

# Zweedse Vleesgerechten

## **Pytt i Panna - Zweedse Hachee**

6 middelgrote aardappelen geschild en in blokjes gesneden,  
of 750 gram aardappelblokjes uit de diepvries.

1 pond gebraden rundvlees, eveneens in blokjes.

250 gram ham, ook in blokjes.

2 uien.

boter.

olie.

1 eetlepel peterselie.

zout.

peper.

1 eidooier of gebakken ei per persoon.

Smelt wat boter en olie in een grote braadpan op flinke hitte. Als het schuim wegtrekt de aardappelblokjes erbij doen. Draai de hitte terug tot matig en bak de blokjes 15 tot 20 minuten tot ze bruin en knapperig zijn. Haal ze uit de pan en zet ze opzij om af te druipen op een laagje keukenpapier.

Doe als dat nodig is nog wat meer boter en olie in de pan en braad hierin de uien tot ze glazig zijn, maar niet bruin. Voeg dan de blokjes vlees en ham toe en verhoog de hitte een beetje. Braad het geheel ongeveer 10 minuten.

Schud de pan voortdurend zodat de vleesblokjes aan alle kanten licht aanbruinen.

Doe de aardappelblokjes er weer bij en laat alles sudderen tot de aardappelen weer goed heet zijn.

Bestrooi de hachee met peterselie en voeg zout en peper naar smaak toe.

In Zweden wordt de hachee opgediend in porties op voorverwarmde borden.

Maak in elke portie een kuiltje met de bolle kant van een lepel.

Zet hierin een halve eierschaal met een eidooier erin.

Iederéén kan nu zelf de dooier door de hachee mengen. Een alternatief hiervoor is om het te serveren met een gebakken erop.

## **Köttbullar - Zweedse Gehaktballetjes**

1 eetlepel boter

1 fijngehakte ui.

1 grote gekookte aardappel, fijngeprakt.

3 eetlepels droog broodkruim of paneermeel.

1 pond mager rundergehakt.

5 eetlepels slagroom.

1 ei.

1 eetlepel peterselie.

2 eetlepels boter.  
2 eetlepels olie.  
1 eetlepel bloem.  
12 eetlepels dunne room of slagroom

Smelt in een kleine braadpan de eetlepel boter. Bak hierin de uien tot ze glazig zijn maar niet bruin. Doe in een grote kom de uien, aardappelpuree, brood of paneermeel, gehakt, slagroom, zout, ei en peterselie.

Kneed deze massa zorgvuldig door elkaar totdat alle ingrediënten goed vermengd zijn, en het een glad en luchtig mengsel is. Maak van dit mengsel kleine balletjes van ongeveer 3 cm. doorsnee. Leg de balletjes op een schaal en bedek ze met plastic huishoudfolie.

Smelt de 2 eetlepels boter tezamen met de olie in een pan.

Braad hierin de balletjes aan alle kanten door voortdurend de pan te schudden. In ongeveer 10 minuten zijn de balletjes mooi bruin en gaar.

Neem de balletjes uit de pan en giet het vet eraf. Roer de bloem door het vet.

Roer vervolgens de room erdoor en kook deze saus een paar minuten tot dik en glad is.

Giet de saus over de balletjes en dien ze op.

### **Gehakt a la Lindström**

4 sjalotjes of 2 uien  
1 prei  
4 eetlepels kappertjes (potje)  
1 eetlepel groene peperkorrels (potje)  
ca. 150 g rode biet (pot)  
500 g rundergehakt  
4 eetlepels bietensap  
1 middelgroot ei  
2 theelepels zout  
1 theelepel versgemalen zwarte peper  
5 eetlepels zonnebloemolie  
2 eetlepels vlees bouillon  
1½ dl zure room of crème fraîche  
bieslook

Pel de sjalotjes en hak ze zeer fijn. Maak de prei schoon en snipper hen eveneens fijn. Laat de kappertjes uitlekken en meng ze met de uitgelekte peperkorrels. Zet ze apart. Laat de bietjes uitlekken en maal ze fijn, bijvoorbeeld in een blender. Bewaar het vocht. Meng in een kom sjalot, prei en biet met elkaar.

Haal het gehakt met een vork los en vermeng dit met de groenten in de kom, de kappertjes en peperkorrels. Roer wat bietensap en het losgeklopte ei erdoor en breng op smaak met zout en peper. Vorm van deze massa eerst 8 ronde balletjes en druk ze dan met de handen wat plat.

Verhit de olie in een ruime koekenpan en bak de schijven op hoog vuur aan beide kanten goudbruin. Temper de warmtebron, voeg de bouillon toe en laat nog ca. 4 minuten, afgedekt, per kant stoven. Neem de schijven uit de pan, roer het overgebleven fond los met nog wat bietensap en de room voor een mooie volle saus.

Serveer het vlees met de saus en bestrooi het geheel met wat geknipte bieslook. Geef hierbij bijvoorbeeld een salade van wortel en komkommer met een dressing naar keuze.

### **Vårkyckling - Lentekip**

4 stukken kipfilet van elk ongeveer 125 gram

Voor de marinade:

het sap van 1 citroen

1 eetlepel olie

1 eetlepel water

2 theelepels zout

2 teentje knoflook, geperst

½ theelepel oregano

½ theelepel tijm

1 theelepel tabasco of curry

Verwarm de oven voor op 200 graden. Doe alle spullen voor de marinade in een ovenvaste schaal. Leg de kipfilet er in en rol ze rond zodat ze geheel bedekt worden met de marinade. Laat dit minimaal 2 uur intrekken, liefst nog iets langer. Zet dan de schaal met marinade en kip in de oven. Bak de kip ongeveer 25 minuten tot ze gaar is. Serveer de kip met pasta of rijst en een frisse salade.

### **Färsrulader - Gevulde kalfsrolletjes**

Benodigdheden:

½ liter koud water

1 aardappel, geschild en in 4 stukken gesneden

2 eetlepels boter

4 eetlepels fijngehakte uien

1 pond fijngemalen kalfsvlees

2 eetlepels paneermeel

125 ml. room

2 eetlepels water

1½ theelepel zout

½ theelepel witte peper

1 ei

2 eetlepels fijngehakte peterselie

1 eetlepel maizena

8 eetlepels zeer dun gesneden prei (alleen het witte gedeelte)

8 eetlepels boter

4 eetlepels room

Breng in een grote steelpan het water aan de kook. Doe daar de aardappel en kook deze tot ze zacht is (10 a 15 minuten). Giet het water af en prak de aardappel fijn met een vork.

Smelt in een kleine braadpan 2 eetlepels boter. Bak hierin de uien tot ze zacht zijn en doorzichtig maar niet bruin.

Doe de uien in een kom en voeg de aardappel, het kalfsvlees, de peterselie, room, water, peper en zout en de maizena hieraan toe.

Meng alles goed door elkaar en zet het mengsel tenminste een uur in de koelkast.

Maak een grote houten broodplank nat met water en rol het gehaktmengsel uit tot een lap van ongeveer 40 bij 40 cm en 3 mm dik. Zowel je handen als de deegrol moeten voortdurend nat zijn om aankleven van het mengsel te voorkomen.

Snij de plak in 16 vierkantjes van 10 bij 10 cm en strooi een laagje van de prei erover.

Rol elk vierkantje met behulp van een pannenkoekmes op. De rolletjes kunnen nu gebraden worden, maar het is beter ze eerst nog weer te koelen in de koelkast. Verwarm 2 eetlepels boter in een braadpan en leg er voorzichtig de rolletjes in, steeds 4 tegelijk.

Als alle rolletjes gebraden zijn de 4 eetlepels room in de pan doen en in enkele minuten goed heet laten worden in het vet tot ze dik wordt.

Giet de saus over de rolletjes die u warm heeft gehouden in een ovenschaal en dien ze zo op.

### **Kalvsjärpar - Kalfsvinken met Peterselieboter .**

Dit heb je nodig voor 2 personen:

40 gram boter

1 teentje knoflook

2 eetlepels fijngehakte peterselie

cayennepeper

zout

2 lente-uitjes

2 kalfsschnitzels van 125 gram

versgemalen peper

5 eetlepels slagroom

bindgaren, dun rolladetouw of cocktailprikkers

Roer in een kommetje de helft van de boter zacht, pers de knoflook erboven uit en roer de peterselie, een snufje cayennepeper en een snufje zout erdoor. Snij de lente-uitjes in lange, dunne reepjes. Halveer de schnitzels. Leg een schnitzel tussen 2 laagjes vershoud-folie en rol hem met een deegroller iets dunner uit. Herhaal dit met de andere schnitzels.

Leg op elke schnitzel een paar reepjes lente-ui en verdeel de peterselieboter er in klontjes over.

Rol de schnitzels op en bind om beide uiteinden een stukje garen of steek de rolletjes met cocktailprikkers vast.

Verhit de rest van de boter in een braadpan of een koekenpan. Bestrooi de rolletjes met peper en zout en bak ze rondom bruin in de boter. Voeg 2 eetlepels water toe en stoof de rolletjes in ongeveer 10 minuten verder gaar. Keer ze af en toe om tijdens het stoven.

Schep de rolletjes op 2 warme borden.

Roer de slagroom door het bakvet en breng het aan de kook. Breng deze saus op smaak met peper en zout. Schenk de saus over de rolletjes.  
De kalfsvinken zijn erg lekker met gekookte aardappelen en een salade. Je kunt met dit recept lekker variëren door telkens verschillende kruiden in de boter te gebruiken.

