

## Vi odlar ren smakglädje.

På Färingsö utanför Stockholm odlar vi våra sallater och färska örter för att året runt kunna erbjuda dig nya smaker och matupplevelser. Och för oss handlar det goda inte bara om smaken. Vi mår om att odla våra grönsaker med hänsyn till människor, djur och natur.



Våra ekologiska örter är producerade 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

## Baka med örter



HÄRLIGA RECEPT MED SMAK AV FÄRSKA ÖRTER

FOTOGRAF HELENE PECHOICE. RECEPT ELISABETH JOHANSSON. MATSTYLST. PETER NORMAN/LUNDLUND.



# Ljuvliga dofter av nybakat med färska örter.

Färska örter doftar och gör nybakat grönare, skönare och mer spännande. Några färska blad kan pigga upp vilket bakverk eller dessert som helst.

Den här gången har vi tagit hjälp av Elisabeth Johansson, en av Sveriges bästa bagare och konditorer. Elisabeth har skapat nya spännande recept på bröd, kakor och desserter smaksatta med nyskördade färska örter.

Provsma våra goda och nyttiga dinkelfrallor med smak av timjan eller salviakryddade hasselnötsbröd som passar utmärkt till goda dessertostar. Vill du ha något sötare till kaffet kan du baka syltgrottor med blåbär och citrontimjan. Läs mer om våra färska örter och hur du bäst kan njuta av dem i matlagningen på vår hemsida [www.svegro.se](http://www.svegro.se)



ELISABETH JOHANSSON  
BAGARE OCH RESTAURANGKONDITOR

Elisabeth är både bagare och konditor och har arbetat på ett flertal välrenommerade restauranger. Hon har även jobbat som bagare på ett ekologiskt bageri och tycker det är härligt att använda färska örter i både desserter, bröd och bakverk. "Det både smakar och doftar så fantastiskt gott!" säger Elisabeth. Hon har varit medlem i det kvinnliga OS-kocklandslaget. 2004 blev Elisabeth lagsilvermedaljör och guldmedaljör i konditorkategorin vid Mat-OS i Erfurt. Hon har också skrivit många inspirerande kokböcker som även prisbelönts.



## Apelsin- och rosmarinbullar CA 40-45 BULLAR

### VETEDEG

50 g jäst  
150 g smör  
5 dl mjölk  
1 dl strösocker  
1/2 tsk salt  
2 tsk stötta kardemummakärnor  
1,3 l vetemjöl + 1/2 dl till utbakning  
1 ägg till pensling  
pärlsocker och grovt hackad färsk rosmarin

### APELSIN- OCH ROSMARINFYLLNING

250 g mandelmassa  
125 g smör, rumstempererat  
1 dl socker  
1 apelsin, finrivet skal och saften  
1 dl Svegro färsk rosmarin, hackad

Sätt ugnen på 225 grader. Smula ner jästen i en degbunke. Smält smöret och häll i mjölken, värm till 37 grader. Häll degvätskan i bunken och rör ut jästen. Tillsätt socker, salt och kardemumma. Rör ner lite mjöl i taget. Arbeta degen 5 min och låt den sedan jäsa ca 30 min under bakduk. Riv mandelmassan fint, rör ihop med smör, socker, apelsinskal, saft och rosmarin. Dela upp degen i två bitar, kavla ut och fördela fyllningen över degen. Rulla ihop och skär varje rulle i ca 20 bitar, lägg i kakformar på en plåt med snittytan uppåt. Låt jäsa ytterligare 30 min under bakduk. Pensla bullarna med ägg. Strö över pärlsocker och hackad rosmarin. Grädda bullarna i ca 10-12 min. Tag ut plåten och låt bullarna svalna på galler under en bakduk.

## Dinkel- och timjanfrallor 20 SMÅ BRÖD



50 g jäst  
1/2 dl rapsolja  
2 tsk salt, gärna oraffinerat  
2 msk svensk honung  
5 dl vatten, ljummet 37 grader  
3 dl dinkel fullkornsmjöl  
4 dl siktat dinkelmjöl  
5–6 dl vetemjöl special  
1 dl solrosfrön  
1 dl Svegro färsk timjan, hackad  
1 ägg, lätt uppvispat med en gaffel  
1/2 dl pumpakärnor  
1 msk flingsalt

Sätt ugnen på 200 grader. Blanda jäst, rapsolja, salt, honung, vatten och dinkel fullkornsmjöl. Arbeta in dinkelmjölet och arbeta in lite i taget av vetemjölet. Tillsätt solrosfrön och arbeta degen smidig i 5–10 min. Vänd i hackad timjan. Låt degen jäsa under duk i 30 min. Lägg degen på ett lätt mjölat bakbord och dela upp den i 20 bitar, forma bitarna till runda bullar. Lägg bullarna på en plåt med bakplåtspapper, pensla med ägg och strö över pumpakärnor och flingsalt. Låt bullarna jäsa under bakduk i 30 min. Grädda bröden i ca 15 min tills de har fått en fin ljusbrun färg. Låt bröden kallna på galler med bakduk över.

## Råg, salvia och hasselnötsbröd 2 BRÖD



7 dl vetemjöl  
3 dl fint rågmjöl  
3 dl grovt rågmjöl  
1 dl solrosfrön  
1 1/2 tsk bikarbonat  
1 tsk bakpulver  
2 tsk salt  
1 l filmjolk  
2 dl mörk sirap  
3 dl hasselnötter  
1 dl sultanrussin eller hackade torkade aprikoser  
1 kruka Svegro färsk salvia, hackad

Sätt ugnen på 175 grader. Smörj och mjöla två avlånga brödformar som rymmer ca 2 l. Blanda alla torra ingredienser utom hasselnötter och russin i en bunke. Rör i filmjolk och sirap. Vänd i hasselnötter, russin och salvia. Fördela degen i formarna och strö över lite grovt rågmjöl. Grädda bröden i ca 1 tim och 30 min. Kolla med en sticka att de är färdiggräddade. Tag ut bröden och låt dem stå ett par min i formarna. Tag ut bröden ur formarna och sätt dem på ett galler och låt bröden svalna under bakduk. Servera bröden till goda dessertostar!

## Syltgrottor med blåbär och citrontimjan 16 KAKOR

200 g smör, mjukt  
1 tsk vaniljsocker  
1 dl strösocker  
1 kruka Svegro färsk citrontimjan, hackad  
1/2 citron, finrivet skal  
5 dl vetemjöl  
1 dl blåbärsylt  
florsocker

Sätt ugnen på 175 grader. Vispa smör, vaniljsocker och socker, vitt och poröst med elvisp. Vänd i citronskal och timjan. Tillsätt mjöl och rör till en smulig deg, nyp ihop degen med händerna och vänd upp den på ett lätt mjölat bakbord. Dela degen i två bitar och rulla varje bit till en rulle som är 4–5 cm tjock. Skär upp rullarna i åtta bitar ca 3–4 cm tjocka. Lägg bitarna på en plåt med bakplåtspapper eller i bakformar med snittytan uppåt. Tryck ner ett finger i mitten av varje kaka. Fyll hålen med blåbärsylt. Grädda kakorna i 15 min eller tills de börjar få en gyllene färg. Pudra med florsocker.



## Timjan- och citronsockerkaka 12 BITAR

100 g smör  
1 1/2 dl mjölk  
3 ägg  
3 dl strösocker  
4 1/2 dl vetemjöl  
1 msk vaniljsocker  
2 tsk bakpulver  
1 citron, finrivet skal  
1/2 dl Svegro färsk (citron)timjan, hackad  
smör och ströbröd till formen

GLASYR: 2 dl florsocker, 1 msk citronsaft  
1 msk vatten, 1/2 dl Svegro färsk timjan, hackad

Sätt ugnen på 175 grader. Smörj och bröa en sockerkaksform som rymmer ca 2 l. Smält smöret och blanda ner i mjölken. Vispa ägg och socker pösigt, håll i det smälta smöret och mjölken. Sikta de torra ingredienserna och vänd ner i smeten. Vänd i citronskal, timjan och håll upp smeten i formen. Grädda kakan i mitten av ugnen i 45–50 min. Prova med en sticka om kakan är färdig. Rör ihop florsocker, citronsaft, vatten och timjan och glassera kakan.



## Äpple- och rosmarinbröd 2 BRÖD



50 g jäst  
6 dl äppelcider, rumsvarm  
1 msk råsocker  
2 msk rapsolja  
2 tsk salt, gärna oraffinerat  
3 dl durumvetemjöl  
1 l dl vetemjöl  
2 äpplen t ex Signe Tillisch eller Gravensteiner  
1 kruka Svegro färsk rosmarin, grovt hackad

Sätt ugnen på 250 grader. Blanda cider, jäst, råsocker, rapsolja, salt och durumvetemjöl. Arbeta in vetemjöl lite i taget. Arbeta degen i 5–10 min. Kärna ur äpplena och skär dem i tärningar. Vänd ner äppelbitarna och rosmarin i degen. Låt degen jäsa 1 tim under bakduk. Vänd upp degen på ett lätt mjölat bakbord och dela degen i två bitar. Baka ut degen i två runda bullar. Lägg bullarna på en lätt mjölad plåt och låt jäsa 30–40 min under bakduk. Skära dem med fyra snitt med en vass kniv. Sätt in bröden i ugnen. Spraya in vatten i ugnen med en blomspruta och sänk värmen till 200 grader. Grädda bröden på falsen näst längst ner i ca 25 min. Tag ut plåten och flytta över bröden till ett galler och låt bröden svalna utan bakduk.



## Anis- och dragonkakor med valnötter 24 KAKOR

200 g smör, mjukt  
1 tsk vaniljsocker  
1/2 dl strösocker  
1 dl farinsocker  
1 tsk anis, malen i mortel  
1/2 dl Svegro färsk fransk dragon, hackad  
4 dl vetemjöl  
1 1/2 dl valnötter, hackade  
valnötter till garnering

Sätt ugnen på 175 grader. Vispa smör, vaniljsocker, strösocker och farinsocker med elvisp. Vänd i anis och dragon. Tillsätt mjöl och rör till en smulig deg. Tillsätt valnöterna och nyp ihop degen med händerna och vänd upp den på ett lätt mjölat bakbord. Dela degen i två bitar och rulla varje bit till en 4 cm tjock rulle. Skär upp rullarna i tolv bitar, ca 2 cm tjocka. Lägg bitarna på en plåt med bakplåtspapper med snittytan uppåt. Platta till kakorna lite och sätt i en bit valnöt. Grädda kakorna i 15 min eller tills de börjar få en gyllene färg. Låt kakorna kallna på galler. Ringla eventuellt över lite smält choklad.



## Ört- och surdegsbaguetter 4 BAGUETTER

### SURDEG

1 dl vatten, 35 grader  
1 msk svensk honung  
2 dl vetemjöl

Blanda ihop alla ingredienser och förvara i en stor burk med lock i tre dagar på en varm plats, ca 27–28 grader. Rör om en gång om dagen. Fortsätt att "mata" degen, tillsätt 2 dl vetemjöl och 2 dl vatten, 35 grader. Rör om och låt stå ytterligare ett dygn.

25 g jäst  
6 dl vatten, kallt  
200 g surdeg  
1 msk råsocker  
16–17 dl vetemjöl special  
1 msk salt  
2 dl Svegro färska örter, rosmarin, basilika eller timjan, hackade  
1 msk flingsalt

Rör ut jästen med vattnet, surdeg och råsocker. Arbeta in hälften av vetemjölet och tillsätt saltet och resten av mjölet lite i taget. Arbeta degen i 10 min, tillsätt örterna. Plasta in bunken och låt degen jäsa i ca 1 1/2 tim. Dela degen i fyra bitar och baka ut till baguetter och lägg på en lätt mjölad plåt. Låt baguetterna jäsa under bakduk i 1 tim och 15 min. Sätt ugnen på 250 grader.

Pensla bröden med vatten och fördela flingsaltet på de fyra baguetterna. Skära bröden på snedden med en vass kniv. Sätt in bröden i ugnen och sänk värmen efter 5 min till 200 grader. Grädda brödet 15 min och spruta in lite vatten med en blomspruta i ugnen. Fortsätt därefter att grädda brödet i 10–15 min. Tag ut brödet och låt det svalna på galler utan bakduk.