. Med reservation för slutförsäljning. För mer info, se coop.se/kitchenaid

FÖR DIG SOM ÄR MEDLEM coop

KAVIARGRÄDDE
Vispa 1 dl vispgrädde och blanda med ½ dl finhackad gul lök och ½ dl kaviar.

SNABBASTE JULBORDET

Det är inte alltid tiden räcker till. Så därför har vi ändrat på det. Från och med nu hinner alla få till ett eget komplett och vackert julbord... i sista minuten.

Romsill med dill

10 min

6 bufféportioner

1 frp 5-min sill (420 g)
2 dl crème fraiche
1 frp röd rom (80 g)
1 dl hackad dill

Skär sillen i 2 cm breda bitar. Blanda med crème fraiche, rom och dill.

Srirachasill

10 min

6 bufféportioner

1 frp 5-min sill (420 g)
2 dl srirachamajonnäs
3 salladslökar, tunt skivade

Skär sillen i 2 cm breda bitar. Blanda med srirachamajonnäs och lök.

Hovmästarsill

10 min

6 bufféportioner

1 frp 5-min sill (420 g)
1 frp hovmästarsås (200 g)

Skär sillen i 2 cm breda bitar. Blanda med hovmästarsåsen.

25 min Julskinka med senapskräm

6 bufféportioner Ugn: 150°

1 dl cream cheese
1 dl crème fraiche
3 msk grovkornig svensk senap
200 g skivad julskinka
1 dl picklad rödlök

Grönkålschips:
100 g grönkål
1 msk olivolja
½ tsk salt

Ansa och bryt grönkålen i mindre bitar. Vänd runt med olja och salt på en plåt med bakplåtspapper. Rosta mitt i ugnen ca 15 min.

Rör ihop cream cheese, crème fraiche och senap. Lägg upp skinkan på ett serveringsfat. Toppa med picklad rödlök och grönkålschips. Klicka ut senapskrämen ovanpå eller servera den bredvid.

10 min Köttbullar med kryddpeppar

6 bufféportioner

50 g smör
500 g köttbullar
2 tsk kryddpepparkorn, mortlade

Hetta upp smöret i en stekpanna tills det blir gyllenbrunt. Tillsätt köttbullar och kryddpeppar i pannan och stek tills köttbullarna har fin färg.

45 min Smashed potatoes med smak av Jansson

6 bufféportioner Ugn: 225°

1 kg potatis
2 msk neutral olja
2 tsk flingsalt
2 gula lökar, skivade
1 msk smör
1 msk strösocker
1 frp ansjovis (55 g)
50 g smör
ev salvia, till garnering

Koka potatisen nästan helt mjuk. Lägg på en plåt med bakplåtspapper och tryck till varje potatis med t ex en stekspade så att den krossas något. Ringla över olja och strö över salt. Rosta högt upp i ugnen tills den får färg, ca 15 min.

Stek löken i smör tills den mjuknar, strö över socker och stek tills löken är gyllenbrun.

Finhacka ansjovisen, spara spadet från burken. Smält smöret i en kastrull och bryn under omrörning tills smöret blir gyllene och doftar nötigt. Blanda ner ansjovis och ansjovisspad.

Lägg potatisen på ett serveringsfat, ringla över smör, toppa med lök och ev salvia.

30 min Julrevben

6 bufféportioner

500 g tillagade revbensspjäll

Julmustglaze:
2 dl julmust
2 msk sirap
1 ½ msk vinäger
½ msk kinesisk soja
½ tsk chiliflakes
½ tsk torkad ingefära
1 kanelstång

Häll julmusten i en kastrull och tillsätt sirap, vinäger, soja och kryddor. Låt koka tills ca hälften återstår. Låt svalna. Värm revbensspjällen enligt anvisningarna på förpackningen. Pensla glazen på revbenen vid servering.

SARA TIPSAR!
Späd glazen med vatten om den blir för tjock!

Grillvante

Kökshandduk

Byt ut och häng upp nya fina julhanddukar.

Bordstabletter

Ljusstake Ada, finns även i vitt och grått.

Pappersstjärna, 60 cm.

Flaskor med sugrör.

MER JUL hos Coop

Skapa julstämning snabbt! Allt du behöver finns i våra butiker.

Små tomtar för både stora och små.

Lys upp i vinterrutten med stämningsfulla lyktor och ljusstakar.

Ju fler ljus desto mer jul.

Mjuka kuddar för en skönare jul.

Alla produkter finns att köpa på utvalda Stora Coop och Coop-butiker. Lokala avvikelser i sortimentet kan förekomma.

WIENERKORV

–”Det finns inget godare ljud än knäppet från första tuggan”

ITALIENSK KORVKLÄMMA

av Ernst Kirchsteiger

Inköpslista

Ernst Wienerkorv, 4 st
Mjuka tunnbröd, 4 st
Romansalladsblad, 4 st

Ugnsrostad potatis

Potatis, 8 st medelstora
Färsk rosmarin, ett knippe
Olivolja, 2 msk
Flingsalt

Salsa

Tomater, 4 st
Rödlök, 1 st liten
Honung, 1 msk
Olivolja, 2 msk
Vitlök, 1 klyfta
Salt och peppar
Färsk timjan

Gör så här

Klyfta potatisen med skalet kvar och lägg i en ugnsfast form. Ringla över olivolja. Repa ett par kvistar rosmarin, strö över flingsalt och blanda. Ugnsbaka potatisen i 200° i ca 25 minuter tills den har fin färg och är mjuk. Krossa potatisen med en gaffel.

Dela tomaterna och ta ur kärnorna. Finhacka tomaterna och rödlöken och lägg i en skål. Tillsätt honung, olivolja, färsk timjan och pressad vitlök. Blanda väl och smaka av med salt och peppar.

Dela Wienerkorven på längden och stek eller grilla den några minuter på var sida.

Lägg ett salladsblad på varje tunnbröd, fördela krossad potatis, tomatsalsa samt Wienerkorv och rulla samman. Njut!

Ta hand om alla rester och omvandla dem till nya goda rätter. Gott, smart och hållbart.

HELRÄTT MED RESTER

40 min Bolognese på julskinka

4 portioner

500 g julskinka
1 msk olivolja
1 gul lök, hackad
2 msk tomatpuré
2 tomater, tärnade
1 frp krossade tomater (400 g)
1 köttbuljongtärning
½ msk strösocker
1 msk torkad salvia
2 tsk fänkålsfrö
1 tsk salt

Till servering:
pasta
riven parmesan

Hacka skinkan fint. Hetta upp olja i en gryta och stek löken tills den är mjuk. Tillsätt skinka och tomatpuré och stek ytterligare ett par min. Tillsätt färska och krossade tomater, buljong, socker, salvia, fänkålsfrö och salt. Låt sjuda ca 20 min. Servera med pasta och riven parmesan.

40 min Risotto Milanese på julens rester

4 portioner

1 liter vatten
2 grönsaksbuljongtärningar
1 gul lök, finhackad
1 msk olivolja
4 dl grötris
3 dl vitt vin
1 frp saffran (½ g)
½ tsk salt
½ tsk grovmalen svartpeppar
1 msk smör
2 dl finriven parmesan

Till servering:
grönkålschips
rostade nötter

Koka upp vatten och buljongtärningar i en kastrull och låt sjuda. Stek löken i olja tills den mjuknar. Tillsätt riset och stek ytterligare några min. Häll i vinet och låt det koka in något.

Tillsätt saffranet. Häll i buljongen lite i taget och fyll på varefter det kokar in. Låt riset småkoka 20–25 min. Riset ska vara mjukt med en fast kärna när det är klart. Ta risotton från värmen och rör ner smör och parmesan. Toppa risotton med grönkålschips och nötter vid servering.

SÄTT LITE GULDKANT PÅ HELGERNA ELLER VARDAGEN

Coop Gourmets utsökta sortiment har nu utökats med ännu fler delikatesser från hela världen. Ett utmärkt val när du vill unna dig något extra gott. Perfekt till glöggminglet, nyårsfesten och som gå bort-present. Eller när du bara vill sätta lite guldkant på en helt vanlig tisdag.

coop

SARA TIPSAR!
Perfekt fingermat. Låt alla bryta en gren direkt från skärbrädan.

Fira GRÖNT

Vintergrönsaker som kål och betor passar ljuvligt bra på julbordet.

Grönkålspaj med ädelost

45 min

6 bufféportioner Ugn: 200°

1 gul lök, finhackad
1 msk smör
100 g grönkål, strimlad
150 g ädelost
1 dl valnötter, hackade
1 dl crème fraiche
½ tsk salt
½ tsk grovmalen svartpeppar
2 frp kyld smördeg (à 265 g)
1 ägg, till pensling

Stek löken i smör tills den är mjuk. Tillsätt grönkålen och stek tills den mjuknat. Bryt osten i bitar. Blanda ost, valnötter, crème fraiche, salt och peppar med grönkålen.

Skär smördegsarken till formen av två granar.

Fördela fyllningen på den ena smördegsgranen och lägg den andra ovanpå. Skär remsor längs med sidorna av granen som grenar, och tvinna dem. Vispa lätt upp ägget och pensla pajen. Grädda mitt i ugnen till fin färg, ca 25 min.

Stekt brysselkål med ingefära och chili

15 min

6 bufféportioner

500 g brysselkål
2 msk smör

Dressing:
1 dl japansk soja
1 röd chili, finhackad
2 msk finriven ingefära
1 msk flytande honung
1 tsk ättiksprit (12%)

Ansa och halvera brysselkålen. Stek den i smör tills den mjuknar och får färg. Blanda soja, chili, ingefära, honung och ättika. Servera brysselkålen med dressingen.

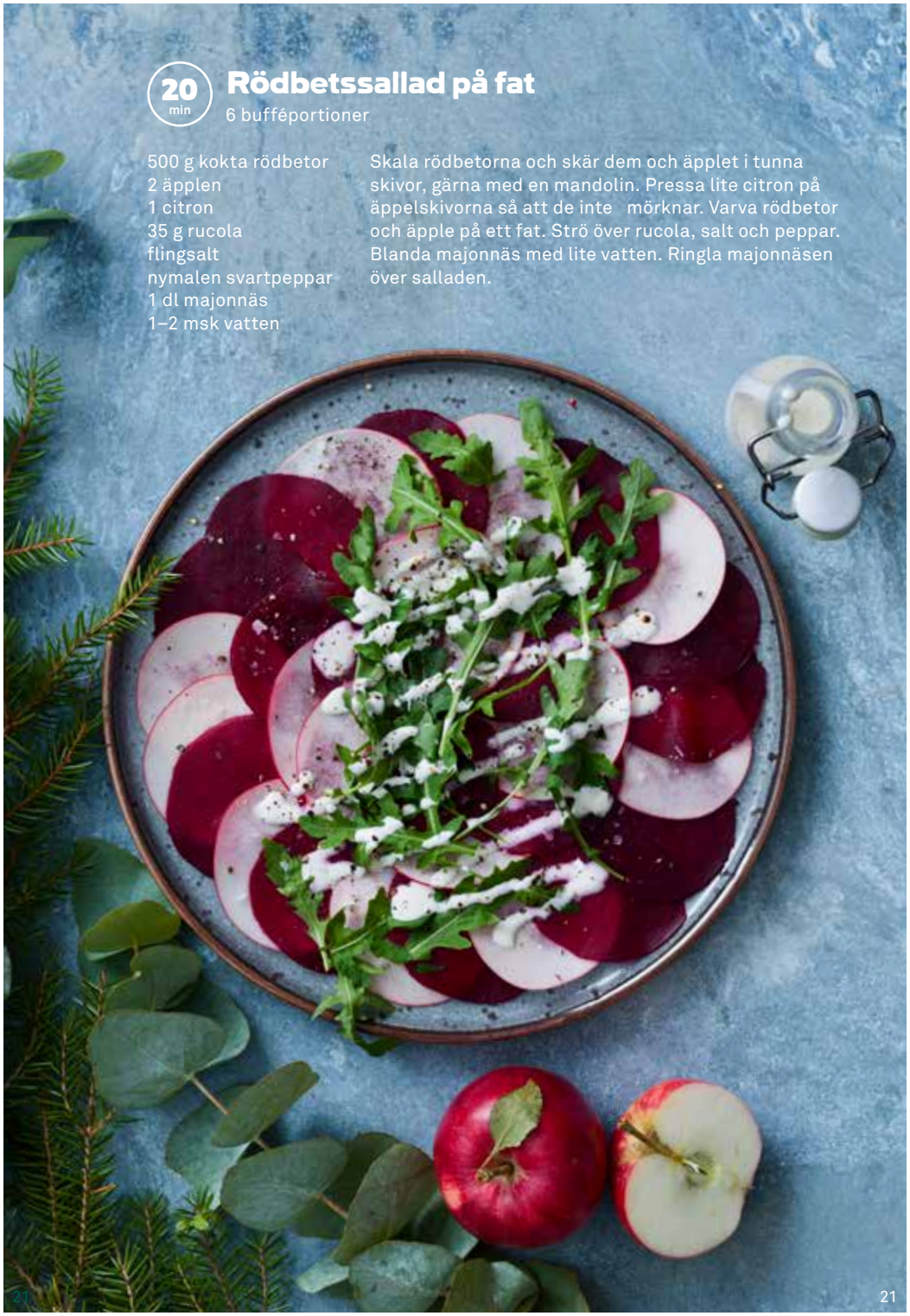
Rödbetssallad på fat

20 min

6 bufféportioner

500 g kokta rödbetor
2 äpplen
1 citron
35 g rucola
flingsalt
nymalen svartpeppar
1 dl majonnäs
1–2 msk vatten

Skala rödbetorna och skär dem och äpplet i tunna skivor, gärna med en mandolin. Pressa lite citron på äppelskivorna så att de inte mörknar. Varva rödbetor och äpple på ett fat. Strö över rucola, salt och peppar. Blanda majonnäs med lite vatten. Ringla majonnäsen över salladen.



Julens sötaste

Vad vore väl julen utan något sött? Möjligen aningens lite nyttigare men förmodligen inte alls lika oemotståndligt kul och god.

Pepparkaksbollar

20 min

20 stycken

200 g mandelmassa
100 g rumsvarmt smör
1 msk pepparkakskrydda
1 krm salt
½ apelsin, finrivet skal och pressad saft
2 dl kokosflingor, eller
100 g mörk choklad

Grovriv mandelmassan och blanda med smör, pepparkakskrydda, salt, apelsinskal (endast det gula) och apelsinsaft till en smet. Rulla smeten till bollar och rulla bollarna i kokos eller smält choklad. Förvara i kylen.

40 min Knäckklubbor

25–30 stycken Tid: 40 min + tid att stelna

1 dl strösocker
1 dl ljus sirap
1 dl vispgrädde
25 g smör
2 krm salt
träpinnar
200 g mjölkchoklad

Koka socker, sirap och grädde till 125°. Blanda i smör och salt. Klicka ut smeten på ett bakplåtspapper och lägg en pinne på varje klick. Låt stelna helt i kylen.

Smält chokladen över vattenbad. Pensla klubborna med choklad eller doppa dem i den. Lägg på bakplåtspapper och låt stelna. Förvara i kylen.

SARA TIPSAR! Använd din favoritchoklad för att doppa och ringla.

KÖKSSKOLAN

Så gör du egna

KRISTYRÄNGLAR

Av alla jylpynt man kan tänka sig är väl kristyränglar bland de mest klassiska och söta. Och de är lika enkla som roliga att göra.

1 Du behöver 1 äggvita, 4 dl florsocker, ½ tsk ättiksprit (12%), bokmärken med ängelmotiv och snöre.

2 Vispa ihop äggvita, florsocker och ättiksprit med elvisp till en jämn smet. Häll smeten i en spritspåse med tyll.

3 Spritsa ut lite kristyr på bakplåtspapper och tryck dit ett snöre. Spritsa en krans ovanpå och lägg dit bokmärken. Låt stelna.

Skumtomtepannacotta

15 min

4 portioner Tid: 15 min + tid att stelna

8 skumtomtar (80 g)
+ extra till garnering
3 dl vispgrädde
ev ½ tsk röd hushållsfärg

Skär skumtomtarna i bitar. Koka upp grädden och smält skumtomtarna i den under omrörning. Rör ev i hushållsfärgen. Häll upp i fyra glas och låt stelna i kylen minst 2 tim. Toppa pannacottan med en skumtomte vid servering.

SARA TIPSAR!
Den ultimata desserten för alla skumtomte-älskare.

EN SMAK AV PRAG

Varje Staropramen bryggs på malt, humle,
jäst och vatten, men rymmer mycket mer än så.
Allt serverat med en perfekt skumkrona.

Staropramen.se Distribueras av Carlsberg Sverige AB. Staropramen Non Alcoholic.
Art nr: 1930. Konsumentservice 020-78 80 20 www.carlsbergsverige.se

GREENLINE PRINT.COM

MILJÖMÄRKT
5041 0787 Kroonpress

Lokala avvikelser i sortimentet kan förekomma. Har du frågor kring broschyren är du välkommen att ringa Coop kundservice på telefon 0771–17 17 17 vardagar 8–18. www.coop.se

coop