

Krämig pumpa-gratäng



Den rostade pumpan ger inte bara en god smak till den här krämiga gratängen men också en vacker färg! Har du mycket kokt pasta över? Självklart går det bra att göra den här gratängen även på pasta som kokat lite längre.

Ingredienser: 10 portioner.

950 g	bakad pumpa (utan skal)
100 g	smör
1 dl	vetemjöl
30 g	vitlök
75 g	vitt vin
200 g	grädde
200 g	mjölk
200 g	färskost
150 g	riven långlagrad ost
2/3	torkad rosmarin
2 msk	chiliflakes
	salt o peppar
1250 g	svenska makaroner
100 g	finriven lagrad ost på toppen

1. Koka makaronerna i ett par minuter tills de är rejält "al dente" med ordentligt tuggmotstånd.
2. Mixa den bakade pumpan (utan skal) med mjölk, grädde, vin och färskost.
3. Hetta upp en kastrull med smör och fräs mjölet, rosmarin och chili i smöret en kort stund.
4. Tillsätt den mixade vätskan och låt koka upp. Krydda med salt och peppar och rör ner den rivna osten.
5. Sjud i några minuter under omrörning på svag värme.
6. Vänd ner de halvkokade makaronerna och blanda runt allt. Häll i en gratängform och toppa med riven ost.
7. Gratinera i ugn på 175 grader tills gyllenbrun på toppen.



Pastarevolutionen
med Lisa Lemke



Bra mat från
Lantmännen

Penne med svamppesto



Ett perfekt sätt att ta tillvara på svampen när den finns i överflöd, då peston går fint att frysa in.

Ingredienser: 10 portioner.

600 g valfri svamp, t.ex ostronskivling, kantareller
olja att steka svampen i
200 g schalottenlök
25 g vitlök
Ca 3 dl olivolja/rapsoolja
100 g rostade solroskärnor
200 g riven lagrad ost, gärna t ex Västerbotten, lagrad Prästost, Wrångebäck eller liknande
2 msk citronsaft
rivet skal från 2 citroner
40 g hackad persilja
1250 g svensk pasta, t.ex Penne
riven lagrad ost
hackad persilja till servering

1. Hacka lök, vitlök och svamp.
2. Fräs svampen i en stekpanna med ca 2 msk olivolja tills vätskan går ut svampen och svampen börjar få färg.
3. Tillsätt lök och vitlök och fortsätt steka allt i ett par minuter under omrörning. Smaka av med salt och nymalen svartpeppar.
4. Låt svalna några minuter och mixa sedan med olja, solroskärnor, ost, citron och persilja till en slät pesto. Smaka av med salt och peppar.
5. Koka pastan tills "al dente" i ordentligt saltat vatten och håll av pastan (spara ca 3 dl av pastavattnet) håll pastan med peston i en sauteuse och ca hälften av pastavattnet som du sparar. Rör om över svag värme och låt gå samman till en krämig pasta.
6. Tillsätt eventuellt mer pastavatten om det behövs.
7. Toppa med riven ost, hackad persilja och servera.



Pastarevolutionen
med Lisa Lemke



Bra mat från
Lantmännen

Krämig dragonkyckling-pasta med rostade rotfrukter



En riktig höstpasta! Tricket för att få en god pasta där sås och pasta är "ett" är att alltid låta pastan koka färdigt den sista minuten i såsen så tänk på att inte låta den koka för länge i pastavattnet från början. Blir såsen för kort, bara tillsatt mer pastavatten.

Ingredienser: 10 portioner.

400 g fint tärnade rotfrukter,
t.ex rödbetor och palsternacka
olivolja
2 st krossade vitlöksklyftor
salt och peppar
timjan
750 g kycklinglårfilé
180 g hackad gul lök
35 g hackad vitlök
5 msk finhackad dragon i vinäger
75 g vitt vin
250 g grädde
125 g creme fraiche
1 msk dijonsenap
salt och peppar
1250 g svensk fusili
pastavatten att späda såsen med
lagrad ost att toppa med

1. Rosta de fint tärnade rotfrukterna med krossad vitlök, timjan, olja samt salt och peppar på ca 175 grader tills de är mjuka och börjar få lite färg.
2. Ta ut och ställ åt sidan medan du gör resten av rätten.
3. Strimla kycklingen i små bitar och bryn i olja.
4. Tillsätt lök och vitlök och fortsätt fräsa tills löken är mjuk. Tillsätt dragon och låt fräsa med.
5. Slå på vitt vin och koka upp. Tillsätt grädde, crème fraiche och dijonsenap, krydda med salt och peppar och låt koka på svag värme. Sjud ett par minuter på svag värme och smaka sedan av med salt och peppar.
6. Koka pasta "al dente! i ordentligt saltat vatten.
7. Häll ner pastan i såsen och späd med lite av pastavattnet. Slunga runt pastan i såsen (låt den gärna koka samman i någon minut under omrörning) och smaka av.
8. Toppa med de rostade rotfrukterna och lite riven ost vid servering.



Pastarevolutionen
med Lisa Lemke



Bra mat från
Lantmännen

Pasta Alfredo 2.0



Det är inte mycket som kan gå fel med trion pasta, ost och smör – en klassiker som går hem hos alla. Men med lite detaljer går det att ta klassikern till ny nivå!

Ingredienser: 10 portioner.

1,1 kg	svensk torkad pasta, t ex fusilli
50 g	vitlöksklyftor
125 g	basilika
125 g	plockad persilja
Ca 60 g	citronsaft
37 g	salt
1,5 dl	olivolja
190 g	smör
190 g	finriven lagrad ost med mycket smak, t ex västerbotten eller svensk version av parmesan eller peccorino
5 g	nymalen svartpeppar
	Pastavatten

Picklade grönsaker:

2,5 dl	äpplecidervinäger
2,5 dl	strösocker
7,5 dl	vatten
500 g	skalad morot, kålrabbi, fänkål eller annan grönsak

1. Koka upp äpplecidervinäger, socker, salt och vatten tills sockret löst sig, ta sedan bort kastrullen från värmen.
2. Hyvla grönsakerna tunt (ca 3 mm) på mandolin.
3. Lägg ner grönsakerna i lagen och låt svalna.
4. Hacka örterna till smöret grovt och mixa med vitlök, skal och saft från citron samt salt och peppar till en grön massa. Tillsätt smöret och mixa tills du har ett slätt grönt smör.
5. Koka upp rikligt med vatten som du kryddar ordentligt med salt, tänk att vattnet ska smaka som en kallsup av havet. Koka pastan tills den är ordentligt al dente med tydlig kärna (låt den ha någon minut kvar att koka).
6. Tillsätt smöret till en sauteuse och ställ på en platta med lägsta värme. Slå på ca 5-7 dl av pastavattnet och vispa tills du har en sås som gått samman. Tänk på att inte låta såsen koka, då är risken att osten koagulerar sig och såsen blir grynig.
7. Tillsätt pastan och låt den gå färdigt någon minut i såsen under omrörning. Rör tills såsen lägger sig runt pastan. Stäng av värmen efter någon minut och smaka av med salt och peppar.
8. Lägg upp pastan i tallrikar, toppa med riven ost och de picklade grönsakerna. Servera genast.



Bra mat från
Lantmännen



Pastarevolutionen
med Lisa Lemke

Pasta pesto



Istället för att använda nötter som man gör traditionellt i en pesto, går vi istället på solroskärnor och ströbröd för att göra den lite mer anpassad för nötallergiker. Dessutom perfekt sätt att ta tillvara på överblivet bröd. (godast blir det om du inte mixer brödet helt slätt till ett fint ströbröd utan att det har lite grovlek)

Ingredienser: 10 portioner.

1,1 kg torkad svensk pasta, t ex lasagnette
250 g grovhackade färska örter, t ex persilja och basilika (kan också drygas ut med grönkål, rucola eller liknande)
38 g vitlök
100 g solroskärnor
75 g mixade torkade brödsmulor
ca 40 g citronsaft
100 g finriven lagrad ost
3,75 dl olivolja
25 g iskallt vatten
Salt och svartpeppar
Pastavatten
Ca 375 g mozzarella

1. Mixa örter, vitlök, solroskärnor och iskallt vatten i en matberedare tills allt är ordentligt mixat.
2. Tillsätt ströbröd, ost, citronsaft samt olja mixa hastigt till en pasta (Mixer du för länge kan både vitlöken och olivoljan bli bitter). Tillsätt mer vatten om blandningen är för tjock. Smaka av med salt och peppar.
3. Koka pastan al dente i ordentligt saltat vatten (låt den ha någon minut kvar att koka). Häll pesto i en sauteuse och blanda ut till en sås med ca 5 dl av det heta pastavatten.
4. Tillsätt pastan och låt på lägsta värme pastan gå färdigt i såsen under omrörning.
5. Servera genast toppad med riven mozzarella.



Bra mat från
Lantmännen

Pastarevolutionen
med Lisa Lemke

Pastagrätång med chorizo, tomat och mozzarella



Pasta över från gårdagen? Sätt upp en riktigt god gratäng på menyn – det perfekta sättet att ta tillvara på left-over-pasta!

Ingredienser: 10 portioner.

250 g	hackad gul lök
50 g	hackad vitlök
500 g	strimlad chorizo
10 g	hela fänkålsfrön - mortlars
2 msk	rökt paprika
500 g	kokta bönor, t ex borlottibönor
2 msk	tomatpuré
300 g	grädde
1 kg	krossade tomater
1,5 kg	svenska kokta Idealmakaroner
150 g	riven ost
625 g	mozzarella
	Salt och peppar
	Olja att steka i

1. Stek lök, vitlök och chorizo tills löken börjar bli mjuk. Tillsätt mortlad fänkål, rökt paprika och bönor och fortsätt fräsa ett par minuter. Krydda med salt och peppar.
2. Tillsätt tomatpuré och låt fräsa med i någon minut under omrörning, slå på grädde och krossade tomater och låt koka upp. Smaka av.
3. Vänd ner makaroner och mozzarella riven i mindre bitar. Håll i en ugnform och toppa med riven ost. Grädda på ca 225 grader tills du fått fin färg på ytan.



Pastarevolutionen
med Lisa Lemke



Bra mat från
Lantmännen

Krämig misopasta med bakad kål och pangrattato



Här en riktig grön vinnare att genast sätta upp på menyn! Fullmaxad med umami och smak, men med få (och billiga!) ingredienser. Lägg krutet på en riktigt bra svensk ost att riva över, det gör hela skillnaden!

Ingredienser: 10 portioner.

1350 g vitkål
15 vitlöksklyftor
Raps- eller olivolja
Salt och svartpeppar

150 g hackad lök
Neutral olja att steka i

1250 g svensk lasagnette

50 g vit miso
Ca 5 dl pastavatten
100 g smör
2 msk citronsaft
Salt och peppar

1 krm chiliflakes
Ca 100 g pecorino, eller annan långlagrad svensk ost

Pangrattato:

250 g vitt bröd
olivolja
50 g persilja
50 g citronzest
Salt och peppar

1. Börja med pangrattaton. Skär brödet i skivor och ringla över olivolja. Rosta i ugnen på ca 200 grader tills gyllene. Låt svalna. Mixa sedan till ett smul och blanda med finhackad persilja, rivet citronskal och smaka av med salt och peppar.

2. Skär vitkålen i tunna klyftor och lägg på plåt tillsammans med hela skalade vitlöksklyftor som du "gömmer" under kålen så de inte bränns. Ringla över olja och krydda med salt och peppar. Baka på 175 grader tills kålen börjar få fin färg och bli lite mörkbrun i kanterna.

3. Koka pastan al denne (i underkant) i ordentligt med saltat vatten. Hacka de vitlöksklyftor som bakades med kålen och fräs tillsammans med hackad gul lök i neutral olja tills den gula löken är mjuk. Vispa ner miso och pastavatten samt smör, citronsaft och chili. Smaka av med salt och rikligt med nymalen svartpeppar.

Skär den bakade kålen i mindre bitar. Låt lasagnetten koka med i miso-såsen i en minut, späd med mer pastavatten om det behövs. Vänd ner kålen och generöst med finriven ost. Servera genast och toppa med mer riven ost och pangrattato.



Pastarevolutionen
med Lisa Lemke



Bra mat från
Lantmännen

Pastasallad med tahinidressing, örter och krispiga grönsaker



Vår svenska pasta står sig bäst i klassen i tester på Umeå universitet när det gäller hur den håller sig i kvalitet vid varmhållning. Det gör den till en riktigt bra svinn-historia – den funkar utmärkt även i steg två, till exempel i pastasallad.

Ingredienser: 10 portioner.

2250 g kokt svensk penne
750 g frysta gröna ärtor, blancherade
500 g gurka
75 g hackad persilja
Ca 50 g hackad mynta
125 g picklade rödlök
500 g röd spetskål
30 g olivolja
15 g citronsaft
Salt och peppar

Dressing:

150 g tahini (skakad)
25 g citronsaft
10 g riven vitlök
100 g olivolja
10 g honung
150 g yoghurt
Salt och peppar
ca ½ dl pastavatten

1. Börja med att blanda samman dressing, tänk på att skaka tahini ordentligt innan du använder den. Blanda pastan med dressing.

2. Skiva rödkålen tunt med mandolin och blanda med olivolja, citronsaft, salt och peppar.

3. Lägg ovanpå pastan tillsammans med gröna ärtor, hackad persilja och mynta, tärnad gurka samt rödlök. Blanda samman och servera.



Bra mat från
Lantmännen



Pastarevolutionen
med Lisa Lemke