

coop

Mer Smak

Matglädje som ger eko!

**ÄDELOST-
PAJ MED
GRÖNKÅL**
& valnötter

Ny på
julbordet!

Saffranskrans
med pistasch & vit
choklad, sid 9.

★
Massor av
godsaker till
lussefikat ★
★



Sommelier Ulrika Brydning

**FIXA
BÄSTA
NYÅRS-
MENYN!**

+ matchande dryck

Baka till
JUL & ADVENT

Kom i julstämning med: Godiskakor ★ Mördegstjärnor ★ Julig tiramisu...



ÄNNU MER JULSTÄMNING!

Julgodis eller mingelplock till glöggfesten?
På coop.se hittar du ännu fler recept till
jul och advent. Där hittar du även alla
goda recept i det här numret.



Sara Begner
är matkreatör
och chef för
Coop Provkök.

FOTO: ANNA-LENA AHLSTRÖM

NU ÄR DET JUL I VÅRT HUS!

VISST ÄR DET maten och dofterna som gör julen? Vi har hur som helst gjort allt vi kan för att skapa julkänsla, för i vårt stora juljobb finns ALLT det klassiska som du längtar efter, men i en ny presentation och med en tanke bakom varje recept. Här finns Jansson, köttbullar och spjäll. Liksom ett enkelt vörtbröd och en tiramisu som smakar pepparkaka. Ägghalvan är inte glömd, men den ligger i en len grönkåls-soppa. Allt du önskar kan du få, helt enkelt.

DOFTEN AV NYBAKAT ger en hint om julen redan till första advent. Vårt stora julbak är lekfullt och så himla gott! Det är Malin Landqvist som har tolkat julens godaste mjuka och hårda kakor, och naturligtvis det mumsigaste av allt: saffransbrödet.

TILL NYÅR DRICKER jag bubbel till hela menyn: Finbubblen tidigt på kvällen och

sedan avslutar jag med alkoholfritt vid tolvslaget. Och på tal om bubbel: min kollega, Ronnie Wängdahl på konsumentföreningen Väst, tipsar om en sprudlande fräsch drink med sorbet och bubbel som lyxar till livet, se sid 50. Den ska jag bjuda på till jul eller nyår. Jag önskar er alla en riktigt fin jul!



Varsagod!

Följ Coop på Instagram!



På Coops instagram hittar du filmer på många av godsakerna i Mer Smak. Sök på @coopsverige. Om du hellre läser tidningen digitalt finns Mer Smak på Readly och Coop.se.

Ekologiskt i Mer Smak

En klöver framför en ingrediens i våra recept betyder att den finns som eko i din butik.

Alla recept provlagas

Alla recept i Mer Smak är provlagade. Du kan tryggt kasta dig över dem och vara säker på att mått, ingredienser och tider stämmer! (När vi provlagat använder vi vanlig ugn, inte varmluft.)

NYTT
på hyllan



LADDA BRÖDROSTEN med en riktigt god nyhet, Coops ekologiska Toast. Brödet är KRAV- och Från Sverige-märkt. Dessutom är det såklart gott nyrostat med lite smör och ost – eller med Skagenröra till nyår. Cirkapris: 23 kr.

Innehåll

9
vegorecept
i nr 7*

Tips & trix.....	5
Baka till advent.....	6
Mathjälten..... Camilla Hamid	13
Plock.....	14
Stora julbordet.....	16
Matcha mat & vin!.....	26
Pasta.....	32

Medlemssidorna.....	37
Helg: Den gröna julen.....	41
Barnens kockskola..... Smashed burger	47
Saras söta..... Nyårsdessert med äpple	50

14

Så får du julstämning
i varje vrå.



* Och flera av de andra recepten kan du lätt göra vegetariska.

“Kan mina barn få sämre syn av för mycket skärmtid?”

Allt mer tid framför olika skärmar gör att närsynthet hos både barn och vuxna ökar. Men visste du att närsynthet hos barn kan bromsas med hjälp av speciallinser? Få svar på alla dina frågor om ögonhälsa hos våra optiker. Välkommen in till oss på Synoptik så hjälper vi dig och ditt barn.

Synoptik

Experter på optik sedan 1931



Coop-medlemmar får 25% rabatt på ett helt köp samt på abonnemang och rabatten gäller tills vidare. Rabatten kan kombineras med värdebevis i poängshoppen vid köp av kompletta glasögon och slipade solglasögon. Kan ej kombineras med andra erbjudanden. Läs mer på www.coop.se/synoptik

Det finns en must för alla smaker



Apotekarnes

Lokala avvikelser
kan förekomma

CHRISTINA DREJENSTAM/AGENT MOLLY & CO



PEPPAR- KAKOR

Bästa juldoften och godaste advents-
kakan. Låt köket blir lite mjöligt och
rörigt – att baka är en del av julstöket!

Present i advent

Gör i ordning ett litet **paket med en peppar-
kaksdeg** (köpt eller hemgjord) och några nya
glimmande pepparkaksformar, kanske i någon
ny form, och slå in i cellofan med ett vackert
band. Klappat och klart!

Tips & trix

HUSMORSTIPS FÖR MODERNA KÖK

FRÅGA OM HÅLLBARHET



Mejla din fråga
om hållbarhet
till Mattis på
info@coop.se.

Bordsplacering

Baka pepparkakor i olika former och **skriv
gästernas namn med kristyr på dem.**
Lika fint som roligt. Man kan äta sin kaka
till kaffet efter middagen!

Fönsterprydnad

Baka **stora pepparkakshjärtan**, men kom
ihåg att göra ett hål i varje före gräddning,
där du kan trä igenom ett rött sidenband
när de svalnat helt och blivit hårda. **Jättefint
i köksfönstret eller istället för dörrkrans.**

Enkel julstämning

Pepparkaksdoften i sig är den bästa julstäm-
ning man kan tänka sig. Om det känns över-
mäktigt att ta ut figurer kan du ta en köpe-
deg och knåda in lite mandelflagor och sedan
forma till en kvadrat. **Hyvla tunna kakor** som
du fördelar på plåtar och gräddar. Håll koll
så att de inte blir brända! Supergoda, och
sprider juldof i hela huset.

”Innehåller peppar- kakorna palmolja?”

Hej! Idag skulle jag köpa Änglamark
pepparkakor. Jag blev lite undrande
när jag tittade på innehållsförteck-
ningen. Min fråga är: Vad är palmfett?

Mvh, Anonym

Palmfett är en fast form av fett från
oljepalmen. I Änglamark pepparkakor
ingår detta eftersom man behöver ett
fast fett som inte bidrar med allerge-
ner (som smör) och som är ekologiskt
(vilket inte margarin kan vara).

Allt fett från oljepalm i Coops
varor är RSPO-certifierat*. Genom att
välja certifierad olja stöttar vi arbetet
för mer hållbara oljepalmsodlingar
som inte bidrar till avskogning eller
exploatering av arbetskraft. Fettet i
Änglamarks pepparkakor kommer från
odlingar som både är ekologiska och
certifierade enligt RSPO:s högsta nivå
där man kan spåra palmfettet ända till
odlingen.

Om du inte vill köpa pepparkakor
med palmolja finns Coop pepparkakor
som istället innehåller sheasmör
och kokosolja.

Vänliga hälsningar, Mattis

Mattis Bergquist,
Hållbarhetschef Coop.



Gör dina egna kristyränglar (8 stycken)



1 Vispa ihop 1 äggvita,
4 dl florsocker och
½ tsk ättikspit (12%)
med elvisp till en jämn
smet.



2 Håll smeten i en
spritpåse med tyll.
Spritsa ut lite kristyr
på bakplåtspapper och
tryck dit ett snöre.



3 Spritsa en krans
ovanpå och lägg dit
bokmärken. Låt stelna.

FOTO: FABIAN BJÖRNSTJERNA

Malins
bästa

Baka till ADVENT!

Mumsigt mjuk saffranskrans till Lucia,
fyllda havreformar till julaften och kakor
till advent – HÄR FINNS ALLA GOD-
SAKER FÖR JULENS HELGER.

RECEPT & STYLING: MALIN LANDQVIST
FOTO: EVA HILDÉN

CHOKLADKAKOR MED POLKAGRISAR

TID: 25 MIN UGN: 200°

Huur goda som helst, med
mint som möter mörk choklad.

16 STYCKEN

- 100 g polkagrisar
- 250 g mörk choklad
- 50 g rumsvarmt smör
- 1 ½ dl strösocker
- 2 ägg
- 1 dl Maizena majsstärkelse
- 1 tsk bakpulver
- ½ tsk salt

TILL GARNERING

- ca 100 g vit choklad

GÖR SÅ HÄR

- Sätt ugnen på 200°. Krossa polkagrisarna till grova smulor. Smält chokladen och ställ åt sidan att svalna. Vispa smör och socker riktigt luftigt i 2–3 min.
- Rör i äggen, ett i taget. Blanda majsstärkelsen med bakpulver och salt. Rör ner det i smörvispet och rör sist i den smälta chokladen. Rör ner ca 2/3 av polkahacket.
- Klicka ut ca 16 klickar glest på plåtar klädda med bakplåts-papper. Forma dem försiktigt så runda som möjligt med hjälp av två skedar. Grädda i mitten av ugnen ca 8 min. Låt svalna på plåten.
- Smält den vita chokladen och rippla över kakorna. Strö över lite polkahack. Låt stelna.

TARTELETTER MED SAFFRANSFYLNING

TID: 45 MIN UGN: 200°

Trevliga små bakelser att
bjuda till kaffet på julaften!

10–15 STYCKEN

- 150 g smör + lite extra till formarna
- 2 dl havregryn
- 2 dl vetemjöl
- ½ dl strösocker
- 1 krm salt

FYLNING

- ½ frp saffran (0,25 g)
- ½ citron, finrivet skal (endast det gula)

- 2 tsk pressad citronsaft
- 200 g färskost naturell
- 2 dl vispgrädde
- 3 msk florsocker
- 1 krm äkta vaniljpulver

TOPPING

- 2 apelsiner, skalade med kniv
- 1–2 passionsfrukter

GÖR SÅ HÄR

- Sätt ugnen på 200°. Smält smöret i en kastrull. Pensla formarna med smält smör. Rör ner alla ingredienser till pajdegen i resten av smöret i kastrullen

Om du inte har tartelettformar
kan du använda mazarinformar
i folie, då blir det några fler.

Tips!
Bottnarna
kan göras
flera dagar
i förväg –
förvara i tät
burk.

JULKAKOR MED KANEL & KARDEMUMMA

TID: 45 MIN UGN: 175°
Lätta, luftiga mördegskakor med härlig smak av julens favoritkryddor.

CA 50 KAKOR

- 200 g smör
- 2 dl strösocker
- 1 äggula
- ½ tsk bakpulver
- 1 tsk vaniljsocker
- 5 dl vetemjöl
- 1 krm salt
- 2 msk iskallt vatten

TOPPING

- 1 äggvita
- ½ dl strösocker
- 1 msk malen kanel
- 1 tsk kardemumma-kärnor, mortlade

GÖR SÅ HÄR

- Vispa ihop alla ingredienser med elvisp eller kör dem i en matberedare. Låt vila kallt 30 min. Sätt ugnen på 175°. Kavla ut degen på mjölad arbetsbänk, 3–4 mm tjock. Stansa ut stjärnor, eller valfria figurer.
- Lägg på plåtar klädda med bakplåtspapper. Grädda i mitten av ugnen 6–8 min, tills de just börjar få lite färg. Låt svalna.
- Vispa upp äggvitan med en gaffel. Blanda socker och kryddor på en tallrik. Pensla kakorna tunt med äggvita och doppa dem försiktigt i kryddsockret.

Kaktips

Degen kan vispas ihop med elvisp, då behöver smöret vara lite mjukare, eller så kör man ihop degen i en matberedare, då är det bra om smöret är kallt. Ju kallare smör desto sprödare kakor.

MER SMÅK NR 7 2022

SAFFRANSKRANSAR MED PISTASCH & VIT CHOKLAD

TID: 1 TIMME + 1 TIMME & 15 MIN
ATT JÄSA UGN: 200°

Ljuvligt goda, med en smidig deg som även funkar till lussekatter.

2 STORA eller 4 MINDRE KRANSAR

- 2 frp saffran (1 g)
- 1 dl + 2 msk strösocker
- 175 g smör, rumsvarmt
- 1 paket jäst (50 g)
- 1 dl vit sirap
- 5 dl mjölk, fingervarm (37°)
- 1 ägg
- 1 tsk salt
- 17–18 dl vetemjöl
- 1 uppvispat ägg, till pensling
- pärsocker, till garnering

FYLLNING

- 150 g vit choklad
- 150 g hackade pistaschnötter + extra till garnering
- 200 g smör, rumsvarmt

Det går även bra att göra fyra mindre kransar. Dela då degen i fyra bitar. Grädda i 225° mitt i ugnen 10–15 min. Eller forma lussekatter i valfri storlek!

PEPPARKAKSRUTOR MED SKUMTOMTEFLUFF

TID: 1 TIMME + TID I UGN + 8 TIMMAR UGN: 200°
Roliga! Och väldigt goda. Blir en snackis på glöggfesten.

CA 18 STYCKEN

- 200 g smör
- 2 påsar pepparkakskryddor (à 18 g)
- 1 tsk vaniljsocker
- 4 dl gräddfil
- 1 dl apelsinmarmelad
- 4 ägg
- 4 dl råsocker
- 6 dl vetemjöl
- 3 tsk bakpulver

TOMTEFLUFF

- 3 dl vispgrädd
- 2 påsar skumtomtar (à 100 g) ev röd hushållsfärg

GÖR SÅ HÄR

- Tomtefluff: Halvera skumtomtarna och spara huvudena till garnering. Klipp resten i små bitar.

- Koka upp grädden. Dra åt sidan och rör ner de små bitarna skumtomtar. Rör tills de smält. Täck och låt vila kallt minst 8 timmar.
- Pepparkaka: Sätt ugnen på 200°. Tryck ner ett bakplåtspapper i en ugnssäker form, 20x30 cm. Smält smöret och dra kastrullen från värmen. Rör ner kryddor, vaniljsocker, gräddfil och marmelad.
- Vispa ägg och socker riktigt luftigt flera minuter. Rör ner det i smörblandningen med mjölet blandat med bakpulver. Rör försiktigt ihop till en jämn, slät smet.
- Häll upp i formen. Tillaga i mitten av ugnen ca 30 min. Prova med sticka. Låt kallna.
- Vispa tomtfluffet luftigt med elvisp ca 1 minut. Lägg i en spritspåse. Droppa ev ner någon droppe hushållsfärg på spritsens sidor (om du vill ha lite röda stråk i fluffet).
- Skär pepparkakan i rutor. Spritsa på tomtfluff och tryck ner de halva tomtarna i fluffet.

GÖR SÅ HÄR

- Stöt saffranet med 2 msk socker i en mortel. Rör ihop smöret med saffranssocker, strösocker, jäst och sirap i en bunke till en luftig blandning, gärna i degmaskin.
- Tillsätt mjölk, ägg, salt och det mesta av mjölet. Arbeta den ganska lösa degen ordentligt ca 10 min. Låt jäsa under bakduk till dubbel storlek, ca 45 min.
- Mixa ihop choklad, nötter och smör till en krämig fyllning. Halvera degen. Kavla ut en degbit i taget till en rektangel. Bred på hälften av fyllningen och rulla ihop från långsidan. Halvera den på längden och tvinna till en stor krans direkt på bakplåtspappersklädd plåt. Gör samma sak med den andra biten. Låt jäsa under bakduk ca 30 min.
- Sätt ugnen på 200°. Pensla kransarna med uppvispat ägg. Strö över pärsocker och extra pistaschhack. Grädda i nedre delen av ugnen 15–20 min. Låt svalna på plåten under bakduk.

Pudra ev med florsocker.

BISKVITÄRTA MED CHOKLADTRYFFELCRÈME

TID: 30 MIN + GRÄDDNING 

+ TID ATT STELNA UGN: 175°

Tryffeltoppingen är jättegod till den knapriga mandelbotten.

CA 12 BITAR

400 g mandelmassa

✿ 2 dl strösocker

✿ 4 äggvitor

TRYFFELCRÈME

✿ 200 g mörk choklad

✿ 100 g mjölkchoklad

✿ 3 dl vispgrädde

✿ 1 tsk vaniljsocker

1 msk svartvinbärs- eller hallonlikör

GARNERING

kärnor av ½–1 granatäpple

✿ 50 g mandelspån, torrostade

✿ kakao

GÖR SÅ HÄR

1. Tryffelcrème: Bryt chokladen i små bitar och lägg i en skål. Koka upp grädde och vaniljsocker.

Håll över chokladen och rör slät. Smaksätt med likör. Täck och låt stå i kylskåp tills den stelnat till bredbar konsistens.

2. Sätt ugnen på 175°. Riv mandelmassan fint. Tillsätt äggvita och socker, vispa ihop snabbt med elvisp. Bred ut till en rundel, ca 25 cm i diameter på en plåt klädd med bakplåtspapper.

3. Grädda mitt i ugnen 15–20 min, tills den har fått fin färg. Låt kalla helt. Bred på tryffelcrèmen och låt stå kallt ca 1 timme innan servering. Strö över granatäpple och mandelspån vid servering. Pudra även lätt med kakao.

Variera med
... att byta ut likören
mot cointreau och toppa
med skivad apelsin.
Eller byt ut likören mot
hallonsaft.

Tips!
Förbereds
med fördel en
dag i förväg.

MER SMÅK NR 7 2022

10



**20% medlemsrabatt på
fotoprodukter hos CEWE**

Använd dina bilder och skapa
personliga julklappar

coop.se/cewe

min
cewe fotobok

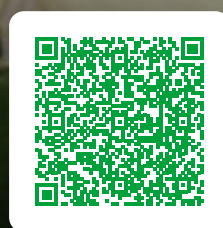
SNABBASTE VÄGEN TILL NÄSTA VÄRDECHECK PÅ MAT

Samla värdefulla poäng ännu snabbare med Coop Mastercard och få poäng på alla köp du gör både i vardagen och på resan. Kortet ger dig **0,5 poäng per krona på allt du handlar både på och utanför Coop**, det enda Coop-kortet du behöver helt enkelt. Dina insamlade poäng kan du sedan omvandla till värdecheckar på mat, nya äventyr och shopping.

Läs mer och ansök på coop.se/CoopMC



- ✓ Poäng på allt du handlar – överallt!
- ✓ Kompletterande reseförsäkring
- ✓ Flexibla betalningar
- ✓ Välj själv hur du vill använda dina poäng



Effektiv ränta är 18,40 % vid betalning med e-faktura (22,09 % med pappersfaktura) vid en nyttjad kredit på 20 000 kr (2022-11-01). *Erbjudandet om 10 000 bonuspoäng gäller t.o.m 31 december 2022 vid godkänd ansökan och är värt ca 100 kr.

Vem: Camilla Hamid, en av Sveriges främsta bakningsprofiler. Hennes förra bok, Kaka på Kaka, blev Sveriges mest sålda kokbok 2021.
Aktuell med: Boken "Bullar, bröd och brunch", och medverkan i flera olika teveprogram.

Mathjälten: Camilla Hamid

"Bakningen var som terapi för mig!"

För den framgångsrika kokboks-fattaren började bakningen som terapi. Nu drivs hon av att få fler att njuta av nybakat bröd – och att känna sig inkluderade.

CAMILLA HAMID HAR tidigare berättat om sin uppväxt på Södermalm i Stockholm, med en ensamstående mamma som fick kämpa för att få maten att räcka till alla fyra barn. Hon fick tidigt hjälpa till med både blöjbyten och flaskmatning när mamman jobbade. Skoltiden var tuff och hon utvecklade en ätstörning. Hon kommer från en kultur där man sällan går i terapi, men hon valde att ta hjälp, för kommande generationer. Bakningen blev senare också en form av terapi och var faktiskt en del av vägen till ett friskt liv.

Som vuxen började hon arbeta som hemkunskapslärare och drev en bakblogg och ett instagramkonto som hobby. Och där någonstans vände allting. Hon hade varit osäker på om hon skulle visa sitt ansikte, eftersom hon trodde att ingen skulle vilja följa henne om de såg hennes slöja. Men till slut vågade hon, och ju fler följare hon fick, desto starkare blev hennes övertygelse om att våga vara den hon är och hur viktigt det är med inkludering och representation.

Camilla är en stor inspiratör via sina digitala plattformar och breddar bilden av vem som kan vara en bakbloggare och inspiratör. När hon delar recept på bröd får hon en oerhört stor respons.

– Ett nybakat, fortfarande lite varmt, bröd med smör på är en av de saker i livet som gör mig helt varm och lycklig inombords. ♥

Text: Anna Gidgård

FOTO: ULRIKA POUSSETTE

MER SMAK NR 7 2022

SEGREDOS DE SÃO MIGUEL ORGANIC 2021

POPULÄRT FRÅN PORTUGAL!

Charmig frukt, färska örter, pigga tanniner och en härlig energi.
Ett riktigt gott ekologiskt vin helt enkelt.

ART NR 2603 ALK 14% **95:–**

ETT HÅLLBART VAL!

Segredos är miljöcertifierad och godkänd i Systembolagets analys av arbetsvillkor i odling och produktion samt har en förpackning med lägre klimatavtryck!



EKO

Alkohol är beroende-framkallande

VI GILLAR / Julen!



Knäckande
Klassisk nötknäppare i "guld", 49,90 kr.

Pappersstjärna
Låt det lysa i ditt fönster, 45 cm i diameter. 99 kr.

Tomteluva
Så fint pynt! Tomte, 12 cm, 39,95 kr.



Fina!
Låt pepparkakorna få ny form, 39,90 kr/2-pack.



Kolla in Coop Hemma på Instagram för mer inspiration.

Julstämning

Skapa en strålande jul med glittrande guld och silver.



Gullig!
Tomteljdsstake, 79 kr.

Nissar
Skål med tomenissar, 48 cl. 49,95 kr.



Guldig
Guldig krans för fönstret, 17 cm i diameter 59,95 kr.



Värmande

Len filt till soffmyset, 179 kr.



Hoho!
Kakburkar i olika färger och former, från 39,90 kr.



Amaryllis
Sidenblomma. Finns även röd, 79 kr.



Glögg-gran
I skålarna samsas russin och mandlar. Eller något annat gott. 169 kr.

(PRODUKTERNA FINNS PÅ STORA COOP. SORTIMENTET KAN VARIERA MELLAN BUTIKERNA.)

Mer Smak i samarbete med GØL

DUKA UPP TILL ADVENTS-MINGEL

Servera några enkla snittar och tilltugg som smakar rik kontrast till det söta på glöggminglet. Duka upp fina brickor och skärbrädor med några av salami-snacksen nedan, och komplettera med till exempel oliver, kex, grönsaker, saltorkade tomat, druvor och ost. Det ska vara enkelt att bjuda!



Bjudbricka

Uppdaterad klassiker: Fördela pepparkakor på ett fat. Bred på ädelost och toppa med salami-chips.

Salamíros: Få en festlig twist på ditt glöggmingel med skivad salami som du snurrar ihop som en ros. Du kan även trädem på tandpetare och fylla på med goda ostkuber.

Ädelostsnittar: Skär grovt bröd i snittar. Lägg på salami och färskost/ädelost. För julsmaak: krossa pepparkakor och strö på.

Salamichips: Lägg tunna salamiskivor på en bakpappersklädd plåt. Sätt in i ugnen, 200°, ca 10 minuter,

Fler recept hittar du på gol.se och på Instagram [@golsverige](https://www.instagram.com/golsverige)

Se film på hur du gör fina salamirosor på [@golsverige](https://www.instagram.com/golsverige) på Instagram.



Salamírullar med ost och örter: Lägg ut salamiskivorna omlott på ett smörpapper. Bred försiktigt på färskost, strö över parmesanost, hackad basilika och finrivet citrusskal. Rulla ihop till en rulle och skär sedan cirka 2 cm tjocka skivor.

Det godaste JULBORDET

HÄR FINNS ALLT DU ÖNSKAR PÅ ETT JULBORD. Det är klassiskt men med den där lilla, lilla smaktouchen som gör att det känns spännande. Så hugg in på sill, köttbullar, skinka och spjäll – men på lite nytt sätt.

RECEPT: SARA BEGNER & ULRICA BRYDLING STYLING: MONICA EISENMAN
FOTO: WOLFGANG KLEINSCHMIDT

Tips!

En genväg är att använda 5-minuters-sill. Då kan den ätas direkt.

Det räcker med en liten extra smaksättning för att få till en succé.

JULSILL MED APELSIN & SVARTPEPPAR

TID: 30 MIN + 1 DYGN 

Apelsinen gör den klassiska inlagda sillen till en hit.

4 PORTIONER

- 1 frp inläggningssill, à 420 g
- ½ dl ättika 12 %
- ✿ 1 dl strösocker
- 2 dl vatten
- ✿ 2 msk koncentrerad apelsinjuice
- ✿ 2 apelsiner, rivet skal
- ✿ 1 tsk svartpeppar, hel
- ✿ 1 rödlök, skivad
- 2 lagerblad
- ✿ 1 röd chili, skivad
- ✿ 10 cm purjolök, skivad

GÖR SÅ HÄR

- Koka upp ättika, socker, vatten, apelsinjuice, skal och svartpeppar. Kyl ner.
- Häll av sillspadet. Skär sillen i bitar. Varva sill, lök, lagerblad, chili och purjolök i en burk, häll på lagen och låt stå minst 1 dygn.

RÖDKÅLSALLAD MED APELSIN

TID: 15 MIN

Kolla smaksättningen!
Apelsin, honung, ingefära...
Och så lite lingon på toppen.
Bästa salladen.

4 PORTIONER

- ✿ 200 g rödkål, strimlad
- ✿ 1 apelsin, saft
- ✿ 1 citron, finrivet skal och saft



Vackra, syrliga och alldeles underbara.

Julköttbullarna är allas favorit.

- ✿ 2 msk flytande honung
 - ✿ 1 msk ingefära, finriven
 - ✿ ½ purjolök
 - ✿ 2 msk lingon
 - ½ tsk salt
 - ✿ 1 krm nymald svartpeppar
- örter eller grönkål/spenat att blanda i vid servering

GÖR SÅ HÄR

- Blanda samman allt utom örter. Vid servering vänd i örter eller blad av grönkål eller spenat.

KLASSISKA KÖTTBULLAR

TID: 30 MIN

Det är faktiskt ansjovisen som gör't! Sälta och umami – check!

4 PORTIONER

- ✿ 500 g blandfärs
- ✿ ½ dl ströbröd
- 2 ansjovisfiléer, hackade
- ✿ 1 gul lök, riven
- ✿ 1 dl mjölk

- ½ tsk nejlika, malen
- 1 tsk salt
- ✿ ½ krm malen svartpeppar
- ✿ smör

GÖR SÅ HÄR

- Blanda ströbröd, ansjovis, lök, mjölk, nejlika, salt och peppar i en bunke. Låt svälla ca 10 min. Tillsätt färs och blanda väl.
- Gör ett stekprov. Rulla köttbullar och stek dem färdiga i smör.

JULSKINKA I GLAS

TID: 20 MIN

Vi ger den mest klassiska av alla klassiska julrätter en ny modern inramning – läckert!

4 PORTIONER eller 6 GLAS

120 g julsinka, strimlad

1 rött äpple, tärnat

1 kvist grönkål, strimlad

1 msk olivolja

1 tsk äppelcidervinäger

2 + 2 msk skånsk senap

4 msk majonnäs

2 skivor vörtbröd, i stavar
salt och peppar

GÖR SÅ HÄR

1. Blanda skinka, äpple, grönkål, olivolja, vinäger

och 2 msk senap. Smaka av med salt och peppar.

2. Blanda majonnäs och 2 msk senap.

3. Lägg vörtbröd på plåt med bakplåtspapper och rosta i ugn.

4. Servera i glas med majonnäs i botten, toppa med salladen och stick i vörtbröd.



Tips!
Gnid ev in köttet med 2 msk neutral olja och 2 msk grillkrydda innan kokningen, för att ge köttet fin färg.

Om det är någon gång man ska äta spjäll är det på julen. De här är så goda!

ÄDELOSTPAJ MED GRÖNKÅL & VALNÖTTER

TID: 45 MIN UGN: 200°

Perfekt smakbrytare till småvarmt.

4 PORTIONER

1 rulle pajdeg

2 dl grönkål, strimlad

125 g ädelost

80 g valnötter

3 ägg

1 dl grädde

2 dl mjölk

½ tsk salt och 1 krm svartpeppar

GÖR SÅ HÄR

1. Rulla ut pajdegen i en form, 22 cm i diameter. Nagga lätt med gaffel och grädda i ugn ca 10 min.

2. Lägg i grönkål, smulad ost och valnötter. Vispa ihop ägg, grädde, mjölk, salt och svartpeppar och häll i formen. Baka i ugn ca 30 min.

LÄTT SOM EN PLÄTT

ENKELT VÖRTBRÖD

TID: 1 ½ TIMME UGN: 200°

Titta hur enkelt det är att baka. Bara blanda och grädda. Och så är det urgott!

1 LIMPA

3 dl vetemjöl

3 dl rågsikt

½ påse vörtmix

4 tsk bakpulver eller

2 tsk bikarbonat

1 msk salt

2 dl mörk sirap

5 dl filmjölk

1 dl russin

GÖR SÅ HÄR

1. Smöra och mjöla en brödför. Blanda samman alla ingredienser, håll i formen och grädda ca 1 timme.

TJOCKA REV BEN

TID: 20 MIN + 2 TIMMAR

KOKNING UGN: 225°

Honung, soja och chili gör spjällen helt underbart goda!

4 PORTIONER

1 kg tjocka spjäll

1 morot, skivad

1 gul lök, skivad

2 lagerblad

10 kryddpepparkorn

2 msk salt

GLAZE

1 apelsin, saft och finrivet skal

½ dl honung

1 msk riven ingefära

2 msk soja, Kikkoman

1 chili, strimlad

GÖR SÅ HÄR

1. Lägg spjäll, morot, lök, lagerblad, kryddpeppar och salt i en kastrull och fyll på med vatten så det täcker. Koka upp och låt småkoka ca 2 timmar eller tills köttet faller isär. Ta upp spjällen.

2. Blanda ingredienserna till glazen och koka ihop 5–10 min. Pensla spjällen med glazen och grilja i ugn ca 7 min eller tills de har fått färg.

Ett snabbbakat bröd är även perfekt att ta med som julgåva.





Godare Jul

FRÅN
SVENSKA GÅRDAR

NYHET!

NYHET!

KÖTT FRÅN
SVERIGE

VÅR KOKTA, GRILJERADE OCH
FÄRDIGSKIVADE JULSKINKA ÄR PERFEKT
NÄR DU VILL KOMMA I JULSTÄMNING SNABBT!

FÖR MER TIPS OCH RECEPT GÅ IN PÅ [SCAN.SE/JULGUIDEN](https://scan.se/julguiden)

Lokala avvikelser kan förekomma.

Varma goda tillbehör är en
fin grund på julbordet.

GRAVAD LAX I GLAS

TID: 20 MIN

Den lina milda krämen är
jättegod till laxen och den
smakrika gravlaxsåsen.

4 PORTIONER eller 10 SMÅ GLAS

- 1 frp vita bönor, å 380 g
- 1 vitlöksklyfta
- 1 citron, saft och
finrivet skal
- 2 msk olivolja
- salt
- 100 g gravad lax, strimlad
- 1 rödlök, finhackad
- 1 kvist grönkål, strimlad

2 msk gravlaxsås
2 msk lingon
salt

GÖR SÅ HÄR

- Mixa samman bönor, vitlök,
citronskal och 1 msk citronsaft,
och olivolja. Smaka av med salt.
- Blanda lax, rödlök, grönkål
och gravlaxsås. Vänd i lingon
och smaka av med salt.
- Fyll glas med kräm och toppa
med lax.

Gör egen
gravlaxsås

Vispa ihop 2 msk svensk
senap, 2 msk dijonsenap,
2 msk honung och 1 msk citron-
saft. Droppa i 2 dl neutral olja
under vispning. Blanda i
1 dl hackad dill och smaka
av med salt.

STEKT BRYSSSELKÅL MED SESAMFRÖN & INGEFÄRA

TID: 30 MIN

Den asiatiska smaksättningen är
faktiskt som gjord för brysselkål.

4 PORTIONER

- 200 g brysselkål
- 1 msk neutral olja
- 2 grönkålsvistar, rivna
- 1 msk sesamolja
- 3 msk sesamfrö
- 1 msk soja
- 1 msk ingefära, riven
- 1 lime, finrivet skal och saft
- salt

GÖR SÅ HÄR

- Ansa brysselkålen. Dela och stek i olja
ca 5 min. Tillsätt grönkål, sesamolja
och sesamfrö och stek ytterligare 2 min.
- Blanda ihop soja, ingefära och lime.
Skeda över kålen vid servering. Smaka
av med salt.

Vacker portionsservering
höjer julbordet flera snäpp.

MER SMAK NR 7 2022

21

GRÖNKÅLSSOPPA MED ÄGG

TID: 20 MIN

Lagom krämig och med massor av smak.

4 PORTIONER

- 150 g grönkål, hackad
- 1 gul lök, hackad
- 1 vitlöksklyfta, hackad
- 1 msk timjan
- 1 msk smör
- ½ msk vetemjöl
- 8 dl vatten

- 2 grönsaksbuljong-tärningar
- 2 dl crème fraiche
- salt och svartpeppar
- 4 kokta ägg (3–4 min)
- 2 msk hackad gräslök
- ½ tsk chiliflakes

GÖR SÅ HÄR

1. Stek grönkål, lök, vitlök och timjan i smör. Pudra över vete-

mjöl, rör om och tillsätt vatten och buljongtärningar. Låt sjuda några minuter

2. Mixa soppan slät med stavmixer eller i kannmixer. Tillsätt crème fraiche och smaka av med salt och svartpeppar.

3. Servera soppan med ägg-halvor toppade med gräslök och chiliflakes.

Om de inte får plats på julbordet är detta en perfekt vickning!

BARNENS FAVORIT

JANSSON

TID: 20 MIN + 45 MIN I UGN UGN: 175°

Hur kan man inte annat än älska en så här krämig, gräddig gratäng?

4 PORTIONER

- 8 potatisar, skalade och strimlade
- 2 gula lökar, skalade och strimlade
- 2 burkar ansjovisfiléer med spad, skivade
- 3 dl grädde
- smör
- 2 msk ströbröd

GÖR SÅ HÄR

1. Smöra en ugnsfast form. Varva potatis, lök, ansjovis och spad i formen. Häll på grädde och strö över ströbröd.

2. Grädda i ugn tills den har fin färg och potatisen är mjuk, 45 min–1 timme.

PSST!

Har du inte alla kryddor kan du ta 1–2 msk pepparkaksrydda istället.

JULIG TIRAMISU

TID: 30 MIN

Tiramisu med smak av pepparkaka är en ljuvlig juldessert.

1 FORM, 1-2 LITER,
4-6 PORTIONER

- 3 äggulor
- 2 äggvitor
- ½ dl strösocker
- 250 g mascarpone
- 2 tsk kanel, malen
- 1 tsk ingefära, malen
- ½ tsk kardemumma, malen
- ½ tsk nejlika, malen
- 2 dl vispgrädde
- 10 savoiardikex
- 2 dl glögg

- 2 pepparkakor
- ev ½ apelsin, zest
- 3 msk lingon

GÖR SÅ HÄR

1. Vispa äggulor och strösocker poröst. Vispa upp äggvitorna och ställ dem åt sidan. Vispa ned mascarponen i äggul-smeten och tillsätt kryddor.

2. Vispa grädden och vänd ner i äggulsmeten. Vänd sist i äggvitan.

3. Doppa savoiardikexen i glögg. Varva smet, 2 msk lingon och kex i en form.

4. Garnera med krossade pepparkakor, apelsinzest och lingon.

NYHET!

StigL™
BERSÅ
D.O. TERRA ALTA



"Ett välbalanserat vin med elegant finesse"

VINGUIDEN, AUG 2022

FULL POTT!



BOXTOPPEN, AUG 2022



Finns i utvalda butiker eller att beställa till ditt Systembolag.

159
KRONOR

ART.NR 58043 | ALC VOL 14,5% | VOL 75 CL

WWW.CONTEMPORARYWINES.SE

Alkohol kan skada din hälsa.



JULSENAP FRÅN JOHNNY'S

Johnny's Julsenap är smaksatt med en härlig mix av klassiska julkryddor som nejlika, kardemumma, muskot och kanel. Den juliga kryddblandningen och den grova, korniga konsistensen ger Johnny's Julsenap dess speciella smak och karaktär.

Tips: Använd Johnny's Julsenap till griljering eller på skinkmackan. Prova att göra en hemmagjord senapssill med Johnny's Julsenap som bas, fantastiskt gott!



Tre nya räkröror

Rydbergs har tre nya räkröror med moderna och spännande smaker. De passar lika bra till wraps och tunnbrödsrulle, som topping till korv eller tacos.

- ✓ **Rökiga räkor** – god smak av vitlök & rökighet.
- ✓ **Kimchi** – med smak av kimchi, ingefära & chili.
- ✓ **Shrimp taco** – med fräschör från lime och koriander.



2 färdigskivade julskinkor från Scan



◀ Scan Gourmet, vår lyxigaste julskinka, framtagen med extra stor omsorg. Flerfaldig testvinnare nu även som färdigskivad.

Julskinkan är färdigkokt, griljerad och skivad i lite tjockare skivor.

En härligt god lättrokt julskinka gjord på svenskt Pigghamkött. Scans julskinka är perfekt för dig som snabbt vill få till julstämningen i hemmet.

Den är färdigkokt, lättrokt, griljerad och skivad i lite tjockare skivor.



Nytt på hyllan!

Låt dig inspireras av alla intressanta nyheter som finns i din Coop-butik.

Trocadero lanserar ny smak, den första på 69 år. TrocaMUST!

Sedan lanseringen av Trocadero år 1953 har det bara funnits en smak, fram till nu. Trocadero lanserar nu en tillfällig nyhet som är en hyllning och tolkning av Sveriges alldeles egen högtidsdryck – must. Trocamust är en must med nedtonad humle- och maltkaraktär och tydligt inslag av, just precis, Trocadero.



Ny teblandning från Lipton

Nu har Lipton Yellow Label, Sveriges mest druckna te, en ny blandning med 100 % teblad från Liptons egna teodlingar i Kenya. Nya Lipton Yellow Label har en fyllig smak utan bitter eftersmak och har helt växtbaserade tepåsar. Därför är det ett te som både är gott och gör gott!



ETT STENMALET EKOLOGISKT MJÖL SOM GER BAKGLÄDJE



Saltå Kvarn lanserar ekologiskt Ölandsvetemjöl, en svensk kultursort med en nöaktig karaktär och hög proteinhalt. Ölandsvete smakar mer jämfört med traditionellt vete, och genom att köpa Ölandsvetemjöl gynnar man den biolo-

giska mångfalden samtidigt som man stöttar ett småskaligt hållbart jordbruk. Mjölet används precis som vanligt vetemjöl och är gott att baka allt från pizza och surdegsbröd till bullar och brownies på.



Perfekt till pepparkaksbaket.

Ny maxad panpizza från Grandiosa!

Grandiosa Pan Pizza BBQ Chicken är en ny smarrig panbakad pizza med mycket topping. Degen är trippeljäst för att få en riktigt luftig och krispig tjock botten! Pizzan är toppad med marinerade kycklingbitar, krämig mozzarellaost, rödlök, fefferoni och smakrik BBQ-sås.



SÅ ENKELT & GOTT TILL GLÖGGMINGLET!

Frukt i kombination med ädelost är jättegott. I år lanseras smaken ÄdelOst Apple/Kanel 175 g, som är en fräsch och julig smakkombination i mild grönsmögelostbas. Den pigga smaken kommer från fina, söta äppelbitar och kanel.

Passar perfekt till pepparkakan.



Ett gott vegetariskt alternativ på julbordet

En ovo-vegetarisk julbit, kryddad med klassiska julkryddor som kanel, nejlika, ingefära, kardemumma. Går utmärkt att griljera!



Eller varför inte servera på vörtbröd med senap och skivat äpple.

Retro-smak

"Retro-smak! För ja, det kan finnas en och annan som förknippar kombinationen mint + choklad med åttio-talet. Olika decennier har ju en tendens att komma igen – och nu äntligen som havreglass! Föreställ dig smaken uppdaterad vintagemix av chokladbitar, mintglass, 80- och 2020-tal. Ja, typ så."



Pizzamjöl på svenska

För den pizzaälskande hemmabagaren finns nu ett svenskt pizzamjöl som gör det enklare för alla att baka en fin pizza! 100% finmalet svenskt vårvete från Kungsörnen ger en spänstig deg och ett fint uppbak.

EN PÅSE GER 8 STORA PIZZOR

Medlemserbudanden laddade på ditt kort



25% rabatt



KROPPSVÅRD FRÅN URTEKRAM BEAUTY

Gäller vid köp av en valfri kroppsvårdsprodukt från Urtekram Beauty – Välj bland dofter som Wild Lemongrass, Soothing Lavender eller Soft Wild Rose. 75 ml – 300 ml. Finns på Stora Coop.

25% rabatt



HÅRVÅRD FRÅN URTEKRAM BEAUTY

Gäller vid köp av en valfri hårvårdsprodukt från Urtekram Beauty – Välj bland dofter som Wild Lemongrass, Soothing Lavender eller Aloe Vera. 180 ml – 250 ml. Finns på Stora Coop.

10% rabatt



TWININGS TE

Gäller vid köp av en valfri Twinings te 12–100 påsar/200g.

5:- rabatt



JOHNNY'S JULSENAP

Gäller vid köp av en valfri Johnny's Julsenap 315 g eller Skånsk Senap 280 g. Finns på Stora Coop.

25% rabatt



KAVLI ÄDELOST ÄPPLE/KANEL

Gäller vid köp av en Kavli Ädelost äpple kanel 175 g. Finns på Stora Coop.

20% rabatt



BRAVO JUICE

Gäller vid köp av en valfri Bravo Juice 2 l.

Varje erbjudande gäller vid ett köptillfälle till och med den 4 december för dig som får Mer Smak nummer 7. Erbjudandena är laddade på ditt Coop-kort, du behöver bara dra ditt kort eller visa din legitimation i kassan. Sortimentet kan variera mellan olika Coop butiker. Rabatten gäller på ordinarie pris. Vi reserverar oss för slutförsäljning och ev. tryckfel.

Nyårsmiddag!

Ja, du vågar servera **FISK SOM HUVUDRÄTT!** Och om du vill dricka bubbel genom hela middagen går det bra. Champagnesåsen knyter ihop smakerna.

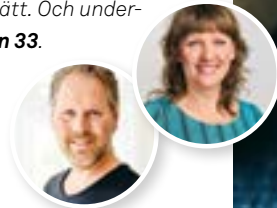
RECEPT: ULRIKA BRYDLING FOTO & STYLING: EVA HILDÉN

Ulrika Brydning, som är kock i Coops prov-kök, är också sommelier. Tillsammans med **Fredrik Schelin** lär hon ut hur du kan tänka när du väljer dryck till maten. Här bjuder de på en ljuvlig nyårsmiddag, med rimmad torsk och champagnesås. På nästa sida finns förrätten!

Nyårsaften förtjänar en läcker avslutning, så varför inte dricka mousserande genom hela måltiden? När smamlökarna är på topp, i början av middagen, välj ett riktigt stramt och gott mousse-
rande. Om du har tänkt lyxa till det med champagne är det här den ska fram! Perfekt till de friterade ostbollarna med kimchi/surkål på nästa sida. Huvudrätten har lätta toner, med ingefära och citrongräs. Där funkalar det fint med en cava. Det finns många bra i prissegmentet strax över

hundralappen. Här intill har vi valt en lätt variant med äppeltoner som matchar äpplet i rätten. Jättegott! Champagnesåsen kan du förstås göra med cava, som du då också dricker till maten. Om du väljer att göra nyårssmitten på **sidan 50** kan du matcha med äppeltoner i drycken, som en torr mousserande cider eller en moscato d'Asti, som är ett lätt bubbligt sött vin men med pigg syra. Vid tolvslaget kan du med fördel välja något alkoholfritt, det här intill är uppfriskande och gott! Vi skickar med ett härligt rött vin också. Perfekt om du serverar kött som huvudrätt. Och underbar till pasta arrabiata på **sidan 33**. Gott nytt år!

Fredrik Schelin driver DinVinguide.se och **Ulrika Brydning** är kock och sommelier på Mer Smak.



CITRONRIMMAD TORSK MED BLOMKÅLSKRÄM, ÄPPELSALLAD & CHAMPAGNESÅS

TID: 1 TIMME + TID ATT RIMMA FISKEN **UGN:** 100°
En perfekt nyårsmiddag.

4 PORTIONER

400 g torsk, kolja, gös eller liknande
½ krm salt
1 citron, finrivet skal lite olja till plåten
äppelsallad (recept intill)
½ kruk dill
½ kruk vattenkrasse

CHAMPAGNESÅS

3 msk fiskfond
3 dl vatten
1 dl torrt vitt vin

1 citron, ca 3 msk saft
100 g smör
1 dl vispgrädde + ev lite mjölk
½ dl champagne/cava

BLOMKÅLSKRÄM

200 g blomkål
½ dl mjölk
½ dl grädde
2 limeblad
1 citrongräs
1 skiva ingefära

GÖR SÅ HÄR

1. Dela fisken i fyra bitar. Strö på salt och citronskal. Låt stå minst 1 timme. (Gärna kallt över natten.)
2. Champagnesås: Koka samman

fiskfond, vatten och vin tills cirka hälften är kvar. Håll i citronsaften och mixa med stavmixer ner smör och grädde till en skummig sås. Smaka av med salt.

3. Blomkålskräm: Skär blomkålen i mindre bitar och koka mjuk i mjölk, grädde och alla kryddor. Lyft upp limebladet och ¾ av citrongräset. Mixa slätt i kannmixer eller med stavmixer. Smaka av med salt.

4. Vid servering, baka fisken i 100° ugn till inntertemperatur 45°. Värm såsen, tillsätt bubblen och skumma såsen igen. Servera fisken med blomkålskräm, äppelsallad (recept här intill), champagnesås samt dill och vattenkrasse.



ÄPPELSALLAD

10 cm gurka, skuren i tärningar
1 äpple, skuret i tärningar
½ fänkål, hyvlad
1 msk olivolja
1–2 lime, finrivet skal och saft
½ kruk dill, plockad

GÖR SÅ HÄR: Blanda gurka, äpple, fänkål, lime och olja. Smaka av med salt och peppar, vänd ner dillen.

GODASTE DRYCKEN TILL MATEN



Cava Stars Organic 2020
Nr 72601, 119 kr.

Ekologiskt! Pigg och livlig cava med ekologisk certifiering och uppfriskande smaker av gula äpplen, mogen citrus, kaksmulor och mineraler. Krämiga bubblor. Finfin aperitif till helgerna.



Col Vetoraz Valdobbiadene Brut DOCG 2021. Nr 56829, 328 kr.

Många steg upp på proseccopallen. Fruktigt, fluffigt och charmigt. Det ingår en hel del, saftiga gula päron, apelsin och persika. Trevlig charmör helt enkelt.



Palmer & Co Brut Reserve
Nr 7372, 329 kr.

Palmer & Co kan vara ett av bolagets bästa köp i sin prisklass. Fin generös brödighet med begynnande mognad blandas med en massiv syra och tydliga mineraler som nästan är saltiga. Perfekt till mat.



Les Sorts Selecció 2020
Nr 70217, 119 kr.

Härligt generös fruktbomb med balans, sans och friska syror. Plommon, skogsbär, anis och vilda kryddor väller ur glaset. Les Sorts från Montsant i Spanien är alltid ett lika säkert och gott vinval.



GodDryck No 2 Sparkling Rosé Alkoholfri
Nr 1969, 59 kr.

Alkoholfri! GodDryck är ett starkt varumärke som specialiserat sig på välgjorda alkoholfria drycker. Denna bjuder på fin liten sötma, krämiga bubblor och stråk av röda skogsbär. Prova till rätter med hetta!

Ett klassiskt julöl!

Julöl är ett intressant kapitel. Under större delen av året består ölförsäljningen av ljus lager, men under vinterhalvåret ändras smaken och vi vågar ta ut svängarna lite mer. Det här julölet är härligt maltigt, fylligt och torrt. En klassiker på julbordet!

Melleruds Prima Julöl ekologiskt.
Nr 11409,
17, 90 kr.



KIMCHIBOLLAR MED CHILIMAJO

TID: 30 MIN

Frasiga bollar som gömmer en smakexplosion. Perfekt till nyår!

4 SMÅ PORTIONER /

8-10 BOLLAR

- 2 dl kimchi, urkramad
- 1 vitlöksklyfta, finhackad
- 1 ägg
- 1 dl färskost/riven prästost
- ½ dl panko

PANERING

- 2 dl vetemjöl
- 2 ägg
- 2 dl panko

TILL SERVERING

- chilimajo (recept nedan)
- ört, t ex persilja eller vattenkrasse

GÖR SÅ HÄR

- Hacka kimchi. Blanda med vitlök, ägg, ost och panko. Smaka ev av med salt. Forma bollar och rulla i först mjöl, sedan ägg och sist panko.
- Hetta upp olja till 180° och fritera gyllene några minuter. Lägg på papper för att rinna av.
- Toppa bollarna med chilimajo och ett litet örtblad.

Chilimajo

- 2 äggulor
- 1 msk dijonsenap
- 1 msk vinäger
- 2 dl neutral olja
- salt
- sambal oelek

GÖR SÅ HÄR

- Vispa ihop äggulor, senap och vinäger. Vispa i olja i en tunn stråle till en tjock majonnäs.
- Smaka av med salt och sambal oelek.

Tips! Istället för kimchi kan du använda surkål. Välj då riven prästost i bollarna och smaksätt majonnäsen med grov stark senap. Då är det också gott med stekt rökt fläsk eller bacon i.



NYHET!



Sugen på snabb mat?
Just add Dole

Med Chopped Kit går det snabbt att äta gott. Blanda den fräska salladen med den smakrika dressingen och strö över krispig topping. Allt finns i påsen!

Oavsett om du vill imponera på svärmor, fixa en snabb lunch eller bjuda till fest, just add Dole!

Färskt, gott & enkelt.



justaddole.com

Dole-produkter köper du på Coop. Lokala avvikelser kan förekomma.



Behöver du ett lån?



Se hur mycket du kan låna med vår låneindikator.

Testa utan kreditupplysning på coop.se/laneindikator



coop

Kreditgivare är MedMera Bank, 3,95-13,95% ränta. Vid 4,50% ränta, 85 tkr, 84 mån, är effektiv ränta 5,50% (2022-07-06).

Coop Provkök på uppdrag

I samarbete med Kungsörnen



Uppdrag: BAKA GOTT TILL JUL!

Med olika sorters mjöl och mixer.

RECEPT: COOP PROVKÖK



"Supergoda till glögg eller till adventsfikat."
/Sara, Provköket

Skorpor med kardemumma & lingon

TID: 40 MIN UGN: 175°

Läcker möra skorpor med knapriga hasselnötter och sötsyrliga lingon.

CA 30 SKORPOR

- 180 g hasselnötter, grovt hackade
- 3 dl Kungsörnen vetemjöl
- 3 dl grahamsmjöl
- 175 g smör
- 2 ½ socker
- 2 tsk bakpulver
- 3 ägg
- 1 dl lingon
- 1 msk kardemumma
- 1 tsk salt



Vetemjöl passar till "allt"!

➤ Passar alla typer av bakning och matlagning. Vetemjöl av fint kärnvetete har en lite mildare smak som passar till det mesta.

- ✓ Ger fint resultat vid såväl bakning av matbröd som kaffebröd och kakor.
- ✓ Utmärkt för redning av såser och stuvningar samt bakning av pajer.

Snabb julpizza (Napolitansk pizza bianco)

TID: 1 TIMME UGN: 275°

De härliga kanterna är nästan det viktigaste för en god pizza.

4 PIZZOR

- 25 g jäst
- 5 dl vatten
- 700 g Kungsörnen pizzamjöl (ca 12 dl)
- 2 tsk salt

TOPPING

- 1 dl crème fraîche
- julbordets "left overs" t ex chèvre, ädelost, brie, dadlar, fikon, valnötter, grönkål

GÖR SÅ HÄR

- Blanda jäst och vatten. Tillsätt mjöl och blanda i degblandare ca 5 min eller för hand 10 min. Tillsätt salt och arbeta 1–2 min till. Ta upp degen på mjölat bakbord och dela i fyra – sex bitar. Forma till bollar

- genom att vika in kanterna under degen. Låt jäsa 15 min.
2. Forma pizzabottnar genom att strö mjöl över degen och jobba med fingertopparna från mitten ut mot kanterna till önskad storlek. Lämna 1–2 cm av kanterna orörd. Lägg bottenarna på plåt med bakplåtspapper och låt vila ca 15 min.
3. Bred på crème fraîche och lägg på julbordets alla godsaker. Grädda i nedre delen av ugnen ca 10 min.



Pizzamjöl är genvägen till perfekta pizzor hemma.

- Ett perfekt mjöl för den pizza-älskande hemmabagaren oavsett kompetensnivå. Hög proteinhalt ger en spänstig deg som är enkel att bearbeta och ger ett otroligt gott resultat.



"Vi toppade med julsmaker – du kan fylla med dina favoriter."

/Ulrika, Provköket



Skanna koden och bli pizzaproffs på nolltid.



"Supergott! Och med en kul twist." /Pernilla, Provköket

Munkar med anissocker

TID: 1 TIMME

Att göra munkar hemma är både en "kul grej" och väldigt gott.

CA 30 MUNKAR

- 150 g smör
- 50 g jäst
- 5 dl mjölk
- 2 msk stött anis
- 1 dl socker
- ½ tsk salt
- ca 14 dl Kungsörnen vetemjöl special
- 500 g kokosfett
- 1 dl strösocker
- 2 msk stött anis

GÖR SÅ HÄR

- Smält smöret. Smula jäst i en degbunke och häll på mjölk, smält smör, anis och socker. Blanda ut jästen och tillsätt mjöl. Blanda ca 5 min i degblandare eller 10 min för hand. Tillsätt salt och knåda degen 1–2 min till. Låt jäsa ca 30 min.

2. Kavla ut degen till ca 1 cm hög på lätt mjölat bakbord. Stansa ut ringar och gör hål i mitten med t ex äppelurkärnaren, vinkapsyl eller dyl.
3. Värm upp kokosfett i en liten kastrull till ca 180°. Friterar munkar på bägge sidor ca 1 min eller till gyllene. Lägg på bakplåtspapper.
4. De som ska ätas nu vänds i socker blandat med anis. Resten fryses, värms vid servering och vänds i socker.



Vetemjöl Special ger ett extra bra resultat.

- Innehåller mer protein än vanligt vetemjöl, vilket ger en seg och elastisk deg. Degen kräver ofta längre och intensivare bearbetning, gärna med maskin – men resultatet blir underbart!
- ✓ Passar bra till luftigare bröd med extrahög volym.

Vit kladdkaka med saffran & apelsingrädde

TID: 30 MIN UGN: 175°

Supersmidig och samtidigt supergod.

1 KAKA

- 1 paket Kungsörnen vit kladdkaka
- 125 g smör, smält
- 1 ägg
- ½ g saffran
- smör och ströbröd till formen

TILL SERVERING

- 2 dl grädde
- 1 apelsin, finrivet skal och apelsinfiléer
- hallon
- hasselnötter
- florsocker

GÖR SÅ HÄR

- Blanda mixen med smält smör, ägg och saffran. Häll



Vit kladdkaka är ett av de populäraste bakverken – så här bakar du den på allra enklaste vis.

- Härligt krämig och seg kladdkaka med vit choklad. Tillsätt endast ägg och smör till kladdkakemixen, grädda och njut. Så snabbt och enkelt!

i en smord och bröad form, 22–24 cm i diameter. Grädda i ugn ca 25 min.

2. Lättvispa grädde och tillsätt finrivet apelsinskal. Servera kakan med grädde, hallon, apelsinfiléer och florsocker.



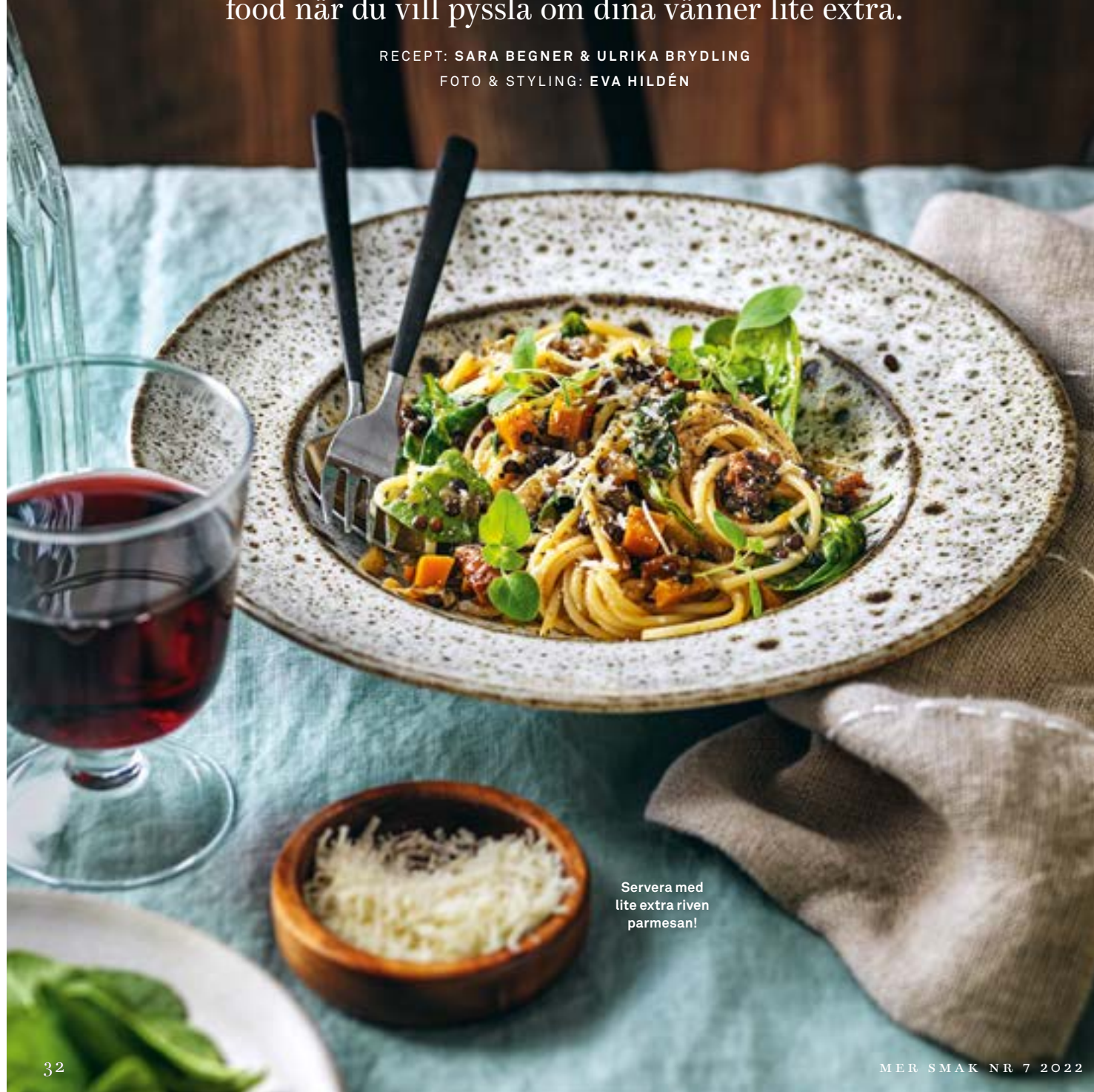
"Med frukt och bär till blir kakan en härlig juldessert."

/Henrietta, Provköket

Tre favoriter med pasta!

Visst är det lyx att bli bjuden på riktigt god mat. Här är tre av redaktionens **BÄSTA BJUDRÄTTER MED PASTA**. Perfekt comfort food när du vill pyssla om dina vänner lite extra.

RECEPT: SARA BEGNER & ULRIKA BRYDLING
FOTO & STYLING: EVA HILDÉN



Servera med lite extra riven parmesan!

1

PASTA SOFFRITTO MED LINSER & PARMESAN

TID: 30 MIN

Morot, gul lök och selleri är en suverän smaktrio, soffritto, som utgör basen i många rätter i det italienska köket. Här är de i gott sällskap med soltorkade tomater och belugalinser.

4 PORTIONER

- 3 morötter, tärnade
- 1 gul lök, hackad
- 1 vitlöksklyfta, hackad
- 3 selleristjälkar, strimlade
- 2 msk tomatpuré
- 4 msk olivolja
- 1 dl vitt vin
- 2 dl vatten
- 1 grönsaksbuljongtärning
- 1 dl belugalinser
- 1 dl marinerade soltorkade tomater
- 400 g spaghetti
- 3 dl riven parmesan
- 35 g bladspenat
- ½ krukka oregano eller 1–2 tsk torkad salt och grovmalen svartpeppar

GÖR SÅ HÄR

- Fräs morot, lök, vitlök, selleri och tomatpuré i olja några minuter utan att det tar färg.
- Häll på vin, vatten, buljongtärning, linser och hackade soltorkade tomater. Koka tills linserna är mjuka.
- Koka pastan al dente i saltat vatten. Häll av men spara 2 dl av pastavattnet.
- Vänd ner pasta och pastavatten i såsen. Vänd runt med parmesan och spenat. Servera med oregano, ev mer parmesan och svartpeppar.



2

BARNENS FAVORIT

PASTA ARRABBIATA MED BURRATA

TID: 20 MIN

En klassiker med lite hetta. Den krämiga burratan blir pricken över i.

4 PORTIONER

- 500 g pasta, rigatoni eller penne
- 2 burkar hela tomater à 400 g
- 1 gul lök, hackad
- 3 vitlöksklyftor, skivade
- 2 tsk chiliflakes
- 3 msk olivolja

salt och grovmalen svartpeppar

TILL SERVERING

- 1 krukka basilika
- 4 burrata à 100 g
- grovmalen svartpeppar
- olivolja

GÖR SÅ HÄR

- Klipp tomaterna rakt ner i burken till mindre bitar.
- Stek lök, vitlök och chiliflakes i olja någon minut

utan att det tar färg. Häll på tomaterna. Låt koka ca 15 min. Smaka av med salt och peppar.

- Koka pastan i saltat vatten enligt förpackningens anvisning. Spara 1 dl pastavatten när du häller av vattnet.
- Tillsätt pasta, pastavatten och basilika i såsen och vänd runt (spara ev basilikablad till garnering). Servera med burrata, svartpeppar, ev lite mer olivolja och basilikablad.

Arrabbiata, en enkel och snabb bjudrätt!

KRÄMIG PASTA MED ZUCCHINI, SALVIA & FORELLROM

3

TID: 30 MIN
En riktigt krämig och god pasta med smak av salvia och prästost.

- 4 PORTIONER
- 1 gul lök, hackad
 - 2 vitlöksklyftor, hackade
 - 1–2 tsk torkad salvia
 - 2 msk olivolja
 - 2 dl vatten
 - 1 grönsaksbuljongtärning
 - 1 citron, finrivet skal + ev saft
 - 3 dl vispgrädd
 - 1 dl riven lagrad prästost
 - 1 kruk salvia
 - 2 msk smör
 - 300 g pappardelle
 - 1 zucchini, hyvlad
 - 50–100 g forellrom/annan rom
 - salt och grovmalen svartpeppar

- GÖR SÅ HÄR
- Fräs lök, vitlök och salvia i olja några minuter utan att det tar färg. Tillsätt vatten, buljongtärning, citron och grädd. Koka upp och tillsätt osten. Smaka av med salt och peppar.
 - Stek salvian i smör några minuter, ta upp och lägg på papper.
 - Koka pastan enligt förpackningens anvisning. Håll av men spara lite pastavatten.
 - Vänd runt pasta, zucchini och sås. Tillsätt ev mer pastavatten.
 - Servera med salvia och forellrom.



VI KAN ELBILAR

Så vi hjälper dig gärna att komma i gång! Det spelar ingen roll var du befinner dig, vi finns i hela landet.

Som Coop-medlem har du alltid 15%* rabatt när du hyr bil hos oss i Sverige och 10% i utlandet.

*Gäller på baspriser för alla personbilar exkl. tillägg

Europcar
moving your way

Läs mer och boka redan idag!
www.coop.se/europcar



FYNDSTÄMPLAT BUBBEL, VITT & RÖTT

Utvalda viner till höstens middagar – till säsongens skaldjur, fisk, grytor, svamp och vilt.



Nr 7422 Champagne Taittinger Brut Réserve
479 kr, 750 ml. Alk 12,5%.
En klassisk Champagne där Chardonnay dominerar med en elegant, frisk smak med toner av citrus och inslag av mineral. Lång och stilren eftersmak och fin mousse.

FYND
Dina Viner Pro #390
Aftonbladet 21/12 2021

Nr 6297 Gosa Monastrell 229 kr, 3 l BIB. Alk 14,5%. **EKOLOGISK.**

Superfynd som bjuder på generös och smakrik frukt. Ett rött vin till tacos, kött, fågel eller vegetariskt eller som vin till chipsen.

SUPERFYND
Dina Viner 2022-04
Aftonbladet 26/6 2022



Nr 2882 La Gascogne Gros Manseng-Sauvignon Blanc
99 kr, 750 ml. Alk 12,5%.
Torrt vitt vin från Alain Brumont i sydvästra Frankrike. Vinet har en stor doft av, citrus, blommor, gula päron och örter. Smaken är frisk och balanserad med toner av krusbär, nässlor och lime. Som det är eller till rätter med getost, fisk, skaldjur, till säsongens kräfter eller kyckling.

FYND
Allt om Mat nr 15 2022
Härligt Hemma 1/7 2022



Nr 73273 Cecchi Chianti Classico Storia di Famiglia
129 kr, 750 ml. Alk 13,5%.
PRISSÄNKT Tidigare 169 kr
Ursprungstypiskt vin, elegant balanserat och smakrikt med sammetslena tanniner, välbalanserad syra och lång eftersmak. Servera till pastan, pizzan eller hårdostar men också ett vin som kan avnjutas på egen hand eller låta det vila i vinkällaren.

TRIPELFYND
vinbörsen.se sep. 2022



Nr 70631 Chablis Le Finage
179 kr, 750 ml. Alk 12,5%.
Ursprungstypiskt friskt och elegant med toner av ostronskal, äpple, citrus och mineral. Kvinnan på etiketten hyllar och symboliserar de starka kvinnor som lade grunden för La Chablisienne för snart 100 år sedan. Till skaldjur, fisk och rätter med ljust kött. Chablis och skaldjur är en klassisk kombination.

FYND
Dina Viner Pro 2021-19
Allt om Mat 30/9 2021



Nr 2004 Cannonau di Sardegna Riserva
129 kr, 750 ml. Alk 14%.
En resa till soliga Sardinien och detta röda vin gjort på druvan Cannonau, det lokala namnet på Grenache. Smakrik, kryddig smak med fatkaraktär, inslag av torkade körsbär, pomerans, tobak, svarta oliver, vanilj och kakao.

FYND
Allt om Mat nr 15 2022
dryckeslistan v. 16 SvD 31/12 2021



Nr 5798 Couvent des Jacobins Bourgogne Blanc
189 kr, 750 ml. Alk 12,5%.
Klassiskt vitt vin som tydligt speglar sitt ursprung från Bourgogne. Vincet är fylligt och smakrikt med balanserad fatkaraktär till fisk, skaldjur och ljust kött.

FYND
Allt om Mat nr 15 2022
"Louis Jadot är en av de största, viktigaste och bästa producenterna i Bourgogne"
Dina Viner Professional 2021-02



Nr 72782 Piemonte Barbera Organic
125 kr, 750 ml. Alk 13,5%.
Ung, frisk och fruktig med inslag av röda bär, körsbär och örter. Ett vin från Piemonte som tydligt speglar sitt ursprung.

BRA KÖP
AoV nr 39 2021
Aftonbladet 26/3 2021

Samla vin – ett intresse som vinner i längden

Det är spännande att följa sina flaskors utveckling över tid – och det bästa av allt, att kunna njuta av mogna viner som verkligen fått möjlighet att nå sin fulla potential. Vi har valt ut viner som kan drickas nu eller lagras i många år framöver.

Louis Jadot Santenay 2016 Nr 77493. 259 kr, 750 ml. Alkoholhalt 13% Ett druvtypiskt och koncentrerat vin med silkeslen frukt och begynnande mognadstoner. Inslag av röda och mörka bär, lakrits och fat och med en pigg syra som ryggrad. Kan lagras minst fem år. FYND DINA VINER NR 2022-08 "The 2016 Santenay is a definite success, bursting from the glass with aromas of juicy cherries, cassia, licorice and warm spices" ROBERTPARKER.COM APRIL 2019	Château Bouscassé 2018 Nr 2204. 169 kr, 750 ml. Alkoholhalt 13,5% Från Alain Brumont – Madirans lysande stjärna. Ett smakrikt och komplext vin med fatkaraktär. Inslag av svarta vinbär, lagerblad, plommon, kakao, ceder, blåbär, svart te och viol. Perfekt till vinkällaren eller till en god biff med bea. Kan lagras minst tio år. Editor's choice 95p WINE ENTHUSIAST OCTOBER ISSUE 2022 SUPER-FYND DINA VINER 2022-08	FYND ALLT OM MAT NR 15 2022
Guigal Côtes du Rhône Rouge 2019 Nr 2011. 135 kr, 750 ml. Alkoholhalt 14% En klassiker från topproducenten Guigal. Fyllig kryddig smak med fatkaraktär till säsongens olika rätter. Vinet ligger upp till tre år i Guigals källare innan det släpps till försäljning. Kan lagras minst fem år.	SUPERFYND DINA VINER 2022-08	FYND ALLT OM VIN NR 9 2022

Alkohol i samband med arbete ökar risken för olyckor

SAGOLIKT GOTT

Vika Bröd



Medlemssidorna

Nyheter, nytta och nöje för dig som är medlem



Passa på!

Fixa julmat & klappar för poäng

Klappar ska inhandlas och mat ska dukas fram på bordet. I en tid med hög inflation och saftiga elräkningar riskerar julefrid förbytas till en tid av ökad ekonomisk oro. Men som Coop-medlem finns möjligheter att fixa både gåvor och godsaker via intjänade poäng.

I ÅR KAN det kanske vara idé att se över vad du som Coop-medlem faktiskt kan använda dina intjänade poäng till. Att fylla julbordet med mat är ett sätt. Genom att gå in i Poängshopen på coop.se, Medlemspunkten i butik eller i appen är det lätt att omvandla intjänade poäng till värdecheckar att använda i butik.

– December är den månad då vi har flest uttag i Poängshopen för mat. Många använder då poängen som de har samlat på sig tidigare under året för att få ihop till julmat, säger Sofia From Hoppeler, ansvarig för Medlemsprogrammet på Coop.

För den som vill skapa mer andrum i julstöket och handla mat på nätet går det också bra att byta poängen mot en värdekod att använda när du handlar online.

– Då väljer du istället bara symbolen med en coop.se-lastbil i Poängshopen. Koden anges sedan när du checkar ut i samband med att du handlar online.

PÅ COOP.SE FINNS även ett stort utbud av potentiella gåvor till nära och kära.

– Medlemmar kan använda poängen till värdebevis. Vi har till exempel Gåvobutiken där du kan hitta inredningsprylar, men också en mängd samarbeten med företag som har produkter som kan funka som bra

Läs mer på: coop.se/julklappstips



1) Koppla ditt medlemskap i Coop till ditt betalkort så missar du inga poäng när du handlar mat.



2) Använd dina intjänade poäng till mat...



... eller till julklappar.

julklappar, till exempel böcker från Adlibris eller biobiljetter från Filmstaden, säger Anton Nyman, chef för strategiska partnersamarbeten på Coop.

MÅNGA MEDLEMMAR VÄLJER också att spara sina poäng och samla in ytterligare i takt med att julmaten handlas, för att istället använda allt nästkommande år.

– Eftersom julen ofta innebär stora kostnader tenderar början på det nya året

att präglas av ett spara-beteende, och då kan det vara skönt att ha poäng kvar, säger Anton Nyman.

– Fördelen med vårt system är att du kan spara poäng och använda när du verkligen behöver dem, eftersom poängen är giltiga i tre år från att de har intjänats och inte bara försvinner huxflux. Att kunna använda sina poäng på det sättet, i tuffare tider, är viktigt. ♥

Text: Henrik Ekblom Ystén



Här säljs mat som annars blivit svinn

– Vi får chans att sätta guldkant på tillvaron, säger Benny Granath. Han är en av kunderna som handlar på Matmissionen i Stockholm. Här säljs mat från bland annat Coop som annars hade blivit svinn till en tredjedel av ordinarie pris.

DET SER UT precis som en vanlig mataffär. I grönsaksdisken ligger fänkål, kronärtskockor och morötter. En kvinna med barnvagn tar en påse potatis, och strax bakom henne plockar en äldre man ner bröd i sin korg. En limpa kostar fem kronor, morötterna fyra kronor kilot. Matmissionen är en social supermarket, där personer som kan uppvisa att de har en inkomst under 11 190 kronor i månaden kan bli medlemmar och handla billig mat. Varorna som annars skulle ha blivit matsvinn skänks från dagligvaruhandeln och från livsmedelsföretag, och i affären samsas allt möjligt. Just nu är en hylla full av ketchup som snart passerar bäst före-

datum. Priset? En femma styck. – Vi får in mat som butiker inte räknar med att kunna sälja. Det kan vara sju pal-lar mjukost med en ny smak eller ekolo-gisk nötfärs med kort datum, säger Johan Rindevall, chef Matmissionen. Kött, bröd och blöjor är storsäljare. Kedjan har funnits sedan 2015, och i dag finns fem butiker i Stockholmsområdet. Fram till augusti 2022 hade kedjan sålt 1 200 ton mat som annars skulle ha blivit matsvinn. – I den bästa av världar skulle matsvinn inte uppstå. Att sälja överbliven mat till mindre bemedlade är en bra lösning, säger Johan Rindevall. Kunderna Benny Granath, 58, och Susanne Karmgård, 60, botaniserar i grönsaksdisken. – Allt har blivit dyrare i samhället, och

det är svårt att få pengarna att räcka, säger Susanne. – Vi brukar främst handla bröd och kött. Men här har vi råd att sätta lite guld-kant på tillvaron, säger Benny och lägger ner en påse avokado i kundkorgen. De är båda arbetssökande. – Det är katastrofalt hur det blivit i Sverige. Jag tycker det är bra att den här typen av affärer finns, för de behövs, säger Susanne och plockar ner två kot-letter för 15 kronor i korgen. Coop är en av aktörerna som skänker svinn och andra varor till Matmissionen. – Matsvinnet behöver minska i alla led. För Coop är detta ett bra samarbete, då vi kan skicka produkterna i större volym direkt från terminal vid behov. Att bidra med mat som vi inte kommer att kunna sälja är självklart en god gärning, säger Anneli Bylund, senior hållbarhetsstrateg på Coop. **Text:** Karin Herou **Foto:** Thron Ullberg



BLIR MAN
EFTER
VAKNATT

↓

FYRHÖR-
NING
LEDER
TILL FIL

↓

PARORD

↓

SITTA ÅT

↓

JUDISK
LÄRD

↓

HASTIG

↓

KORT
FÖR
KENYA

↓

SJÖ-
VÅSEN

↓

SALES
PROMO-
TION

↓

ANNAT
ORD FÖR
YMPA

↓

MAJDI-
VERNA

↓

2

↓

1

↓

7

↓

KORTARE
TOGO

↓

1

↓

2

↓

3

↓

4

↓

5

↓

6

↓

7

↓

RARA I
VAR-
DAGSTAL

↓

STYRA
EKAN

↓

KÄNGLA

↓

GÅR SOM
GLOSA

↓

MAKRILL-
HAJ

↓

BOTTEN-
LERA

↓

ÄRT-
VÅXT

↓

ETUI

↓

RÄVENS
HEM

↓

"ÄPPEL-
STADEN"

↓

Ä I DAN-
MARK

↓

BARRIG
BUSKE

↓

HEJSA

↓

HEMYTA

↓

BLÄCK
I MIAMI

↓

ÄYSER
ÖRAT

↓

ÄPPEL-
STADEN"

↓

Ä I DAN-
MARK

↓

BARRIG
BUSKE

↓

HEJSA

↓

HEMYTA

↓

BLÄCK
I MIAMI

↓

ÄYSER
ÖRAT

↓

ÄPPEL-
STADEN"

↓

Ä I DAN-
MARK

↓

BARRIG
BUSKE

↓

HEJSA

↓

HEMYTA

↓

BLÄCK
I MIAMI

↓

ÄYSER
ÖRAT

↓

ÄPPEL-
STADEN"

↓

Ä I DAN-
MARK

↓

BARRIG
BUSKE

↓

HEJSA

↓

HEMYTA

↓

BLÄCK
I MIAMI

↓

ÄYSER
ÖRAT

↓

ÄPPEL-
STADEN"

↓

Ä I DAN-
MARK

↓

BARRIG
BUSKE

↓

HEJSA

↓

HEMYTA

↓

BLÄCK
I MIAMI

↓

ÄYSER
ÖRAT

↓

ÄPPEL-
STADEN"

↓

Ä I DAN-
MARK

↓

BARRIG
BUSKE

↓

HEJSA

↓

HEMYTA

↓

BLÄCK
I MIAMI

↓

ÄYSER
ÖRAT

↓

ÄPPEL-
STADEN"

↓

Ä I DAN-
MARK

↓

BARRIG
BUSKE

↓

HEJSA

↓

HEMYTA

↓

BLÄCK
I MIAMI

↓

ÄYSER
ÖRAT

↓

ÄPPEL-
STADEN"

↓

Ä I DAN-
MARK

↓

BARRIG
BUSKE

↓

HEJSA

↓

HEMYTA

↓

BLÄCK
I MIAMI

↓

ÄYSER
ÖRAT

↓

ÄPPEL-
STADEN"

↓

Ä I DAN-
MARK

↓

BARRIG
BUSKE

↓

HEJSA

↓

HEMYTA

↓

BLÄCK
I MIAMI

↓

ÄYSER
ÖRAT

↓

ÄPPEL-
STADEN"

↓

Ä I DAN-
MARK

↓

BARRIG
BUSKE

↓

HEJSA

↓

HEMYTA

↓

BLÄCK
I MIAMI

↓

ÄYSER
ÖRAT

↓

ÄPPEL-
STADEN"

↓

Ä I DAN-
MARK

↓

BARRIG
BUSKE

↓

HEJSA

↓

HEMYTA

↓

BLÄCK
I MIAMI

↓

ÄYSER
ÖRAT

↓

ÄPPEL-
STADEN"

↓

Ä I DAN-
MARK

↓

BARRIG
BUSKE

↓

HEJSA

↓

HEMYTA

↓

BLÄCK
I MIAMI

↓

ÄYSER
ÖRAT

↓

ÄPPEL-
STADEN"

↓

Ä I DAN-
MARK

↓

BARRIG
BUSKE

↓

HEJSA

↓

HEMYTA

↓

BLÄCK
I MIAMI

↓

ÄYSER
ÖRAT

↓

ÄPPEL-
STADEN"

↓

Ä I DAN-
MARK

↓

BARRIG
BUSKE

↓

HEJSA

↓

HEMYTA

↓

BLÄCK
I MIAMI

↓

ÄYSER
ÖRAT

↓

ÄPPEL-
STADEN"

↓

Ä I DAN-
MARK

↓

BARRIG
BUSKE

↓

HEJSA

↓

HEMYTA

↓

BLÄCK
I MIAMI

↓

ÄYSER
ÖRAT

↓

ÄPPEL-
STADEN"

↓

Ä I DAN-
MARK

↓

BARRIG
BUSKE

↓

HEJSA

↓

HEMYTA

↓

BLÄCK
I MIAMI

↓

ÄYSER
ÖRAT

↓

ÄPPEL-
STADEN"

↓

Ä I DAN-
MARK

↓

BARRIG
BUSKE

↓

HEJSA

↓

HEMYTA

↓

BLÄCK
I MIAMI

↓

ÄYSER
ÖRAT

↓

ÄPPEL-
STADEN"

↓

Ä I DAN-
MARK

↓

BARRIG
BUSKE

↓

HEJSA

↓

HEMYTA

↓

BLÄCK
I MIAMI

↓

ÄYSER
ÖRAT

↓

ÄPPEL-
STADEN"

↓

Ä I DAN-
MARK

↓

BARRIG
BUSKE

↓

HEJSA

↓

HEMYTA

↓

BLÄCK
I MIAMI

↓

ÄYSER
ÖRAT

↓

ÄPPEL-
STADEN"

↓

Ä I DAN-
MARK

↓

BARRIG
BUSKE

↓

HEJSA

↓

HEMYTA

↓

BLÄCK
I MIAMI

↓

ÄYSER
ÖRAT

↓

ÄPPEL-
STADEN"

↓

Ä I DAN-
MARK

↓

BARRIG
BUSKE

↓

HEJSA

↓

HEMYTA

↓

BLÄCK
I MIAMI

↓

ÄYSER
ÖRAT

↓

ÄPPEL-
STADEN"

↓

Ä I DAN-
MARK

↓

BARRIG
BUSKE

↓

HEJSA

↓

HEMYTA

↓

BLÄCK
I MIAMI

↓

ÄYSER
ÖRAT

↓

ÄPPEL-
STADEN"

↓

Ä I DAN-
MARK

↓

BARRIG
BUSKE

↓

HEJSA

↓

HEMYTA

↓

BLÄCK
I MIAMI

↓

ÄYSER
ÖRAT

↓

ÄPPEL-
STADEN"

↓

Ä I DAN-
MARK

↓

BARRIG
BUSKE

↓

HEJSA

↓

HEMYTA

↓

BLÄCK
I MIAMI

↓

ÄYSER
ÖRAT

↓

ÄPPEL-
STADEN"

↓

Ä I DAN-
MARK

↓

BARRIG
BUSKE

↓

HEJSA

↓

HEMYTA

↓

BLÄCK
I MIAMI

↓

ÄYSER
ÖRAT

↓

ÄPPEL-
STADEN"

↓

Ä I DAN-
MARK

↓

BARRIG
BUSKE

↓

HEJSA

↓

HEMYTA

↓

BLÄCK
I MIAMI

↓

ÄYSER
ÖRAT

↓

ÄPPEL-
STADEN"

↓

Ä I DAN-
MARK

↓

BARRIG
BUSKE

↓

HEJSA

↓

HEMYTA

↓

BLÄCK
I MIAMI

↓

ÄYSER
ÖRAT

↓

ÄPPEL-
STADEN"

↓

Ä I DAN-
MARK

↓

BARRIG
BUSKE

↓

HEJSA

↓

HEMYTA

↓

BLÄCK
I MIAMI

↓

ÄYSER
ÖRAT

↓

ÄPPEL-
STADEN"

↓

Ä I DAN-
MARK

↓

BARRIG
BUSKE

↓

HEJSA

↓

HEMYTA

↓

BLÄCK
I MIAMI

↓

ÄYSER
ÖRAT

↓

ÄPPEL-
STADEN"

↓

Ä I DAN-
MARK

↓

BARRIG
BUSKE

↓

HEJSA

↓

HEMYTA

↓

BLÄCK
I MIAMI

↓

ÄYSER
ÖRAT

↓

ÄPPEL-
STADEN"

↓

Ä I DAN-
MARK

↓

BARRIG
BUSKE

↓

HEJSA

↓

HEMYTA

↓

BLÄCK
I MIAMI

↓

ÄYSER
ÖRAT

↓

ÄPPEL-
STADEN"

↓

Ä I DAN-
MARK

↓

BARRIG
BUSKE

↓

HEJSA

↓

HEMYTA

↓

BLÄCK
I MIAMI

↓

ÄYSER
ÖRAT

↓

ÄPPEL-
STADEN"

↓

Ä I DAN-
MARK

↓

BARRIG
BUSKE

↓

HEJSA

↓

HEMYTA

↓

BLÄCK
I MIAMI

↓

ÄYSER
ÖRAT

↓

ÄPPEL-
STADEN"

↓

Ä I DAN-
MARK

↓

BARRIG
BUSKE

↓

HEJSA

↓

HEMYTA

↓

BLÄCK
I MIAMI

↓

ÄYSER
ÖRAT

↓

ÄPPEL-
STADEN"

↓

Ä I DAN-
MARK

↓

BARRIG
BUSKE

↓

HEJSA

↓

HEMYTA

↓

BLÄCK
I MIAMI

↓

ÄYSER
ÖRAT

↓

ÄPPEL-
STADEN"

↓

Ä I DAN-
MARK

↓

BARRIG
BUSKE

↓

HEJSA

↓

HEMYTA

↓

BLÄCK
I MIAMI

↓

ÄYSER
ÖRAT

↓

ÄPPEL-
STADEN"

↓

Ä I DAN-
MARK

↓

BARRIG
BUSKE

↓

HEJSA

↓

HEMYTA

↓

BLÄCK
I MIAMI

↓

ÄYSER
ÖRAT

↓

ÄPPEL-
STADEN"

↓

Ä I DAN-
MARK

↓

BARRIG
BUSKE

↓

HEJSA

↓

HEMYTA

↓

BLÄCK
I MIAMI

↓

ÄYSER
ÖRAT

↓

ÄPPEL-
STADEN"

↓

Ä I DAN-
MARK

↓

BARRIG
BUSKE

↓

HEJSA

↓

HEMYTA

↓

BLÄCK
I MIAMI

↓

ÄYSER
ÖRAT

↓

ÄPPEL-
STADEN"

↓

Ä I DAN-
MARK

↓

BARRIG
BUSKE

↓

HEJSA

↓

HEMYTA

↓

BLÄCK
I MIAMI

↓

ÄYSER
ÖRAT

↓

ÄPPEL-
STADEN"

↓

Ä I DAN-
MARK

↓

BARRIG
BUSKE

↓

HEJSA

↓

HEMYTA

↓

BLÄCK
I MIAMI

↓

ÄYSER
ÖRAT

↓

ÄPPEL-
STADEN"

↓

Ä I DAN-
MARK

↓

BARRIG
BUSKE

↓

HEJSA

↓

HEMYTA

↓

BLÄCK
I MIAMI

↓

ÄYSER
ÖRAT

↓

ÄPPEL-
STADEN"

↓

Ä I DAN-
MARK

↓

BARRIG
BUSKE

↓

HEJSA

↓

HEMYTA

↓

BLÄCK
I MIAMI

↓

ÄYSER
ÖRAT

↓

ÄPPEL-
STADEN"

↓

Ä I DAN-
MARK

↓

BARRIG
BUSKE

↓

HEJSA

↓

HEMYTA

↓

BLÄCK
I MIAMI

↓

ÄYSER
ÖRAT

↓

ÄPPEL-
STADEN"

↓

Ä I DAN-
MARK

↓

BARRIG
BUSKE

↓

HEJSA

↓

HEMYTA

↓

BLÄCK
I MIAMI

↓

ÄYSER
ÖRAT

↓

ÄPPEL-
STADEN"

↓

Ä I DAN-
MARK

↓

BARRIG
BUSKE

↓

HEJSA

↓

HEMYTA

↓

BLÄCK
I MIAMI

↓

ÄYSER
ÖRAT

↓

ÄPPEL-
STADEN"

↓

Ä I DAN-
MARK

↓

BARRIG
BUSKE

↓

HEJSA

↓

HEMYTA

↓

BLÄCK
I MIAMI

↓

ÄYSER
ÖRAT

↓

ÄPPEL-
STADEN"

↓

Ä I DAN-
MARK

↓

BARRIG
BUSKE

↓

HEJSA

↓

HEMYTA

↓

BLÄCK
I MIAMI

↓

ÄYSER
ÖRAT

↓

ÄPPEL-
STADEN"

↓

Ä I DAN-
MARK

↓

BARRIG
BUSKE

↓

HEJSA

↓

HEMYTA

↓

BLÄCK
I MIAMI

↓

ÄYSER
ÖRAT

↓

ÄPPEL-
STADEN"

↓

Ä I DAN-
MARK

↓

BARRIG
BUSKE

↓

HEJSA

↓

HEMYTA

↓

BLÄCK
I MIAMI

↓

ÄYSER
ÖRAT

↓

ÄPPEL-
STADEN"

↓

Ä I DAN-
MARK

↓

BARRIG
BUSKE

↓

HEJSA

↓

HEMYTA

↓

BLÄCK
I MIAMI

↓

ÄYSER
ÖRAT

↓

ÄPPEL-
STADEN"

↓

Ä I DAN-
MARK

↓

BARRIG
BUSKE

↓

HEJSA

↓

HEMYTA

↓

BLÄCK
I MIAMI

↓

ÄYSER
ÖRAT

↓

ÄPPEL-
STADEN"

↓

Ä I DAN-
MARK

↓

BARRIG
BUSKE

↓

HEJSA

↓

HEMYTA

↓

BLÄCK
I MIAMI

↓

ÄYSER
ÖRAT

↓

ÄPPEL-
STADEN"

↓

Ä I DAN-
MARK

↓

BARRIG
BUSKE

↓

HEJSA

↓

HEMYTA

↓

BLÄCK
I MIAMI

↓

ÄYSER
ÖRAT

↓

ÄPPEL-
STADEN"

↓

Ä I DAN-
MARK

↓

BARRIG
BUSKE

↓

HEJSA

↓

HEMYTA

↓

BLÄCK
I MIAMI

↓

ÄYSER
ÖRAT

↓

ÄPPEL-
STADEN"

↓

Ä I DAN-
MARK

↓

BARRIG
BUSKE

↓

HEJSA

↓

HEMYTA

↓

BLÄCK
I MIAMI

↓

ÄYSER
ÖRAT

↓

ÄPPEL-
STADEN"

↓

Ä I DAN-
MARK

↓

BARRIG
BUSKE

↓

HEJSA

↓

HEMYTA

↓

BLÄCK
I MIAMI

↓

ÄYSER
ÖRAT

↓

ÄPPEL-
STADEN"

↓

Ä I DAN-
MARK

↓

BARRIG
BUSKE

↓

HEJSA

↓

HEMYTA

↓

BLÄCK
I MIAMI

↓

ÄYSER
ÖRAT

↓

ÄPPEL-
STADEN"

↓

Ä I DAN-
MARK

↓

BARRIG
BUSKE

↓

HEJSA

↓

HEMYTA

↓

BLÄCK
I MIAMI

↓

ÄYSER
ÖRAT

↓

ÄPPEL-
STADEN"

↓

Ä I DAN-
MARK

↓

BARRIG
BUSKE

↓

HEJSA

↓

HEMYTA

↓

BLÄCK
I MIAMI

↓

ÄYSER
ÖRAT

↓

ÄPPEL-
STADEN"

↓

Ä I DAN-
MARK

↓

BARRIG
BUSKE

↓

HEJSA

↓

HEMYTA

↓

BLÄCK
I MIAMI

↓

ÄYSER
ÖRAT

↓

ÄPPEL-
STADEN"

↓

Ä I DAN-
MARK

↓

BARRIG
BUSKE

↓

HEJSA

↓

HEMYTA

↓

BLÄCK
I MIAMI

↓

ÄYSER
ÖRAT

↓

ÄPPEL-
STADEN"

↓

Ä I DAN-
MARK

↓

BARRIG
BUSKE

↓

HEJSA

↓

HEMYTA

↓

BLÄCK
I MIAMI

↓

ÄYSER
ÖRAT

↓

ÄPPEL-
STADEN"

↓

Ä I DAN-
MARK

↓

BARRIG
BUSKE

↓

HEJSA

↓

HEMYTA

↓

BLÄCK
I MIAMI

↓

ÄYSER
ÖRAT

↓

ÄPPEL-
STADEN"

↓

Ä I DAN-
MARK

↓

BARRIG
BUSKE

↓

HEJSA

↓

HEMYTA

↓

BLÄCK
I MIAMI

↓

ÄYSER
ÖRAT

↓

ÄPPEL-
STADEN"

↓

Ä I DAN-
MARK

↓

BARRIG
BUSKE

↓

HEJSA

↓

HEMYTA

↓

BLÄCK
I MIAMI

↓

ÄYSER
ÖRAT

↓

ÄPPEL-
STADEN"

↓

Ä I DAN-
MARK

↓

BARRIG
BUSKE

↓

HEJSA

↓

HEMYTA

↓

BLÄCK
I MIAMI

↓

ÄYSER
ÖRAT

↓

ÄPPEL-
STADEN"

↓

Ä I DAN-
MARK

↓

BARRIG
BUSKE

↓

HEJSA

↓

HEMYTA

↓

BLÄCK
I MIAMI

↓

ÄYSER
ÖRAT

↓

ÄPPEL-
STADEN"

↓

Ä I DAN-
MARK

↓

BARRIG
BUSKE

↓

HEJSA

↓

HEMYTA

↓

BLÄCK
I MIAMI

↓

ÄYSER
ÖRAT

↓

ÄPPEL-
STADEN"

↓

Ä I DAN-
MARK

↓

BARRIG
BUSKE

↓

HEJSA

↓

HEMYTA

↓

BLÄCK
I MIAMI

↓

ÄYSER
ÖRAT

↓

ÄPPEL-
STADEN"

↓

Ä I DAN-
MARK

↓

BARRIG
BUSKE

↓

HEJSA</

DUKA FRAM EN NY TRADITION.



GOTLANDS + BRYGGERI
VISBY
S:T HANS
1995

ALKOHOLFRI

Lokal avvikelse kan förekomma

CHRISTINA DREJENSTAM / AGENT MOLLY & CO



Julens sötsaker ger stämning

Lena Söderström är fenomenal på att göra julen vacker och god. Nu är hon aktuell med ny bok.

Lena Söderström, som ofta medverkar i Mer Smak, bjuder in oss i en gnistrande glimmande julvärld i sin nya bok. Det är lätt att få lite julstress när man bläddrar bland allt det ljuvliga. Men Lena är väldigt mån om att man inte ska stressa ihjäl sig med matlagande och bakande.

– Jag tycker att det är en bra idé att be alla ta med någon form

av bakverk, och så skapar man ett dignande gottbord tillsammans istället. Hon tipsar också om att köpa färdiga kakor som man presenterar och pyntar på ett juligt vis.

– Jag tar gärna vara på traditionerna, men vill förnya lite samtidigt. Man ska känna igen sig och samtidigt bli överraskad. Och om du har ork och tid är det förstas underbart att skämma bort nära och kära med hembakade kakor. Även om det i slutändan är stunden tillsammans, med tända ljus som är det viktigaste.

– Även om man inte minns vad man fick i julklapp så minns man kakorna man åt tillsammans.



FOTO & STYLING: LENA SÖDERSTRÖM

Smaka av – vill du ha smeten sötare, tillsätt mer honung.



Helg!

ELLER BARA LITE GULDKANT I VARDAGEN

MÅNADENS DRINK:

Prosecco med sorbet



GÖR SÅ HÄR

1. Blanda citronskal och socker på en tallrik, häll citronsaft på en annan tallrik. Doppa glasen i citronsaft och sedan i sockret så det fäster runt om. 2. Lägg 1 skopa sorbet i varje glas och toppa med bubbel.

4 glas

- ★ 1 citron, finrivet skal och saft
- ★ 2 msk strösocker
- ★ 4 skopor citronsorbet
- ★ Bubbel: Prosecco, cava eller champagne

FOTO: EVA HILDÉN

FRYST CHEESECAKE MED SAFFRAN & HONUNG

TID: 45 MIN

Så vacker och god!

12 BITAR

- ✿ 200 g digestivekex
- ✿ 75 smör

FYLLNING

- ✿ ½ dl flytande honung
- ✿ ½ g saffran
- ✿ 1 dl vispgrädd
- ✿ 500 g naturell färskost
- ✿ 1 äggula
- ✿ 1 ½ dl frysta lingon

GÖR SÅ HÄR

1. Mixa kexen till smulor i en matberedare monterad med knivblad. Smält smöret och

häll i matberedaren. Mixa ihop och tryck ut degen i botten av en bakplåtspappersklädd brödform (ca 1 ½ liter).
2. Ställ kallt i ca 15 min. Sätt ugnen på 175°. Grädda mitt i ugnen ca 10 min, låt kallna.
3. Värm honung och blanda med saffran. Låt svalna. Vispa grädden fluffig. Vispa färskosten med äggulan. Blanda i saffranshonungen.
4. Tillsätt grädden och vänd runt till en jämn smet. Häll smeten i formen, släta till ytan och toppa med lingon. Täck med plast och låt stå i frysen 5–6 timmar, gärna över natten. Ställ fram i rumstemperatur ca 1 timme innan servering.



Grönt till JULBORDET

Gröna sköna rätter att komplettera ditt julbord med. När köket doftar av kryddig glögg, sötstark senapsgriljering och nybakat bröd med cheddar – ja, då är det jul!

RECEPT & STYLING: MALIN LANDQVIST
FOTO: SUSANNA BLÅVARG UR BOKEN: EN GRÖN JUL

GLÖGG-SANGRIA

TID: CA 15 MIN

Vitvinsglöggen får härligt brett från tranbärsdryck och frisk citrus. Ny favvo!

CA 12 GLAS

- 1 flaska vitvinsglögg (750 ml)
- 1 frp tranbärsdryck (750 ml)
- 1 dl cointreau
- 3 apelsiner, pressad saft
- 1 citron, i skivor
- 2 apelsiner, i skivor

Apelsin, citron & ingefära tar glöggen till en ny nivå.

- 6 tunna skivor färsk ingefära
- 1 liter is
- 2 flaskor ginger ale (å 33cl)
- myntablad

GÖR SÅ HÄR

1. Häll glögg, tranbärsdryck, cointreau och apelsinsaft i en rymlig karaff. Ställ kallt. Vid servering, lägg i citrusskivor, ingefära och is. Toppa med ginger ale och mynta.



SENAPSGRILJERAD PUMPA

TID: 50 MIN UGN: 200°

Blir lätt bordets höjdpunkt när den kommer ut ur ugnen, nygriljerad och knaprig.

8–10 PORTIONER

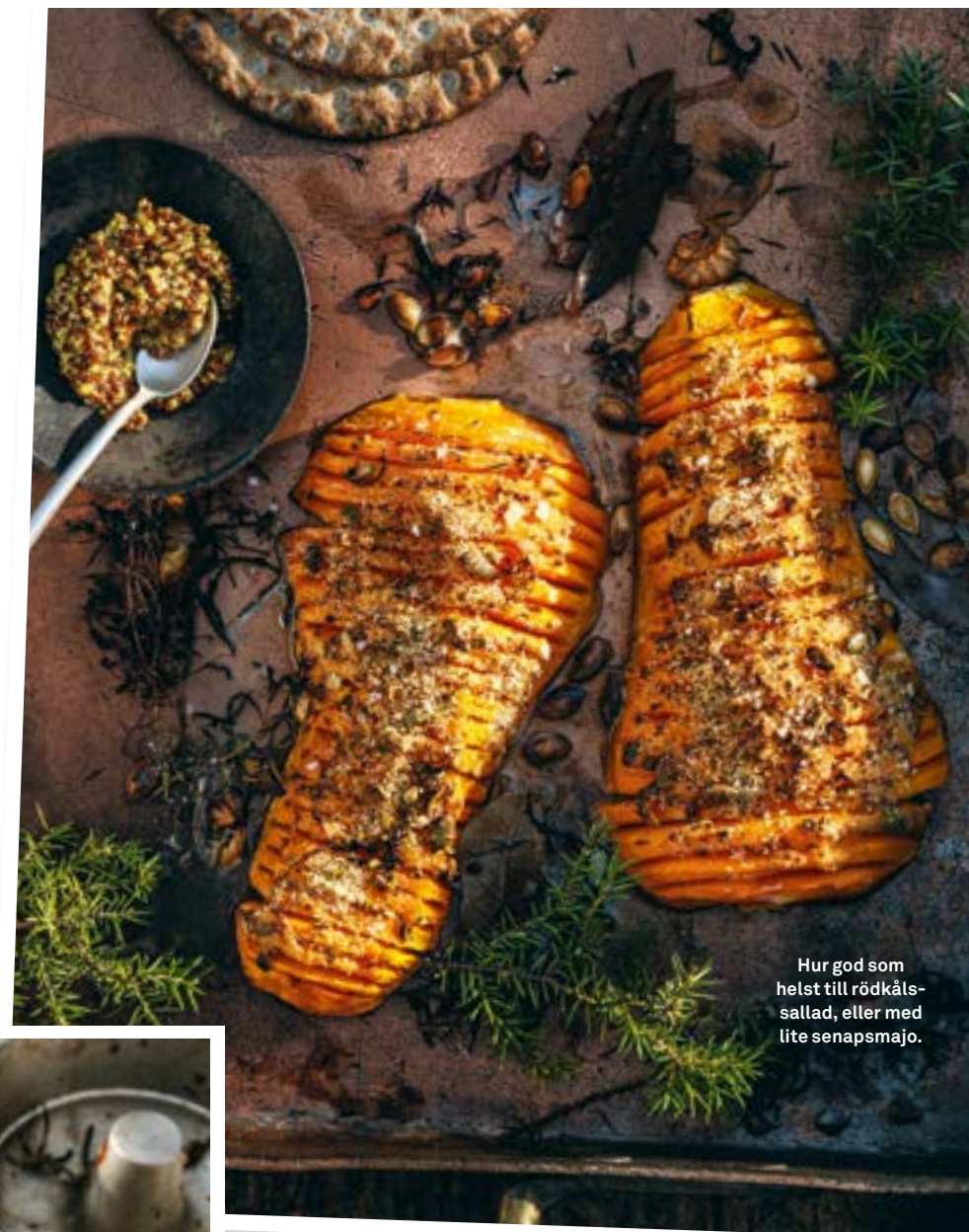
- 1 stor **butternutpumpa**
- ½ dl **pumpakärnor** (från förpackning)
- ½ dl **ströbröd**
- 75 g **smör**, rumsvarmt
- 1 tsk **salt**
- 2 msk **sötstark senap**
- örter**
- lagerblad**

Tips!

Lägg en skiva på ett vörtbröd med senapsmajo och grönkålsblad.

GÖR SÅ HÄR

- Sätt ugnen på 200°. Halvera pumpan och skrapa bort kärnorna. Skär bort skalet med en vass kniv och snitta djupa skårar på ovansidan.
- Mixa pumpakärnor och ströbröd till ett fint smul. Lägg pumpahalvorna på en smord plåt. Bred smör ovanpå så det kommer in mellan skårorna. Salta. Bred på senap. Strö över pumpakärnsmulet.
- Fördela örter och lagerblad runt om. Tillaga mitt i ugnen ca 30 min, tills pumpan är mjuk och har fått fin färg.



Hur god som helst till rödkålsallad, eller med lite senapsmajo.



Det är detaljerna som gör det – här är det kvistarna med rosmarin.

OSTBRÖD MED CHEDDAR & ROSMARIN

TID: 45 MIN +

1 ½ TIM JÄSTID

UGN: 225°

Så fin på julbordet till ostar och hemgjord marmelad.

1 BRÖD

- 2 dl **vatten**
- 1 dl **mjöl**
- 12 g **jäst**
- 7 dl **vetemjöl special**
- 4 dl riven **cheddar**
- 2 tsk **salt**
- 1 dl **olivolja**
- 2 tsk hackad **rosmarin**
- 25 g **smör**
- rosmarinkvistar**, till garnering

GÖR SÅ HÄR

- Värm vatten och mjölk till 37°. Rör ut jästen i vätskan i en bunke. Tillsätt mjöl, hälften av osten och salt. Arbeta degen kraftigt ca 10 min i maskin. Täck med bakduk och låt jäsa 2 timmar.
- Rör ihop olja med rosmarin. Skär degen i 8 bitar och forma till bollar. Rulla dem i rosmarinoljan och lägg dem i en sockerkaksform. Strö över resten av osten. Hyvla över smör. Låt jäsa under bakduk 20–30 min.
- Sätt ugnen på 250°. Ställ in brödet mitt i ugnen och sänk värmen till 225°. Grädda ca 25 min, tills brödet fått fin färg och låter ihåligt när du knackar på det (innertemperatur 96°). Låt brödet vila i formen i några minuter innan det stjälpas upp på galler att svalna. Garnera med rosmarin.



ROSTAD BRYSSSELKÅL & TOFU MED MISO-COLESLAW

TID: 50 MIN  

En varm mumsig rätt att bli mätt av på julbordet.

4 PORTIONER

600 g **fast tofu**

✿ 500 g **brysselkål**

2 msk **neutral olja**

✿ 3 msk **kokosflingor**

✿ 2 msk **sesamfrön**

2 krm **salt**

MARINAD

✿ 2 **apelsiner**, pressad saft

✿ 2 **lime**, pressad saft

1 dl **japansk soja** eller **tamari**

✿ 2 msk **flytande honung**

✿ 4 **vitlöxsklyftor**, krossade

✿ 1 tsk **finriven ingefära**

✿ 2 krm **chiliflakes**

MISO-COLESLAW

✿ 300 g **rödkål**

1 msk **ljus miso**

2 msk **sesamolja**

1 msk **risvinäger** eller **pressad lime**

✿ 1 ½ dl **majonnäs**
salt

GÖR SÅ HÄR

1. Rör ihop alla ingredienser till marinaden. Skär tofun i tjocka stavar. Lägg dem i marinaden. Låt marinera minst 1 timme men helst över natten.

2. Strimla rödkålen fint med mandolin. Lägg i ett durkslag. Koka upp ca 1 liter vatten och häll över kålen. Låt rinna av väl.

3. Sätt ugnen på 225°. Ansa och halvera brysselkålen. Lägg dem och tofun på en plåt med bakplåtspapper. Ringla lite av marinaden på brysselkålen. Rosta mitt i ugnen 15–20 min, till fin färg.

4. Rör ihop miso, sesamolja, risvinäger och majonnäs. Vänd ner rödkålen och smaka av med salt.

5. Rosta kokosflingor och sesamfrön till fin färg. Salta. När brysselkål och tofu kommit ur ugnen, ringla över resten av marinaden. Strö över fröblandningen och servera med coleslaw.

TIPS I TIDEN! Mer Smak i samarbete med Löfbergs & Marabou

VÄRMANDE KAFFEDRINK



"Hot autumn mocha"

GÖR SÅ HÄR

Brygg en kopp **kaffe**. Smält 50 gram **mörk choklad**. Blanda kaffe, mörk choklad och 2 cl **juice** från en apelsin i ett glas. Vispa 1 dl **grädde** lätt och toppa drycken med det. Riv över **zest** från apelsinen och lite **mörk choklad**. Servera och njut!

FÖR RIKTIGA KAFFEÄLSKARE

Löfbergs har ett brett sortiment av smaker och aromer.

Vilken är din favorit?



BYGG ETT CHOKLADHUS!

Så här gör du:



Tävla med ditt hus på marabouchokladhus.se!

Där hittar du även inspiration, recept och instruktioner.

(PRODUKTERNA FINNS PÅ STORA COOP. SORTIMENTET KAN VARIERA MELLAN BUTIKERNA.)

Go with your instinct Dare to Dream



URTEKRAM
NORDIC BEAUTY

URTEKRÄM
1972-2022

50
YEARS

Upptäck Dare to Dream - Soft Wild Rose med ingredienser av 99-100 % naturligt ursprung. En vegansk hudvårdsserie med en härlig doft av vilda nyponrosor i full blom som för tankarna tillbaka till sommaren. Vårdande ingredienser som aloe vera och sheasmör lämnar huden silkeslen och återfuktad. En nordisk upplevelse för kropp och själ.

Våra produkter är producerade i Danmark på vår egna fabrik i Jylland, och innehåller noga utvalda ingredienser av naturligt ursprung.

urtekrambeauty.se

Lokala avvikelser kan förekomma.



Barnens bästa smashed burger!

TID: 25 MIN
4 PORTIONER



Ta bara lite tryffelolja från början. De finns med olika stark smak.

1 Blanda 1 ½ dl **majonnäs** med ca 1 tsk **tryffelolja** och 2 krm **svartpeppar**.



2 Skär 1 **tomat** och ½ **rödlök** i skivor.



3 Forma 400 g **högrevsfärs** till fyra bollar. "Smasha" bollarna mellan en bit bakplåtspapper och en kastrull. Krydda med **flingsalt** och **svartpeppar**.



4 Klicka 1 msk **smör** i het stekpanna. Lägg i burgare med kryddan nedåt. Dra bort papperet och krydda. Vänd när det blivit stekyta under. (Stek 2 i taget.)



5 Lägg på en **cheddarostskiva** per burgare och låt smälta. Stek 4 **hamburgerbröd** i fettet som är kvar i pannen.

Ketchup kan du också smaksätta burgaren med.



6 Fyll bröden med burgare, **salladsblad**, **tomat**, **lök**, **tryffelmajo** och **rostad lök**.

RECEPT: DANIELLE BROOKES KOCK: ALFRED FOTO: WOLFGANG KLEINSCHMIDT

Köp hem:

Finns redan hemma: Smör, salt, svartpeppar & ketchup



Majonnäs Tryffelolja Tomat Rödlök Högrevsfärs Hamburgerbröd Cheddarost Salladsblad

SVERIGES STÖRSTA JUICE*

Ända sedan starten 1973 har Bravo varit 100% frukt. Inget tillsatt socker eller andra tillsatser överhuvudtaget, bara frukt. Det är det som är Bravo. Originalet.



Medlems-
erbjudande
finns laddat
på ditt kort

* KÄLLA: NIELSEN MAT V 36, 2022
ERBJUDANDET GÄLLER DIG SOM FÅTT MER SMAK NR7 LOKALA AVVIKELSER KAN FÖREKOMMA.

KOLL PÅ GLUTEN & LAKTOS!

Titta efter märkta recept om du är överkänslig

Vi vill ge matglädje till alla våra läsare. **Alla recept i Mer Smak som är naturligt glutenfria markeras med G och laktosfria med L.** De flesta recept i Mer Smak kan dessutom enkelt göras gluten- och laktosfria genom att man byter ut vissa ingredienser mot gluten- och laktosfria alternativ.

Mer Smak följer Livsmedelsverkets rekommendationer vid märkning av recepten. Enligt dem tål de flesta laktosintoleranta ca 5 g laktos om dagen. Ett recept för 4 personer som innehåller 30 g smör (ca 0,3 g laktos) ska därför vara OK för de flesta laktosintoleranta.

MER OM GLUTEN: Vete, råg och korn innehåller gluten. Byt ut mot maizena i redningar, mot nötter och frön i paneringar samt, där det är möjligt, mot produkter från den glutenfria hyllan i butiken. Havre är bara garanterat fri från gluten om den är specialframställd. Var noga med att läsa på förpackningen vad produkten innehåller.

MER OM LAKTOS: De flesta mejeriprodukter går att hitta laktosfria. De små mängder laktos som ingår i smör och margarin har vanligen ingen betydelse för laktosintoleranta. Lagrad hårdost anses laktosfri. Byt gärna ut mjölk mot laktosfri mjölkdryck, havredryck, sojadryck eller risdryck.

Tänk på att en del produkter innehåller skummjörkspulver, som innehåller laktos.

L = LAKTOSFRI

G = GLUTENFRI

Obs! Laktosfritt i Mer Smak innebär inte att receptet är fritt från mjölkprotein.

Vego i Mer Smak!

Våra vegorecept är så kallade lakto-ovo-vegetariska. De innehåller inte kött, skaldjur, fisk, fågel, köttbuljong eller gelatin. Däremot kan de innehålla ägg och mjölkprodukter.

Utgivare Coop Mer Smak

Coop Sverige AB
Englundavägen 4
171 88 Solna, 010-743 10 00

HÖR AV DIG TILL MER SMAK
info@coop.se. Skriv
Mer Smak i ämnesraden.

CHEF COOP PROVKÖK
Sara Begner
sara.begner@coop.se

KOCK OCH RECEPTÖR
Ulrika Brydning
ulrika.brydning@coop.se och
Henrietta Ryblom Lindell
henrietta.ryblomlindell@coop.se

ANSVARIG UTGIVARE
Katinka Palmgren
katinka.palmgren@coop.se

ANNONSREPRO
Miltton, Stockholm

ANNONSBOKNING
Crmedia
info@crmedia.se

SPÄRR AV COOP-KORT
010-743 38 50
(Dygnet runt alla dagar.)

COOP KUNDSERVICE:
0771-17 17 17, info@coop.se

**SVERIGES
TIDSKRIFT**

Redaktionell produktion

Vi Media AB
Box 17043, 104 62 Stockholm
BUD: Söder Mälarstrand 65, 4 tr
118 25 Stockholm

REDAKTIONSCHEF
Anna Thorsell
anna.thorsell@vi.se

ART DIRECTOR
Lotta Bergendal
lotta.bergendal@vi.se

REDAKTÖR
Anna Gidgård
anna.gidgard@vi.se

KORREKTUR Per Hasselqvist

REDAKTIONELL REPRO Kerstin Larsson

Mer Smak
nr 1 landar
i din brevlåda
20-23
februari

OMSLAGSFOTO Eva Hildén

Allt innehåll i Coop Mer Smak lagras elektroniskt och blir åtkomligt via internet. Icke anställda skribenter, illustratörer och fotografer måste meddela eventuellt förbehåll mot detta. Redaktionen fransäger sig ansvar för tryckfel.



TRYCKT I SVERIGE AV POSTNORD STRÅLFORS/PRINTAGON GRAPHICS AB

Tjäna poäng på elavtalet.

Just nu får du 40 000 startpoäng + upp till 30 000 poäng per år som Coop-medlem.

10%
PÅ HELA
SORTIMENTET
MEDLEMSERBJUDANDET FINNS
LÄDAT PÅ DITT COOP-KORT

TWININGS
OF LONDON

ÖVER 300 ÅRS ERFARENHET

EN STUND FÖR TE

WAKE UP



AFTERNOON TEA



CALM DOWN



fortum



Läs mer om erbjudandet
på coop.se/fortum

*GÄLLER VID KÖP AV EN VALFRI TWININGS TE 12-200 PÅSAR/200G FÖR DIG SOM FÅTT MER SMAK NR 7 OCH ERBJUDANDET GÄLLER TILL DEN 4 DECEMBER. LOKALA AVVIKELSER I SORTIMENT KAN FÖREKOMMA

Med extra allt Guldigt gott!

En dessert med många smaker, olika texturer och rolig presentation passar **PERFEKT PÅ NYÅRSAFTON**.

RECEPT: SARA BEGNER & ULRICA BRYDLING

FOTO & STYLING: EVA HILDÉN



Gärna gärna
med guldpulver och
myntblad.

NYÅRSDSSERT MED ÄPPL

TID: 1 TIMME UGN: 200°

4 PORTIONER

- 3 äpplen, tärnade
- ½ dl strösocker
- 1 citron, finrivet skal + 1 msk saft
- ½ krm äkta vanilj
- brända mandlar till servering

ÄPPELCURD

- 300 g äpplen, tärnade
- ½ citron, saften
- 1 dl strösocker
- 50 g smör
- 1 ägg + 1 äggula, lättvispade

MANDELKAKA

- 60 g mjukt smör
- ½ dl strösocker
- 1 äggvita
- 2 dl mandelmjöl
- ½ dl vetemjöl
- 1 msk calvados

Som på
restaurang
– allt kan
förberedas

CALVADOSMOUSSE

- 100 g färskost
- ½ dl strösocker
- 1 ½ dl vispgrädde
- 1 citron, finrivet skal
- 1 msk calvados

GÖR SÅ HÄR

- Koka äpplena mjuka med socker, citron och vanilj, ca 5 min.
- Äppelcurd: Koka äpple och citronsaft mosigt, mixa slätt eller passera genom sil. Tillsätt socker, smör och ägg under omrörning. Ställ över värme, låt sjuda under omrörning tills curden tjocknar. Låt svalna.
- Mandelkaka: Rör ihop smör och socker. Lättvispa äggvitan och vänd ner smöret. Tillsätt mandelmjöl, vetemjöl och calvados. Häll i form med bakplåtspapper och grädda ca 15 min. Låt svalna och bryt i bitar vid servering.
- Mousse: Blanda färskost, socker, ½ dl grädde, citron och calvados helt slätt. Tillsätt resten av grädden. Vispa med elvisp till fast mousse.
- Lägg ut kaka, äppelkompott och curd. Spritsa moussen och dekorera med grovt hackade mandlar.

MER SMAK NR 7 2022

NJUT AV EN GODARE JUL!

Tomten kom tidigt till oss i år. Prova gärna våra egna varor till årets julbord. Lågt pris varje dag på massor av gott som nöt och gröt och allt till julfäket.



coop

FRÅN OSS ALLA, TILL ER ALLA

EN RIKTIGT GOD JUL

HELT UTAN TILLSATSER



Lokala avvikelser kan förekomma