

## Potatis i alla former.

En potatis är inte bara en potatis. De olika sorterna har sina speciella egenskaper, färg och form. Det gäller att använda rätt potatis till rätt rätt, därför utgår vi från användningsområde när vi packar vår potatis. De rutiga påsarna med namn som Kok, Klyft, Gratäng och Mos hjälper dig att välja rätt potatis. Och vi har också ekologiskt odlad potatis för dig som föredrar ett ekologiskt alternativ. Allt för att göra det lättare och roligare i köket.



Svegros samtliga packerier är certifierade enligt SMÅK:s riktlinjer för hygien-, miljö- och kvalitetsarbete på potatispackerier.



Vår ekologiska potatis är producerad enligt KRAV:s regler. KRAV kontrollerar alla led i såväl produktion som distribution till dess att KRAV-märket sätts på produkten.



Våra örter, sallater och den packade potatisen märker vi med Svenskt Sigill, ett kvalitetsmärke som garanterar att råvarorna är producerade på svenska gårdar som lever upp till höga krav på livsmedels säkerhet och miljöhänsyn.



FRÅGOR, TIPS OCH RECEPT:  
WWW.SVEGRO.SE, TEL 08-602 23 00

## Svegro potatis



NYA RECEPT MED ALL VÄRLDENS SMAKER



# Potatis med smaker från hela världen.

Den här gången har Peter rest runt hela världen och hämtat inspiration till lättlagade maträtter med potatis i huvudrollen. Här hittar du influenser från tapaskulturen i Spanien, grekisk husmanskost, italienska smaker från Parma och en kryddig indisk gryta. Njut av sköna kvällar med potatis i alla dess former!

Alla recept är skapade av Peter Norman och är beräknade till 4 portioner om det inte står något annat. Titta gärna in på vår hemsida [www.svegro.se](http://www.svegro.se) för fler inspirerande recept.



PETER NORMAN,  
VÅR MATINSPIRATÖR.

Peter Norman är kock och matstylist och medverkar ofta i kokböcker och reportage i olika mat- och inredningsmagasin. Just nu är han aktuell med sin nya bok, Pink! Den rosa kokboken, med härliga exotiska maträtter och möten med människor i hela världen. Peter kombinerar sitt genuina matintresse med resor, men även den egna trädgården ligger honom varmt om hjärtat. All denna inspiration samlas i hans nyskapande recept. Och det märks förstås att han vurmar lite extra för det gröna och sköna.



## Potatis- och broccoliplättar med chili och örtkeso

500 g Svegro Mandelpotatis, skalad och sköljd  
500 g broccoli, hackad  
2 spansk peppar, delade, urkärnade och strimlade  
1 ägg  
2 dl mjölk  
3 dl mjöl  
2 tsk salt  
olja till stekning

Blanda ägg, mjöl, mjölk och 1 tsk salt i en matberedare till en jämn smet. Riv potatisen grovt, salta och pressa ut så mycket vatten som möjligt. Blanda ner potatisen, broccolin och spansk peppar i äggsmeten. Klicka i

smeten i en stekpanna och stek plättarna på båda sidor till gyllene i olja. Servera med örtkeso

ÖRTKESO:  
200 g Keso  
1 kruka Svegro färsk basilika, plockad  
1 kruka Svegro gräslök, finhackad  
1 kruka Svegro färsk timjan, plockad  
salt och nymald svart peppar

Blanda alla ingredienserna och smaka av med salt och peppar.

## Råraka med rökt lax, rucola, dill och gurka



1 kg Svegro Klyft potatis, skalad och sköljd  
1 knippe salladslök, rensad och strimlad  
2 tsk salt  
nymald svartpeppar  
smör  
1 ask Svegro ekologisk rucola à 60 g  
200 g rökt lax  
1 kruka Svegro dill  
1/2 gurka, skalad, urkärnad och skivad

Grovriv potatisen och blanda med salladslöken. Salta, peppra, rör om och pressa ut så mycket vätska som möjligt. Smält smör i en stekpanna och klicka i smeten och stek i omgångar. Stek på båda sidor och tryck till dem med en stekspade, tills de är gyllenbruna. Servera med rökt lax, rucola, dill och gurka.

## Rosmarinpotatis 4 PORTIONER SOM TILLBEHÖR



1 kg Svegro Klyft potatis, skalade  
5 msk smält smör  
1 kruka Svegro färsk rosmarin  
3 msk ströbröd  
flingsalt och nymald vitpeppar

Sätt ugnen på 225 grader. Skär potatisen i tunna skivor, fast inte helt igenom. Lägg potatisarna med den skivade sidan upp i en smord form. Pensla dem med smält smör och ugnsbaka i 45 min. Tag ut formen efter 30 min, pensla igen och strö över salt, peppar, rosmarin och ströbröd. Sätt in i ugnen och baka vidare i 15 min tills potatisen är mjuk inuti och gyllenbrun på ytan.

## Potatis- och grönärt-soppa med peccorino och mynta

500 g Svegro Mos potatis, skalad och tärnad  
300 g purjolök, skivad  
250 g gröna ärtor  
1 1/2 l kycklingbuljong  
2 krukor Svegro färsk mynta  
100 g peccorino ost  
salt och peppar

Lägg potatis och purjolök i en kastrull och håll över buljongen. Koka upp soppan under lock och låt koka tills potatisen och purjolöken har mjuknat. Ta av kastrullen och tillsätt gröna ärtor och mynta. Mixa soppan slät med en stavmixer smaka av med salt och peppar. Dekorera med mynta, peccorino och gröna ärtor.



## Aloo Gobi

1/2 kg Svegro Amandinepotatis, skalad och tärnad  
3 msk matolja  
2 msk svarta senapsfrön  
1 gul lök, skalad och tärnad  
1 tsk gurkmeja  
2 msk garam masala  
2 cm färsk ingefära, finhackad  
4 tomat, tärnade  
1 blomkål, delad i buketter  
salt  
1 kruka Svegro färsk koriander

Värm matoljan i en stekpanna med senapsfrön och när senapsfröna har börjat poppa tillsätt potatisen och löken. Salta och stek under ständig omrörning några minuter och tillsätt 1 dl vatten, gurkmeja och garam masala. Stek tills vattnet försvinner. Tillsätt ingefäran, tomaterna, blomkålen och 1 dl vatten, fortsätt steka under omrörning tills potatisen är genomkokt. Dekorera med koriander.



## Kummin- och fetaostfylld Smått & Gott-potatis CA 20 ST



1 kg Svegro Smått & Gott delikatesspotatis  
salt  
200 g fetaost, tärnad  
2 spansk peppar, delade urkärnade och strimlade  
3 msk olivolja  
2 msk kummin  
1 krukka Svegro färsk timjan

Sätt ugnen på 200 grader. Picka potatisen med en gaffel och lägg den i en ugnfast form och baka i ca 30 minuter mitt i ugnen. Gör ett snitt i varje potatis och tryck till så de öppnar sig. Fördela fetaosten och spansk peppar i potatisarna. Hetta upp oljan i en panna och stek kumminfröna i några sekunder tills de knäpper. Droppa kumminoljan över potatisarna och dekorera med timjan.

## Skordalia med saltstekta räkor

4 PORTIONER SOM FÖRRÄTT

300 g Svegro Kok potatis  
4 vitlöksklyftor  
2 dl olivolja  
3 msk färskpressad citronjuice  
2 tsk salt  
500 g räkor med skal  
salt  
olja

Koka potatisen med skalet på tills de är mjuka inuti. Låt svalna, skala och pressa i en potatispress. Stöt vitlöken i en mortel med salt till en puré. Tillsätt citronjuice och pressad potatis. Rör ner olivoljan, lite åt gången i en tunn stråle. Lägg räkorna på ett hushållspapper så vätskan suggs upp. Stek i en het panna, några åt gången i olja och salt, tills de fått en fin röd färg. Servera räkorna varma med skordalia och vattenkrasse.



## Potatisgnocchi med salvia och parmesan

1 kg Svegro Mos potatis  
2 ägg  
250 g mjöl  
1 krukka Svegro färsk basilika, finskuren  
1 krukka Svegro persilja, finskuren  
salt  
1 krukka Svegro färsk salvia, plockad  
50 g smör  
100 g parmesanost

Koka potatisen med skalet på. Låt den ånga av. Skala och pressa i potatispress. Knäck i äggen och salta. Rör i mjölet, basilikan, persiljan och arbeta samman till en

deg. Dela degen i 8 delar och rulla ut varje bit till en lång korv, tjock som en tumme. Skär 2 1/2 cm bitar och rulla dem i mjöl. Koka gnocchin, några åt gången, i saltat vatten. De är klara när de flyter upp till ytan. Lyft upp med en hålslev. Smält smöret i en panna med salvian. Lägg i gnocchin och rör om. Servera med färskriven parmesan.