Skånsk temavecka från Åbräddens kök

Under vecka 46 (9-13 november) har vi fokus på skånska maträtter. Här kommer lite inspiration och information att ta del av, för att göra det till en minnesvärd vecka för er och era hyresgäster.

Fakta om Skåne

Skåne består av 33 kommuner varav Malmö, Helsingborg, Lund och Kristianstad är de kommuner med störst befolkning. Skåne sträcker sig från Trelleborg och Ystad i söder till Båstad och Lönsboda i norr. Skånes landskapsblomma är prästkragen och landskapsdjuret är kronhjorten.

Vårt landskap är också en av de mest produktiva jordbruksregionerna i Sverige, med spannmål, sockerbetor och andra grödor som dominerar. Regionen har också en stark industriell och teknologisk sektor. Skåne är känt för de breda dialekterna, gula rapsfält, rik matkultur och det varmaste klimatet i Sverige.

I Skåne finns starka mattraditioner kring bl.a. ålagille, inlagd sill, gåsamiddag och spettekaka. En intressant fakta är att Skåne inte alltid har tillhört Sverige. Faktum är att Skåne tillhörde Danmark innan år 1658. Det märks både i ord som pratas och maträtter som lagas.

Dekoration

Tänk rött och gult. Duka borden med skånska flaggan eller färgerna rött och gult. Kom ihåg att det måste finnas färgkontrast mellan tallrik och duk/löpare/tablett för att era hyresgäster ska kunna se vad som är vad.

Musik och kultur

Kända artister som kommer från Skåne är The Cardigans, Måns Zelmerlöw, Eva Rydberg, Peps Persson, Timbaktu och Familjen. Från just Helsingborg är gruppen Brandsta City Släckers välkända, med inte mindre än tre bidrag i Melodifestivalen. Spela gärna någon av dessa artisters musik under veckan.

HELSINGBORG

Filmer och serier

Det finns mycket skånsk historia inom TV och film, nämnas kan Bron/Broen, Wallander, Grabben i graven bredvid, Frostbiten. Stå-upp-komikerna Johan Glans och Jesper Rönndal kan rekommenderas att titta på genom SVTplay eller Youtube. Hasse Alfredsson växte upp i Helsingborg, och har numera fått en plats uppkallad efter sig, vid stadsteatern. Han har bl.a. regisserat långfilmen ”Den enfaldige mördaren”.

Menyn under veckan

Kokt torsk med senapssås

Att koka torsk kan göras genom att ångkoka rå torskfilé tillsammans med salt och peppar, eller genom att sjuda sakta i fiskbuljong.

Senapssåsen görs genom att laga en béchamelsås som även smaksätts med krossade senapsfrö och skånsk senap. Servera gärna extra skånsk senap vid sidan om. Kokt torsk med senapssås äts vanligtvis med kokt potatis och gröna ärter.

Traditionellt tillverkad skånsk senap skiljer sig från många andra senapssorter genom att den är grovmalen, innehåller både gula och bruna senapsfrön och mals med en metod som kallas ”mald med kula”.

Förr lade man senapsfröna i ett rundbottnat tråg eller en skål och krossade dem med en tung järnkula. Kulan rullades över fröna tills de bröts ned till en grov massa, samtidigt som vatten tillsattes droppvis för att skapa en krämig konsistens. Processen tog tid men gav den karaktäristiska strukturen där en del av fröna fortfarande var synliga.

Metoden med järnkula förknippas starkt med Skåne och blev så etablerad att den kom att betraktas som den klassiska skånska metoden att framställa senap. Den grova malningen ger både en fylligare textur och en mer rustik smak än finmalda senapssorter.

Den traditionella skånska senapen görs vanligtvis av gula och bruna senapsfrön tillsammans med vatten, ättika eller vinäger, socker eller honung samt salt.

Förr var tillverkningen av julsenap en viktig familjetradition, och i många hem var det husfadern som stod för malningen av senapen inför julen, trots att han annars sällan deltog i matlagningen.

Den starka smaken utvecklas först när de krossade senapsfröna kommer i kontakt med vatten. Ju finare fröna mals, desto starkare upplevs senapen.

Skånsk senap kännetecknas därför av sin grova konsistens, sin tydliga hetta och sitt hantverksmässiga ursprung, där malning med kula under lång tid varit en central del av tillverkningen.

HELSINGBORG

Mårten gås är en traditionell högtid som firas i södra Sverige, särskilt i Skåne, på den 10 november till minne av det helgonet Sankt Martin av Tours. Högtiden kännetecknas av en speciell måltid som traditionellt består av gås, vanligtvis serverad med potatis, rödkål och en sås som ofta är berikad med skysmaken från gåsen. Gåsens skinn görs ofta knaprigt i processen. En klassisk dessert som serveras är "skånsk äppelkaka".

Svartsoppa är en annan karakteristisk del av Mårten gås-måltiden och består av en soppa baserad på blod, vanligtvis gåsblod, men ibland också fläskblod. Soppan är vanligtvis kryddad med kryddnejlikor, ingefära, kanel och portvin. Svartsoppa serveras ofta som förrätt och åtföljs av krås, som kan inkludera gåsens eller anka lever, hjärta och hals, som är kokta och inlagda. Som alternativ till svartsoppa kan man få svampsoppa.

Mårten gås är en högtid som för många innebär starka traditioner, men det kan också anpassas för att passa modernt kök och livsstil, där olika alternativ till gås- eller blodbaserade rätter kan utforskas för dem som önskar ett mer hållbart eller vegetariskt alternativ.

HELSINGBORG

Skånsk äppelkaka med vaniljsås

Skånsk äppelkaka, eller äppelpaj är en klassisk skånsk dessert som är godast på hösten när de svenska äpplena är som finast. Kakan kan göras på olika sätt men det mest klassiska är att kavring rivs och blandas med ströbröd, socker, kanel och smör. Därefter varvas kavringsblandningen med äpplebitar eller äpplemos.

En skånsk äppelkaka som görs med kavring är mörk i färgen. Det betyder inte att kakan är bränd, utan den ska se ut så. Till skånsk äppelkaka ska det serveras vaniljsås och gärna en kopp kaffe.

Glasstrut med gräddbulle

Alla som varit i Helsingör och ätit glass med ”flødeboll” räcker upp en hand!! En somrig och uppskattad dessert där klassiska smaker möts – krämig glass i en spröd våffelstrut, toppad med vispad grädde, sylt och en gräddbulle.

Skånsk kalops med pantofflor

En kalops är en köttgryta gjord på tärnat nötkött utan mejeriprodukter som smaksätts med kryddpeppar och lagerblad. Det som skiljer en vanlig kalops mot en skånsk kalops är att vi i Skåne även lägger morötter i grytan. För att köttet ska bli riktigt mört och det ska bli en mustig sås så ska köttet kokas länge.

Till skånsk kalops ska traditionellt serveras kokt potatis och inlagda rödbetor. Det är trevligt att dekorera grytan med t.ex. färsk persilja. Servera öl eller mjölk till måltiden.

Historia

Maträtten tros ha ätits i Sverige sedan 1700-talet och finns med i Kajsa Wargs kända kokbok från 1755. Kalops är en maträtt som även äts i Finland.

HELSINGBORG

Bulle med bulle

Bulle med bulle är en av de mest särpräglade fikatraditionerna i nordvästra Skåne. Kombinationen är lika enkel som oväntad: en franskbrödsbulle fylld med en chokladboll eller arraksboll. Trots sin anspråkslösa uppbyggnad har den fått närmast kultstatus, särskilt i Helsingborg och Landskrona, där den har varit ett uppskattat mellanmål i generationer.

Traditionen går tillbaka åtminstone till 1940-talet, men vissa uppgifter pekar på att bulle med bulle kan ha funnits redan under 1930-talet i Landskrona. Under 1950- och 1960-talen blev den särskilt populär bland skolungdomar som behövde något mättande mellan lektionerna eller som alternativ till skollunchen.

Bulle med bulle väcker fortfarande starka känslor bland skåningar. Det diskuteras inte bara om den är god eller inte, utan även vad den egentligen ska kallas. Vissa föredrar namnet ”bulle med bulle”, medan andra hävdar att det rätta namnet är ”bulle i bulle”. Även sättet att äta den på är omdebatterat. En vanlig metod är att pressa ihop frallan så att chokladbollen fördelas jämnt i brödet innan man tar första tuggan.

Den lokala förankringen är så stark att bulle med bulle sedan 2014 har en egen högtidsdag. Den 10 april firas Bulle med bulle-dagen, ett initiativ som skapades för att hylla den skånska klassikern och hålla traditionen levande.

För många är bulle med bulle mer än bara ett mellanmål. Den har blivit en symbol för nordvästskånsk identitet och nostalgi, där varje tugga påminner om skoltiden, hembygden och en tradition som har levt vidare i nära hundra år.

Brännesnuda [ˈbrɛnəˌsnʉːda]

Brännesnuda är skånska som ungefär kan översättas med ”bränna till i näsan”. Det är en rotfruktssoppa med saltat fläskkött och havregryn. Färsk finriven pepparrot ska serveras till soppan.

Till den brännesnudan som kommer från ert kök ska hembakat bröd serveras till. Det är trevligt att dekorera soppan med färsk persilja. Lämplig dryck till denna soppa är öl eller mjölk.

Fläskkorv med rabbemos [ˈflɛskˌlɛg mɛd ˈrabˌmoːs],

är en klassisk svensk maträtt. I Skåne kallas rotmos för rabbemos eller rabbegröd. Rotmos görs på kokt potatis, kålrot, morot, buljong och smör. Det är främst kålroten som ger moset dess klassiska smak. Moset har, till skillnad från potatismos, en orange färg. Till rabbemos kan man servera både fläsklägg, eller som i vårt fall; fläskkorv.

Till fläskkorven och rabbemoset ska klassisk svensk senap serveras. Passande dryck till maten är en torr äppelcider eller öl.

Spettekaka

En spettekaka, eller ”spiddekauga” som det uttalas på skånska, får endast göras på ägg, socker och potatismjöl. Kakan bakas genom att smeten ringlas i omgångar på spett över öppen eld. Därefter spritsas kristyrsmet i olika färger ovanpå kakan. Att göra en spettekaka är en lång process som tar många timmar. Det slutliga resultatet ser ut som ett konstverk.

En spettekaka äts oftast under högtidliga tillfällen såsom bröllop, dop, festmiddagar, midsommar eller julafton. En spettekaka kan ätas som fika tillsammans med en kopp kaffe, eller som dessert tillsammans med glass och bär.

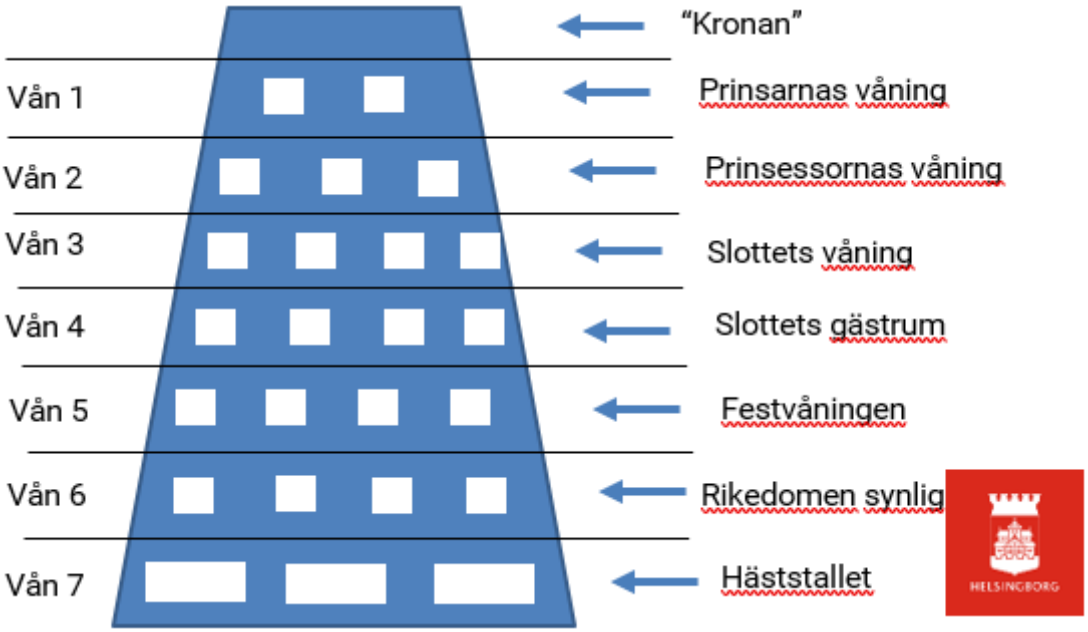
Spettekaka ska helst skäras upp med en **liten bågfil** eller tandad kniv, för att inte skada kakan. En vanlig kniv kommer att smula sönder kakan.

Traditionellt fanns specifika regler för hur en spettekaka skars upp på ett bröllop. Översta delen kallas för ”kronan”. Den skars bort först och sattes på brudens huvud tillsammans med blommor under brudvalsen. Därefter gjordes en indelning av spettekakan till olika våningar:
- På första våningen skar man ut fyra stycken fyrkanter som representerade fyra stycken prinsar.
- På andra våningen skar man ut sex stycken fyrkanter som representerade sex stycken prinsessor.

- På varje våning nedanför fortsatte man sedan att skära ut tre, fyra, fem, sex, sju eller nio fönster per våning.
- Den nedersta våningen skulle istället ha rektanglar vilka representerade stallet. Bitarna som skars ut lades i kakans mitt.
- Därefter skars bitar av kakan så att en diademform bildades på framsidan och en öppning på baksidan.

Under tiden kakan skars upp berättades historier, skrönor och anekdoter om brudparet.

HELSINGBORG



***Ett skånskt talesätt**:*

"Mye mad i rättan tid" är ett gammalt skånskt talesätt som sammanfattar ett av de fyra buden för ett gott liv: "God mad, mye mad, och mad i rättan tid."

Röda pølser med bröd, är en av Danmarks mest kända maträtter och har blivit en självklar del av den danska gatukulturen, och därmed även Helsingborgs, med tanke på närheten till länderna. Korvarna är en typ av wienerkorv med ett karakteristiskt knallrött skinn, något som gör att de sticker ut både till utseende och smakupplevelse. Många betraktar dem som en av Danmarks nationalrätter, inte minst eftersom de länge har varit nära förknippade med de klassiska danska korvvagnarna, så kallade pølsevogne.

En klassisk dansk rød pølse serveras ofta i ett korvbröd eller som hotdog med senap, ketchup, remoulad, rostad lök, rå lök och inlagd gurka. Kombinationen av de många tillbehören är en viktig del av den danska matupplevelsen.

Kring de röda korvarna finns också en seglivad myt som säger att korvarna en gång i tiden färgades röda för att kunderna skulle kunna se att de inte var helt färska. Historiker och matexperter menar dock att färgen snarare utvecklades som en tradition och ett sätt att särskilja produkten från andra korvsorter.

Helstekt grisanacke med gräddsås, pantofflor och brysselkål

Grishals eller grisnacke är andra ord för fläskkarré eftersom det är just grisens nacke som används. En fläskkarré är mer fettrik än t.ex. en skinkstek, vilket gör att den inte blir torr lika lätt vid tillagning. Ni kommer att få en helstekt fläskkarré från köket som är uppskivad och klar

Till den helstekta grishalsen ska ni servera en gräddsås, kokt potatis, kokt brysselkål och gelé eller äpplemos. Lämplig dryck till maträtten är öl, mjölk eller ett rött vin.

HELSINGBORG

Skånsk ordlista, till menyn vecka 46

Skånska	Rikssvenska
pantofflor	kokt potatis
päregröd	potatismos
rabbemos	rotmos
flødeboll	gräddbulle
äppelkaga	äppelkaka
grisanacke	fläskkarré
spiddekaga	spettekaka
snuda	näsa
röda pølser	wienerkorv

HELSINGBORG