

Pressinformation, mars 2014.

ÄGGRECEPT

www.svenskaagg.se



SANDWICH MED LAX OCH POCHERAT ÄGG

6 skivor bröd, gärna fullkorn
6 svenska ägg
1 krm ättiksprit (12%)
1 krm salt
50 g färsk spenat, rucola och skott
6 skivor rökt lax ca 200 g
6 msk gräddfil
salt, peppar
cocktailtomater
pesto

Börja med att rosta brödet. Fyll sedan en kastrull med vatten, nästan ända upp. Häll i ättiksprit och salt. Låt det koka upp och sedan sjuda svagt. Knäck äggen i en kopp och låt dem sakta glida ner i vattnet. Låt sjuda tills det stelnat. När det är klart, ta upp äggen med en hålslev. Skölj salladen och spenaten, och se till att det rinner av ordentligt. Strö ut salladen på brödet. Lägg även en skiva lax på brödet och toppa med ägget. Ta en klick gräddfil och lite pesto att garnera med. Krydda efter egen smak. Lägg tomater och sallad snyggt runt brödet.

Foto: Shutterstock



GUBBRÖRA MED POTATIS OCH SPARRIS TOPPAD MED SIKROM SERVERAS I ANSJOVISBURK

4 portioner

4 hårdkokta svenska ägg
½ rödlök
8 gröna sparrisar
2 kokta kalla potatisar
2 msk hackad gräslök
1 msk kaviar
1 ask ansjovis (å 55 g)
1 dl crème fraiche
vitpeppar från kvarn
ca 100 g sikrom

Skala och hacka ägg, rödlök och lägg i en bunke. Skär bort 2 centimeter av sparrisens stjälk, skala med hjälp av en potatis- eller sparrisskalare. Koka upp saltat vatten i en kastrull och förväll sparrisen i cirka 3 minuter, beroende på tjocklek. Färdigkokad sparris ska vara ”al dente”. Kyl i kallt vatten. Låt dem sedan rinna av på papper.

Skala potatisen och skär i bitar samt skiva ner den kokta sparrisen och lägg i bunken. Hacka ansjovisen och rör ner i bunken och tillsätt gräslök, kaviar och crème fraiche. Smaka av med peppar.

Lägg upp i portionsskålar och toppa med sikrom.

Foto: Pepe Nilsson



SPENATÄGG MED RÄKOR

4 svenska ägg, nykokta, hårdkokta
0,25 påse babyspenat, färsk
1 msk crème fraiche
salt
svartpeppar, nymald
4–6 räkor, skalade
dill

Koka äggen, till den här rätten fungerar hårdkokt bäst (7–8 minuter). Halvera äggen. Peta försiktigt ut gulan och hacka den. Doppa spenatbladen i kokande vatten och låt dem rinna av. Hacka spenatbladen i små och fina bitar och blanda med äggulan. För att binda alltsammans, rör ner crème fraiche. Krydda med lite salt och peppar. Lägg sedan röran i ägghalvorna och toppa med färska räkor och lite dill.

Foto: Mostphotos



GETOST-FRITTATA MED RUCCOLA OCH LUFTTORKAD SKINKA

4 portioner

8 svenska ägg
4 kokta potatisar, tärnade
1 schalottenlök
Olivolja
180 g getost
200 g skinka t ex Parma
Ruccolasallad

Stek potatisen i oljan med löken så det tar färg. Vispa ihop äggen med salt och svartpeppar efter smak och rör runt. Vänd ner det i stekpannan och rör runt, när det börjar få färg på sidorna så smula i getosten och vänd med en tallrik. Läggs upp och servera med skinkan och ruccolasallad som är vänd i lite olja. Servera gärna med nyrostade pinjenötter.

Foto: Katja Ragnstam



JORDGUBBS- OCH BASILIKARULLTÅRTA

4 portioner

3 svenska ägg
2 dl strösocker
2 dl vetemjöl
2 tsk bakpulver
1/2 dl grädda

Fyllning:

2 l färska jordgubbar
3 msk florsocker
1 knippe basilika, fint strimlad

Mosa ihop alla ingredienserna till fyllningen med en gaffel. Vispa ägg och socker poröst. Vispa ner bakpulver, mjöl och grädda försiktigt till en jämn smet. Klä en långpanna med bakplåtspapper och bred ut smeten i den. Grädda kakan mitt i ugnen, 250° i 5 minuter. Stjälp upp kakan på ett sockrat bakplåtspapper. Bred på fyllningen och rulla ihop. Låt rulltårtan svalna innan den skärs upp.

Foto: Anders Lipkin