

Skånsk temavecka från Lundhagens kök

Under vecka 46, 10-16/11 har vi valt ett fokus med skånska maträtter på menyn. Någon rätt har även danskt ursprung. Ibland kan det vara klassiskt svenskt men inte skånskt. Vi har även en annan temadag denna vecka; smörgåstårtans dag, vilket inte är klassisk skånska rätter, men som uppmärksammas pga guldkantadagar. Vi har även valt att fira Mårten Gås lite före den "äkt Mårtensdagen", och har gåsameny fredag 7/11.

Fakta

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 en kronhjort.

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

Kända artister i Skåne är Hasse Andersson, Siw Malmkvist, Jill Johnsson, Nisse Hellberg, Timbuktu, Lasse Stefanz och Perikles. Spela gärna någon av deras låtar under veckan.

Filmer och serier

I serierna Hipp hipp, Tunna blå linjen, Starke man, Skånska mord och i filmen Äta, sova, dö så pratar skådespelarna skånska. Stå-upp-komikerna Johan Glans och Jesper Rönndal kan rekommenderas att titta på genom SVTplay eller youtube.

Bildkällor: <https://www.etc.se/kultur-noje/johan-glans-jag-kanske-kraschar-totalt-om-nagra-ar>
<https://www.unitedstage.se/artister/hasse-andersson/>



Skånsk kalops

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.

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.

Krabbelurer med bärkompott

Krabbelurer, skrabbelucker eller pösannkakor, är en maträtt som är en blandning av pannkakor och sockerkaka. Krabbelurerna är gjorda av en smet som liknar pannkakssmet men med bakpulver i, och de tillagas i plättpanna eller på annan stekyta. När de är klara kan de doppas i socker och eventuellt i kanel.

Till krabbelurerna serveras en bärkompott.



Bildkälla: <https://www.dansukker.se>



Sviskonkompott /kräm



Katrinplommon kallas med ett annat ord för sviskon, vilka tillhör en underart av de plommon som äts färska. Katrinplommon torkas alltid innan de säljs. De är rika på växtfiber vilket får magen att jobba och har en laxerande effekt. Genom att koka katrinplommonen med vatten och socker så får man en god och lättäten dessert som uppskattas av många äldre.

Till kompotten serveras gräddmjölk.

Historia

I Sverige började plommonodling vid medeltida kloster. Plommon är inte en art som finns naturligt i vår fauna. Sorten är funnen i Asien för flera tusen år sedan.



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 istället 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. Lämplig dryck till maträtten är ett glas vitt vin eller öl.



Brynt skånsk vitkålssoppa



Skånsk vitkålssoppa är en soppa som passar bra på hösten eftersom den görs på rotfrukter. Soppan innehåller vitkål, morot, purjolök, potatis, buljong, persilja och kryddpeppar.

Servera skivad köttkorv med senap till soppan och gärna en smörgås med pålägg. Till soppan passar det bra med en öl eller ett glas vitt vin för de som föredrar det.

Historia

Kål har odlats i Sverige sedan vikingatiden. I vårt land finns ett bra klimat för att odla kålsorter såsom vitkål, rödkål, grönkål och blomkål. I skåne finns tradition att göra brunkål av vitkål och i södra Halland och Bjärehalvön används grönkål för att göra långkål.

Bildkälla: <https://veckorevyn.com/recept/vart-godaste-recept-pa-kalsoppa/>

Kiviksgryta med cider och äpple

Kivik är en tätort i Simrishamns kommun i Skåne län och huvudort för äppelodlingen i området. Kivik ligger i Hanöbukten utmed kusten som kallas för "Ålakusten". Kivik ligger cirka 18 kilometer norr om Simrishamn. Av de runt 1000 ton (!) äpplen som skördas varje år, går mycket åt till cider-tillverkning. Vi har valt att göra en mustig kycklinggryta med smak av cider, äpple och lök.



Bildkälla: <https://www.kiviksmusteri.se>



Helstekt gris-hals/grisanacke



Grishals eller grisanacke 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 ni själva ska skiva upp till era hyresgäster. För att undvika att köttet blir segt kommer tips nedan.

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 .

Så här skär ni upp fläskkarrén på rätt sätt:

1. Ta fram en vass nyslipad kniv. Alternativt slipa en kniv med en knivslip tills den blir riktigt vass.
2. Ta fram en ren skärbräda (som endast används för tillagat kött).
3. Ta fram varma tallrikar eller uppläggningsfat.
4. Lägg fläskkarrén på skärbrädan.

När man skär helt kött är det viktigt att man skär **tvärs över** fibrerna, istället för med fibrerna. Genom att göra det så blir köttet lättare att tugga och upplevs som mindre segt.

5. Titta på köttet för att se i vilken riktning fibrerna går. Dela köttbiten mittöver på längden, så blir det lättare att få fina skivor. Skär sedan fläskkarrén med kniven tvärs över fibrerna.

Denna video visar hur man ser fibrernas riktning på köttet:

<https://www.youtube.com/watch?v=DPRDOzaPE6M>

6. Skär fläskkarrén i tjocka skivor. Tänk att varje matgäst ska få 2 till 3 skivor på sin tallrik. Anpassa hur tjocka skivor ni skär utifrån det.



Spettekaka

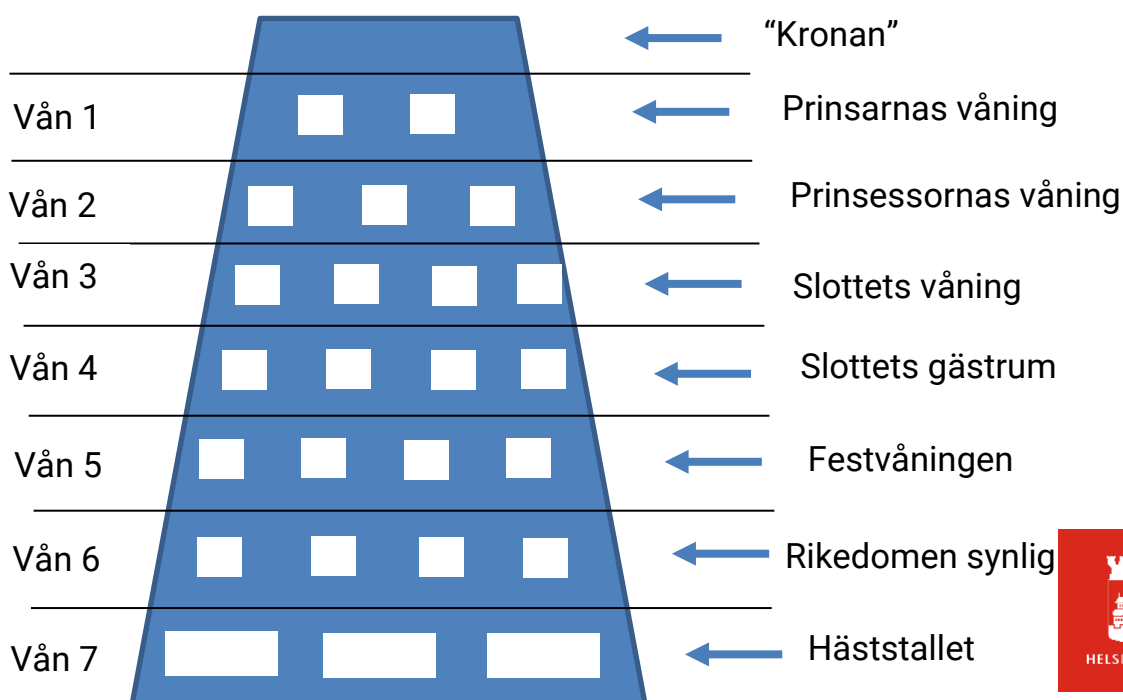
En spettekaka, eller "spiddekauga" som det uttalas på skånska, får endast göras på ägg, socker och potatismjöl. Kakan bakas genom att smeten ringlas i omgångar på spett över öppen eld. Därefter spritsas kristyrsmet i olika färger ovanpå kakan. Att göra en spettekaka är en lång process som tar många timmar.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



Bildkälla: <https://eriksgarden.nu>

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 bruden 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.



Mårten Gås

Det är en gammal tradition i Sverige att fira Mårtens aften som ibland även kallas för Mårten Gås. Namnet Mårtens aften skapades till minne av biskop S:t Martin på 1500-talet, som helgonförklarades och vars namn i Sverige blev Mårten. Han önskade slippa undan att helgonförklaras och gömde sig i gåsstian men gässens kacklande avslöjade honom. Det har gjort att dagen så starkt förknippas med just gås. Varje år firas Mårtens aften den 10 november.

Dagens meny

Eftersom det är ganska svårt att hantera den traditionella helstekta gåsen, så levererar köket denna dag helstekt kalkonbröst till er, med gräddsås, kokta pantofflor, rödkål och brysselkål. Till detta serverar ni äppelmos och eventuellt smörgåsgurka. Till måltiden passar öl, vin eller mjölk. Se uppskivningstips för helstekt grishals.

Förslag på aptitretare

- En bit kryddig korv (t.ex. chorizo) + basilikablad + cocktailtomat - stick en tandpetare igenom
- Sillröra (matjessill, äpple, dill, rödlök, creme fraiche, knaperstekt bacon, västerbottenost) + kavringsskiva delad i fyra delar – dekorera med finhackad rödlök
- Laxröra (kallrökt lax, creme fraiche eller färskost, riven pepparrot) + kavringsskiva delad i fyra delar – dekorera med en färsk dillkvist
- Getostcostini med blåbär (mixa 100 g chevre + 100 g färskost + 1/2 dl blåbär – bred på costini) – dekorera med ett färskt blåbär eller en valnöt

Skånsk äppelkaka med vaniljsås

Skånsk äppelkaka 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 serveras vaniljsås och gärna en kopp kaffe.

Skånskt ordlista, till menyn vecka 46

Under vecka 46 är det skånsk temavecka på matsedlarna från MatOmsorg. För att hjälpa er på traven med de skånska begreppen så kommer här en ordlista.

Skånska

pantofflor

sviskon

släbo

rabbemos

lögadoppa

äppelkaga

snuda

grisahals

spiddekaga

röda pölser

skånsk äggakaga

falafel

Rikssvenska

kokt potatis

katrinplommon

skåning

rotmos

löksås

äppelkaka

näsa

fläskkarré

spettekaka

röd varmkorv

äggig ugnspannkaka

kikärtsboll