

»Jag använder numera nästan bara ekologiska och biodynamiskt odlade grönsaker och råvaror – för att det är godare och bättre på alla vis. Men som jag fick lära mig i skolan: Ingen regel utan undantag. Glöm därför inte bort att det finns producenter som är fantastiska på alla sätt, men inte är certifierade. Använd de fem sinnen du har!«



## VINTERGRÖNT

Stefan Eriksson lagar vinterns godaste gröna rätter med den rätta fingertoppskänslan.

AV MALIN ANDERSSON FOTO DAVID BACK SE RECEPT I SLUTET AV MAGASINET

### BETOR MED BRYNT SMÖR OCH SKALDJURSBULJONG

När det gäller det brynta smöret, tänk på att röra hela tiden och att inte sila smöret före servering; då försvinner det goda. Änga eller saltbaka betorna för godast resultat.



### GRÖNKÅLSBULJONG MED MANDELCRÈME

Grodda mandlarna med skal, för det ger godare smak. När man groddar mandlar förändras enzymerna och de blir mer näringsrika och lättare att smälta.



### VINTERSALLAD MED SYLTADE TOMATER

Ta vara på sommaren och servera de torkade örterna och syrade grönsakerna i en lätt sallad, gärna med en god olivolja – eller varför inte valnötsoolja – och ett välbakat bröd till.

### LÖK, HAMPA OCH VINÄGER

Det syrliga, lite jordiga och söta i lökarna möter den krämiga hampafröcremen med sin lilla syrlighet från citronsaften på ett mycket trevligt sätt.



### JORDÄRTSKOCKSSNACKS

Välj dina skockor noga här; ekologiska blir absolut godast!  
På våren när jordärtskockorna börjar växa i jorden kommer det skott,  
och dessa är sjukt goda innan de nått ljuset.

### BAKAD ROTSELLERI MED ÄGG- OCH TRYFFELSÅS

Nu till våren kommer vi att plantera sorten Magdeburger Macht, den är riktigt god! Vad heter rotsellerisorten som du köper hos handlaren? Servera kanske med lite blad till – spenat, mangold, hela persiljeblad som är vända i vinägrett är gott till.



hemma <sup>äntligen</sup>  
VALDE TRIVSELHUS

FÖR VISNINGSTIDER  
SE HEMSIDAN



MED STILSÄKER  
DESIGN OCH HÖG  
KVALITET SKRÄDDARSYR  
VI DITT NYA HEM