



KARITSARAGU / LAMMRAGU

www.jurmo.ax/cafe

Lammas/karitsapata (karitsaragu) valkosipulimajoneesilla, tilligremolatalla ja lohkoperunoilla

Reilu kilo luullista lampaan tai karitsan lapaa, niskaa tai paistia

2 sipulia

Puolikas valkosipuli

1 chili

1 pieni mukulaselleri tai 2-3 sellerinvartta

300 g keräkaalia

3 oksaa tuoretta rosmariinia

Pieni nippu tuoretta timjamia

4 laakerinlehteä

1 sitruunan kuori

½ litraa kuivaa valkoviiniä

Vettä

Voita ja mietoa öljyä paistamiseen

Suolaa ja mustapippuria

Maizena suurustukseen

1. Sulata voi ja öljy keskinkertaisella lämmöllä padassa. Laita liha pataan, kun voi on kuumaa ja alkaa kellastua. Ruskista liha joka puolelta kunnes on saanut kauniin värin, ja ota liha pois padasta. Vähennä lämpöä.
2. Paloittele sipuli, valkosipuli, chili ja selleri ja laita pataan voin kera. Paista vähintään 10 minuuttia, älä ruskista.
3. Lisää lämpöä ja lisää pataan viini. Anna viinin kiehua muutaman minuutin ja laita liha mukaan pataan. Lisää vettä niin paljon että liha peittyy ja mausta suolalla.
4. Lisää yrtit ja laakerinlehdet. Sido mieluusti rosmariinin ja timjamin oksaniput langalla jotta voit helposti poistaa kovat varret kun keitos on valmis.
5. Keitä kunnes liha on kypsää. Odottaessasi teet valkosipulimajoneesin ja tilligremolatan ja valmistelet perunat paistettaviksi.
6. Kun liha on mureaa, nosta se pois ja anna jäähtyä vähän, sitten paloittele liha pieniksi. Tällä aikaa pata saa kiehua vähän kokoon, sitten maustat sen pippurilla, suolalla ja sitruunankuorella.
7. Suurusta Maizenalla ja lisää lihapalat pataan.

Valkosipulimajoneesi

3 dl rapsiöljyä
1 munankeltuainen
1 rkl dijonsinappia
1 rkl valkoviinietikkaa
2 – 4 valkosipulinkynttä
1 dl kuohukermaa
Suolaa

1. Lämmitä huoneenlämpöiseksi ainekset paitsi kerma
2. Sekoita sinappi, viinietikka ja munankeltuainen, sitten vatkaa sekaan öljyä kunnes seos on niin sakeaa että pintaan jää lusikalla vedettäessä viiva.
3. Hienonna valkosipuli puristimella tai riivinraudalla toivomaasi karkeuteen, sekoita muihin aineksiin ja mausta suolalla.
4. Vispaa kerma paksuksi ja kuohkeaksi. Sekoita se esim. lastalla seokseen juuri ennen tarjoilua.

Tilligremolata

Nippu tilliä
Luomusitruuna
Oliiviöljyä
2- 4 valkosipulinkynttä

1. Leikkaa tilli hienoksi
2. Raasta sitruunan kuori ilman että valkoista osaa tulee mukaan. Hienonna valkosipuli ja sekoita tillin kanssa.
3. Purista sitruunan mehua maun mukaan ja lisää pari ruokalusikallista oliiviöljyä

Tarjoile pata lohkopurunoiden, valkosipulimajoneesin ja tilligremolatan kanssa

Resepti; Oscar Lindholm, kokki ja ravintoekologi, Djurmo Turism
firmaoscarlindholm@gmail.com 040 844 5641

Lammgryta (lammragu) med vitlökskräm, dillgremolata och rostad potatis

Drygt 1 kg lammfog, nacke eller stek med benet kvar
2 gula lökar
Ca. ½ vitlök
1 chilipeppar
1 litet huvud rotselleri eller 2-3 stjälkar blekselleri
Ca 300 g vitkål
Ca. 3 kvistar färsk rosmarin
1 Litet knippe färsk timjan
4 lagerblad
Skalet från 1 citron
½ L torrt vitt vin
Vatten
Smör och neutral olja att steka
Salt och svartpeppar
Maizena för redning

1. Smält smöret och oljan på medelvärme i en gryta. Lägg i hela lammstycket när smöret tystnat och börjat bli gyllene. Bryn köttet runtom tills det fått fin färg och ta sen upp köttet ur grytan och sänk värmen.
2. Finhacka lök, vitlök, chili, selleri och lägg i grytan med lite mera smör och stek minst 10 minuter utan att det bryns.
3. Höj värmen igen till medelvärme och slå på vinet. Låt vinet koka in någon minut och lägg sedan i köttet på nytt och täck med vatten och smaka av med ordentligt med salt.
4. Lägg i örterna och lagerbladen. Knyt gärna ett steksnöre runt rosmarin och timjan så du lätt kan fiska upp de träiga stammarna när grytan kokat klart.
5. Koka tills köttet är helt mört. Under tiden gör du vitlökskrämen och dillgremolatan och förbereder potatisen.
6. När köttet är mört och du plockat upp det ur grytan låter du det svalna lite innan du plockar det i mindre bitar eller tärnar det. Under tiden kokar du ihop grytan utan lock och smakar av den med salt, nymald svartpeppar och rivet citronskal.
7. Red till sist av med maizena och lägg tillbaka köttet i grytan.

Vitlökskräm

Ca. 3 dl rapsolja
1 äggula
1 msk dijonsenap
1 msk vitvinsvinäger
2-4 vitlöksklyftor
1 dl vispgrädde Salt

1. Temperera alla ingredienser utom vispgrädden.
2. Blanda dijon, vinäger och äggulor och vispa sedan i olja tills konsistens är så tjock att du kan dra en sked genom den och spåren blir kvar.
3. Finriv vitlök efter smak på ett zestjärn eller ett rivjärn och blanda med övriga ingredienser och smaka av med salt.
4. Vispa grädden så den tjocknar och är len och luftig. Vänd ner den i vitlökskrämen med en slickepott precis innan servering.

Dillgremolata

1 knippe dill

1 ekologisk citron olivolja

2-4 vitlösklyftor

1. Skär dillen fint.

2. Riv det gula på citronen på ett zestjärn eller fint på ett rivjärn men undvik det vita som kan vara beskt. Gör samma sak med vitlöken och vänd ner i dillen.

3. Pressa i saft från citronen (Hela eller halva beroende på tycke och smak) och häll på några matskedar olivolja.

Servering

Servera grytan med rostad klyftpotatis och toppa med vitlöskrämen och dillgremolatan.

Recept av Oscar Lindholm, kock och måltidsekolog för Djurmo turism

Kontakt: firmaoscarlindholm@gmail.com 040 844 5641