# MIDDAGS TIPSET

4 port

## VARDAGSPIZZA

Lika enkelt som hämtpizza! Och minst lika gott...

**200 g zucchini**
**250 g körsbärstomater**
**200 g rökt skinka**
**2 dl Arla Köket® lätt crème fraiche, tomat & basilika**
**150 g Arla Köket® riven ost pizza**
**4 stora tortillabröd**

Sätt ugnen på 250°. Skiva zucchinin tunt. Dela tomaterna och strimla skinkan. Bred crème fraiche på bröden. Toppa med zucchini, skinka, tomater och ost. Grädda 2 pizzor åt gången, på plåtar med bakplåtspapper, i mitten av ugnen ca 10 min.

Scanna receptet till mobilen!

# MIDDAGS TIPSET

4 port

## TACOPAJ med KYCKLING

Färdiggrillad kyckling i mexikanskt kryddad tacopaj är supergott och enkelt att göra.

**125 g Arla® Svenskt Smör**
**3 dl vetemjöl, gärna fullkorn**
**½ tsk salt**
**2 msk vatten**

**Fyllning:**
**1 grillad kyckling**
**1 gul lök**
**1 msk Arla® Svenskt Smör**
**1 pkt taco kryddmix**
**1 dl vatten**
**2 ägg**
**2 dl Arla® mjölk**
**1 dl Arla Köket® riven ost texmex**

**Tillbehör:**
**Arla® gräddfil**
**gurkor i stavar**
**tacosås eller salsa**
**majschips, tacochips eller nachos**

Hacka ihop smör, mjöl och salt till en grynig massa. Tillsätt vatten och arbeta snabbt ihop till en smidig deg. Tryck ut degen i en pajform, ca 24 cm. Nagga degen. Låt stå i kyl ca 30 min. Sätt ugnen på 200°. Bena ur kycklingen och skär köttet i bitar. Hacka löken fint, fräs den mjuk i smör. Tillsätt kryddmix och vatten, låt koka på svag värme ca 5 min. Tillsätt kycklingbitarna, blanda väl och lägg allt i pajskalet. Vispa ihop ägg och mjölk och häll det över blandningen. Strö över ost. Grädda i mitten av ugnen ca 35 min, tills äggstanningen stelnat och osten fått fin färg. Servera pajen med tillbehören.

Scanna receptet till mobilen!

# MIDDAGS TIPSET

4 port

## BROCCOLIPAJ med PURJOLÖK

En matig och god broccolipaj där pajskalet blir extra knaprigt med lite linfrön i degen. Servera gärna sallad och kanske lite kallskuret eller rökt lax till.

**Pajdeg:**
- 125 g Arla® Svenskt Smör
- 3 dl vetemjöl
- 1 msk linfrön
- 2 msk kallt vatten

**Fyllning:**
- 250 g broccoli
- 1 purjolök
- 1 vitlöksklyfta, hackad
- 1 msk Arla® Svenskt Smör
- 150 g Arla® Svecia, riven

**Äggstanning:**
- 3 ägg
- 3 dl Arla Köket® matlagningsgrädde
- 1 tsk salt
- 1 krm svartpeppar

Sätt ugnen på 200°. Blanda samman smör, mjöl och linfrön till en grynig massa. Tillsätt vatten och arbeta snabbt ihop till en smidig deg. Tryck ut i en pajform, ca 24 cm. Nagga botten och låt stå i frys 10 min. Förgrädda mitt i ugnen ca 10 min. Skär broccolin i bitar och koka i lättsaltat vatten ca 5 min, låt rinna av. Strimla purjolöken. Fräs all lök i smör tills purjolöken är mjuk men inte tagit färg. Vispa ihop äggstanningen. Fördela lök, broccoli och riven ost i pajskalet och häll på äggstanningen. Grädda mitt i ugnen ca 35 min.

Scanna receptet till mobilen!

# MIDDAGS TIPSET

4 port

## FLÄSKFILÉ med ÄDELOST

En festlig och matig rätt där sötman från rödbetor och morot möter sältan från ädelost. Hittar du inte skogschampinjoner går det utmärkt att använda vanliga champinjoner.

**400 g fläskfilé**
**800 g blandade rotfrukter t ex potatis, rödbetor & morötter**
**Arla Köket® Smör-&rapsolja**
**salt & peppar**
**250 g skogschampinjoner**
**½ vitlöksklyfta**
**2 dl Kelda® matlagningsgrädde**
**1 tsk kinesisk soja**
**70 g Kvibille® ädel**
**babyspenat**

Sätt ugnen på 225°. Tvätta och klyfta potatis och rotfrukter. Lägg på plåt med bakplåtspapper. Ringla över smör-&rapsolja, salta och peppra. Tillaga mitt i ugnen ca 30 min. Skär svampen i klyftor och fläskfilén i skivor. Salta och peppra köttet. Bryn i smör-&rapsolja. Lägg över på ett fat. Fräs svamp och pressad vitlök 3–4 min. Lägg tillbaka köttet i pannan. Tillsätt grädde, soja och smula ner ädelosten. Rör om och sjud tills köttet är genomstekt. Servera gärna med babyspenat.

Scanna receptet till mobilen!

# MIDDAGS TIPSET

4 port

## KASSLER i UGN med SENAP & TOMAT

Kassler bakad i ugn med smakrikt täcke av färskost och tomater.
En ny vardagsfavorit!

**400 g kassler**
**150 g Arla® färskost naturell**
**1 msk dijonsenap**
**1 msk flytande honung**
**2 tomater**
**1 dl hackad färsk basilika**
**3 dl råris**
**65 g salladsmix**

Börja med att koka riset enligt anvisning på förpackningen. Sätt ugnen på 200°. Skär kasslern i skivor och lägg i en ugnssäker form. Rör ihop färskost, senap och honung. Bred färskost på varje skiva. Skiva tomaterna och lägg på färskosten. Tillaga i mitten av ugnen ca 20 min. Strö över örter och servera med ris och sallad.

Scanna receptet till mobilen!

# MIDDAGS TIPSET

4 port

## ENKEL KYCKLINGGRYTA

Bjud dina vänner på en god kycklinggryta!
Börja med en god bas och smaksätt precis innan servering.

**450 g kycklingbröstfilé**
**1 msk Arla Köket® Smör-&rapsolja**
**1 krm svartpeppar**
**1/2 msk soja**
**1 tärning hönsbuljong**
**1 msk vetemjöl**
**5 dl Kelda® matlagningsgrädde**

Skär kycklingen i strimlor. Peppra och bryn den i smör-&rapsolja i en stekpanna. Rör i soja, smulad buljongtärning och grädde. Vispa ut vetemjölet i lite vatten och rör ner i grytan. Låt allt koka ca 5 min. Servera med ris och sallad.
TIPS: Tillsätt gärna sockerärter, oliver och hackad persilja.

Scanna receptet till mobilen!

# MIDDAGS TIPSET

4 port

## PASTA CARBONARA

Spaghetti carbonara – en älskad favorit med rökt fläsk eller bacon och grädde! Lika bra till släktmiddagen som till fredagsmyset.

**300 g spaghetti**
**150 g rökt fläsk**
**Arla® Svenskt Smör**
**1/2 dl Arla Köket® vispgrädde**
**1/2 tsk salt**
**1 finhackad vitlöksklyfta**
**3 dl Arla Köket® riven ost gratäng**
**2 krm nymald svartpeppar**
**4 äggulor**

Koka spaghettin. Skär fläsket i små tärningar. Stek fläsket knaprigt i smör i en stekpanna. Vispa ihop grädde, salt, vitlök och hälften av osten. Rör ner fläsk och ostblandningen i den kokta spaghettin och rör kraftigt till en krämig konsistens. Strö över resten av osten och peppar. Servera pastan med äggula

Scanna receptet till mobilen!

# MIDDAGS TIPSET

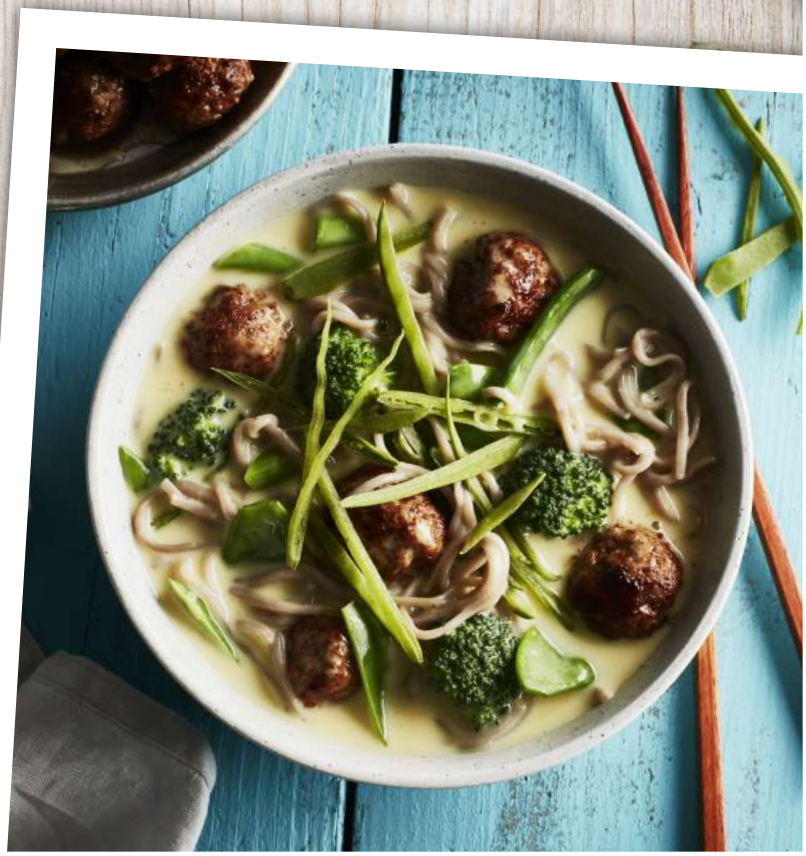
4 port

## NUDELSOPPA

En het soppgryta som både mättar och värmer. För vegetarisk variant, byt ut fläskfärsen mot tofu. Sobanudlar är japanska nudlar gjorda på bovete. Du kan också använda äggnudlar, kolhydratfattiga shiratakinudlar eller använda glutenfri pasta.

**1 liter Kelda® Thaisoppa**
**400 g fläskfärs**
**1 msk Arla® Svenskt Smör**
**1 tsk salt**
**100 g sockerärter**
**250 g broccolini**
**200 g sobanudlar**

Arbeta in 1 tsk salt i färsen, rulla till riktigt små bollar. Stek dem gyllene i smör i en stekpanna ca 3 min. Strimla 6 sockerärter och spara till garnering, halvera resten. Dela broccolinin. Koka nudlarna enligt anvisning på förpackningen, tillsätt grönsakerna när 1 min återstår. Häll av i durkslag och skölj hastigt i kallt vatten. Värm soppan. Fördela nudlar, grönsaker och köttbullar i skålar. Häll den varma soppan över. Toppa med strimlade sockerärter.



Scanna receptet till mobilen!

# MIDDAGS TIPSET

4 port

## GRATINERAD BLOMKÅL med BACON, TOMAT & SVAMP

En jättegod vardagsrätt. Kapris är ett perfekt vegetariskt alternativ till bacon i denna rätt. Tillsätts tillsammans med tomat och riven ost..

**1 huvud blomkål**
**140 g tärnat bacon**
**2 dl Arla Köket® lätt crème fraiche karljohansvamp & timjan**
**150 g körsbärstomater, olika färger**
**1 dl Arla Köket® riven ost gratäng**
**salt & peppar**
**färsk timjan**
**blandad grönsallad**

Sätt ugnen på 225°. Skär blomkålshuvudet i buketter och dela tomaterna. Fräs blomkål och bacon i smör i en stekpanna 4–5 min. Blanda med crème fraiche och lägg i en ugnssäker form. Toppa med tomater och strö över riven ost. Gratinera i mitten av ugnen 12–15 min. Toppa eventuellt med lite timjan och servera med grönsallad.

Scanna receptet till mobilen!

# MIDDAGS TIPSET

4 port

## BLOMKÅLSSOPPA med VARMRÖKT LAX

En len och mild soppa som är klar på en kvart. Vill du servera den utan lax kan du toppa med rostade frön och krutonger istället.

- **1/2 blomkålshuvud, ca 250 g**
- **2 msk grönsaksfond**
- **7 dl vatten**
- **3 dl Arla Köket® syrad grädde 30%**
- **1 tsk salt**
- **300 g varmrökt lax**
- **1/2 dl hackad färsk dill**
- **1 krm svartpeppar**
- **ev 2 msk olivolja**
- **1 surdegsbaguette**

Dela blomkålen i mindre bitar. Koka upp fond och vatten i en kastrull. Lägg ner blomkålen och koka den mjuk ca 15 min. Mixa helt slät. Tillsätt syrad grädde, koka upp och salta. Dela laxen i 4 bitar och ta bort skinnet. Lägg en bit lax i varje tallrik och strö på dillen. Häll på soppan och mal svartpeppar över varje tallrik. Ringla ev olivolja över soppan. Servera med bröd.

Scanna receptet till mobilen!

# MIDDAGS TIPSET

4 port

## GNOCCHI med TOMATSÅS & BROCCOLI

En supersnabb variant på den italienska klassikern. Var noga när du kokar både broccolin och gnocchin så de blir al dente!

**250 g broccoli**
**500 g färsk gnocchi**
**4 dl Kelda® pastasås tomat&crème fraiche**
**2 krm svartpeppar**
**150 g Apetina® vitost**
**1/2 dl hackad färsk salvia**

Skär av broccolibuketterna. Skala och skär stammen i mindre bitar. Koka gnocchin enligt anvisning på förpackningen. Koka broccolin ca 2 min. Häll av och skölj i kallt vatten. Värm pastasåsen under omrörning. Tillsätt broccoli och gnocchi. Smula över osten och peppra. Strö över salvian.

Scanna receptet till mobilen!

# MIDDAGS TIPSET

4 port

## KRÄMIG LAXLASAGNE med SPENAT

Laxlasagne är enkel att tillaga med färdiga smaksatta såser. Resultatet blir en härligt krämig laxlasagne under ett täcke av riven mozzarella.

**500 g laxfilé**
**4 dl Arla Köket® crème fraiche fetaost & soltorkade tomater**
**1 dl Arla® mjölk**
**4 dl Kelda® pastasås tomat&crème fraiche**
**12 lasagneplattor**
**60 g babyspenat**
**1 dl Arla® Familjefavoriter riven ost mozzarella**

Sätt ugnen på 175°. Skär laxen i ca 1 cm tjocka skivor. Rör ihop crème fraiche och mjölk. Varva pastasås, lax, lasagneplattor och spenat i en smord ugnssäker form, ca 20x30 cm. Börja och avsluta med crème fraiche-blandningen. Strö över osten och grädda lasagnen i mitten av ugnen ca 30 min.

Scanna receptet till mobilen!

# MIDDAGS TIPSET

4 port

## PASTASÅS med KYCKLING & FETAOSTKRÄM

En härlig pastasås där smaken av grillad kyckling och paprika fint smälter ihop med den goda crème fraichen med smak av soltorkade tomater och fetaost.

**½ grillad kyckling**
**1 röd paprika**
**1 rödlök**
**1 msk Arla Köket® Smör-&rapsolja**
**2 dl majskorn**
**2 dl Arla Köket® crème fraiche fetaost & soltorkade tomater**
**300 g färsk pasta**

Bena ur kycklingen och skär köttet i bitar. Kärna ur och skär paprikan i strimlor. Skala och strimla löken. Fräs paprika och lök i smör-&rapsolja i en stekpanna. Tillsätt kyckling, majskorn och crème fraiche. Låt koka upp. Servera med nykokt pasta.

Scanna receptet till mobilen!

# MIDDAGS TIPSET

4 port

## KRÄMIG PASTA med KYCKLING, SVAMP & BROCCOLI

Snabb vardagspasta som smakar höst och skogspromenad.
Ingen kantarell-lycka i år? Misströsta ej, annan svamp går minst lika bra.

**450 g kycklinglårfilé**
**300 g pasta radiatori**
**200 g kantareller, eller annan svamp**
**250 g broccoli**
**1 pressad vitlöksklyfta**
**1 msk dijonsenap**
**salt & peppar**
**3 dl Arla Köket® syrad grädde 30%**
**½ dl hackad färsk timjan**

Koka pastan enligt anvisning på förpackningen. Rensa och dela svampen i mindre bitar. Dela broccolin i buketter. Strimla kycklingen. Fräs kycklingen ca 3 min i en stekpanna. Tillsätt svamp och stek ytterligare ca 2 min. Tillsätt broccoli, vitlök och senap. Salta och peppra. Häll på syrad grädde och låt sjuda ca 3 min. Vänd ner pastan i stekpannan och smaka ev av med lite salt och peppar. Strö över timjan och servera genast.

Scanna receptet till mobilen!

# MIDDAGS TIPSET

## SALAMIPIZZA

4 port

En snabb och enkel pizza som du lätt kan variera med olika pålägg.
Gör dubbel sats så räcker det till fler!

**1 färsk pizzadeg på surdeg, à 400 g**
**250 g Arla Köket Kesella® kvarg**
**1 dl tomatsås till pizza**
**1 rödlök**
**150 g salami eller annan korv**
**3 dl Arla Köket® riven ost pizza**
**1 tsk torkad oregano**

Sätt ugnen på 250°. Kavla ut degen och lägg den på plåt med bakplåtspapper. Blanda kvarg och tomatsås. Skala och skiva löken tunt. Strimla korven. Bred kvargröran jämnt över degen. Strö över ost, lök, korv och oregano. Grädda i mitten av ugnen 10–15 min. Skär i bitar och servera med sallad till.

Scanna receptet till mobilen!

# MIDDAGS TIPSET

4 port

## THAISOPPA med KYCKLING & GLASNUDLAR

Thai-inspirerad kycklingsoppa med lite sting och gott nöthack. Toppa med chili om du önskar mer hetta.

**1 liter Kelda® Thaisoppa**
**1 grillad kyckling**
**100 g glasnudlar**
**1 dl hackade cashewnötter**
**1 dl hackad färsk koriander**
**ev 1/2 msk hackad röd chili**

Bena ur kycklingen och skär köttet i bitar. Koka nudlarna enligt anvisning på förpackningen. Värm soppan under omrörning. Blanda ner kyckling och nudlar. Toppa med cashewnötter och koriander och servera genast.

Scanna receptet till mobilen!

# MIDDAGS TIPSET

4 port

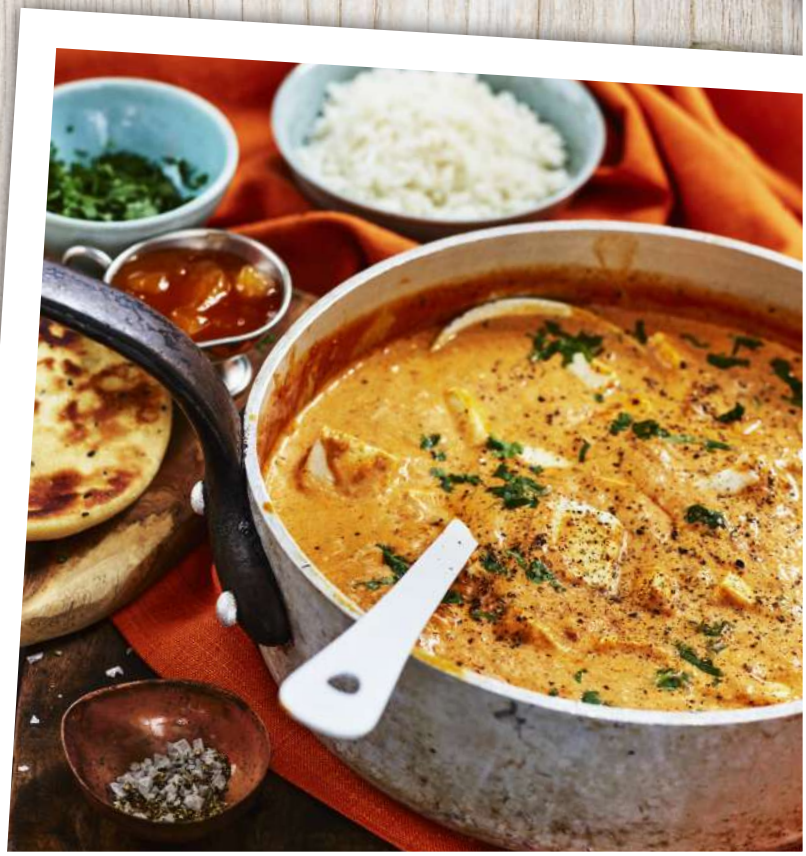
## TIKKA MASALA med PANEER

Tikka masala är en populär indisk rätt som de flesta har smakat.
En perfekt rätt till både vardag och fest.

**2 förp Apetina® Paneer à 225 g**
**1 burk tikka masala sås, ca 400 g**
**2 dl Arla Köket® crème fraiche**
**1/2 dl vatten**
**1/2 dl hackad färsk koriander**

Skär osten i stora tärningar. Koka upp sås, crème fraiche och vatten i en kastrull. Tillsätt osten och låt koka 2-3 min. Strö över koriander och servera med basmatiris, naanbröd och mango chutney.

Scanna receptet till mobilen!



# MIDDAGS TIPSET

4 port

## TOSCANSK SOPPA med KYCKLING

Snabb och enkel toscansk soppa som är krämig och god.

**300 g kycklingbröstfilé**
**1 purjolök**
**2 msk Arla Köket® Smör-&rapsolja**
**1 liter Kelda® Toscansk tomatsoppa**
**1 dl Arla Köket® lätt crème fraiche**
**4 skivor mörkt bröd**

Strimla kyckling och purjolök. Fräs kycklingen i smör-&rapsolja. Koka upp soppan under omrörning. Lägg i kyckling och purjolök. Låt koka 2–3 min. Servera med crème fraiche och bröd.

Scanna receptet till mobilen!

# MIDDAGS TIPSET

4 port

## FALUKORV i KRÄMIG TOMATSÅS

Upptäck en ny vardagsfavorit i den här rätten med stekt falukorv i krämig och smakrik sås med tomat. Servera med ris och dina favoritgrönsaker.

**4 dl Kelda® pastasås tomat&crème fraiche**
**3 dl basmatiris**
**500 g falukorv**
**Arla Köket® Smör-&rapsolja**
**250 g broccolibuketter**

Tillaga riset enligt anvisning. Skär korven i strimlor och stek dem i smör-&rapsolja i en stekpanna. Häll på såsen och värm under omrörning. Koka broccolibuketterna i lättsaltat vatten. Servera grytan med basmatiriset och broccolin.

Scanna receptet till mobilen!

# MIDDAGS TIPSET

4 port

## BUSENKLA KORVGRYTAN

Enkel och snabb variant av korvstroganoff som passar såväl liten som stor.

**400 g Falukorv**
**1 gul lök**
**1 tsk Arla Köket® Smör-&rapsolja**
**400 g krossade tomater**
**1 dl Arla Köket® vispgrädde**
**1 tsk salt & 1 krm svartpeppar**
**3 dl ris**

Koka riset enligt anvisning. Skär korven i strimlor.
Skala och riv löken. Stek korven i smör-&rapsolja i en stekpanna.
Rör i lök, tomatkross och grädde. Smaka av med salt och peppar.
Låt koka ca 1 min. Servera med riset.

Scanna receptet till mobilen!

# MIDDAGS TIPSET

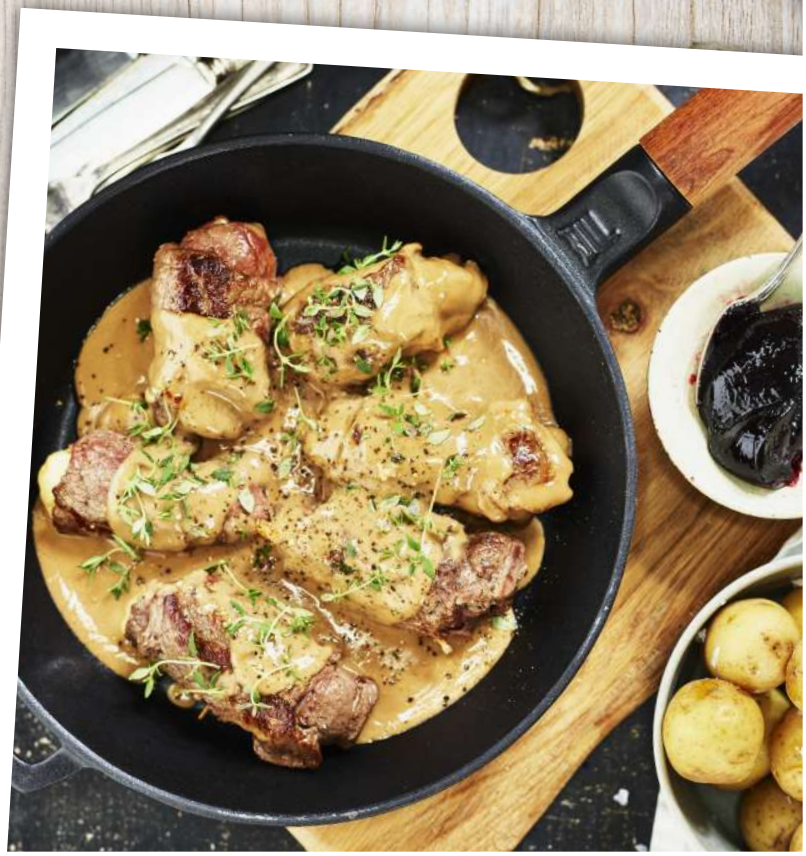
4 port

## LÖVBIFF med ÄDELOST

Lövbiffsrullader fyllda med ädelost är inte så krångligt som det kanske låter. Smakar ljuvligt i en klassisk gräddsås med färsk timjan och en klick vinbärsgelé.

**75 g Kvibille® ädel**
**600 g lövbiff**
**1/2 tsk salt**
**2 krm svartpeppar**
**Arla® Svenskt Smör**
**3 dl Kelda® klassisk gräddsås**
**1/2 kruka färsk timjan**
**kokt potatis**

Skär osten i stavar. Krydda köttet med salt och peppar. Lägg en oststav på varje skiva och rulla ihop till täta rullar. Fäst med tandpetare. Bryn rullarna runt om i smör i en stekpanna 3–4 min. Tillsätt sås, rör om och låt koka under lock ca 8 min. Garnera med hackad timjan. Servera med kokt potatis och ev lite vinbärsgelé.



Scanna receptet till mobilen!

# MIDDAGS TIPSET

4 port

## OXRULLADER med SENAPSSTING

Enkla oxrullader med härligt sting av dijonsenap. Extra gott att servera dem klassiskt med vinbärsgelé.

**80 g Kvibille® cheddar**
**600 g lövbiff**
**3 msk dijonsenap**
**2 tsk hackad färsk timjan**
**Arla® Svenskt Smör**
**1/2 tsk salt**
**2 krm svartpeppar**
**1 dl vatten**
**3 dl Kelda® klassisk gräddsås**
**färsk timjan**

Skär osten i 8 stavar. Bred 2 msk senap på köttskivorna. Lägg en oststav på varje skiva och strö över timjan. Rulla ihop till täta rullar och fäst med tandpetare. Salta, peppra och bryn rullarna runt om i smör i en stekpanna 3–4 min. Tillsätt vatten, sås och 1 msk senap i pannan. Rör om och låt koka under lock ca 5 min. Garnera med timjan.

Scanna receptet till mobilen!

# MIDDAGS TIPSET

4 port

## PASTAGRATÄNG med BROCCOLI

Enkel pastagratäng med broccoli då vardagsmiddagen måste bli klar snabbt. Med färdig sås och färdigriven ost går det extra fort och lätt.

**650 g kokt pasta t ex penne**
**250 g broccoli**
**4 dl Kelda® Pastasås ost & kyckling**
**1 dl Arla Köket® riven ost gratäng**
**tomater**
**blandad grönsallad**

Sätt ugnen på 200°. Dela broccolin i mindre bitar och koka den i lättsaltat vatten ca 1 min. Häll av vattnet och spola broccolin i kallt vatten. Lägg pasta och broccoli i en smord ugnssäker form. Häll på såsen och strö över osten. Gratinera i övre delen av ugnen ca 15 min. Servera med tomat-och grönsallad.

Scanna receptet till mobilen!

# MIDDAGS TIPSET

4 port

## KRÄMIG PASTAGRATÄNG med SKINKA

Rykande het och nygräddad pastagratäng som gärna serveras med en grön sallad.

**300 g pasta**
**150 g rökt skinka eller kalkon**
**3 dl tomatsås**
**2 1/2 dl Kelda® pastasås mild ost**
**1 dl Arla Köket® riven ost mager**

Sätt ugnen på 250°. Koka pastan enligt anvisning. Skär skinkan i strimlor. Låt pastan rinna av och blanda ner tomatsås, ostsås och skinka. Lägg det i smorda ugnssäkra portionsformar eller i en stor smord form. Strö över osten. Gratinera i övre delen av ugnen ca 10 min.

Scanna receptet till mobilen!

# MIDDAGS TIPSET

4 port

## SKOGSSVAMPSOPPA med VITOST & BROCCOLI

Släng inte bort stjälken på broccolin!
Skär den tunt så blir den en utmärkt topping på svampsoppan tillsammans med ost och solroskärnor.

**1 liter Kelda® Skogssvampsoppa**
**250 g färsk broccoli**
**1 msk Arla® Svenskt Smör**
**1 burk Apetina® vitost herbes de Provence**
**1/2 dl salladsmix**

Dela broccolin i små buketter och skiva stjälken.
Fräs tillsammans i smör i en kastrull. Lägg undan några buketter till garnering. Häll soppa i kastrullen och värm under omrörning.
Toppa med resten av broccolin, ost och salladsmix.

Scanna receptet till mobilen!

# MIDDAGS TIPSET

4 port

## SPAGHETTI med LINSSÅS & BROCCOLISALLAD

En enkel grön vardagspasta med proteinrik linssås och ljummen broccolisallad. Oljan från vitosten ger rätten en örtig och fyllig smak.

**300 g spaghetti**
**1 dl röda linser**
**150 g Apetina® vitost herbes de Provence**
**4 dl Kelda® pastasås tomat&crème fraiche**
**250 g broccoli**
**salt & peppar**

Fräs linserna i 2 msk av oljan från vitosten i en kastrull. Häll på tomatsåsen och 2 dl vatten. Låt koka ihop på svag värme i 15–20 min under omrörning tills linserna är mjuka. Skär broccolin i stora bitar. Koka den mjuk i lättsaltat vatten. Vänd runt med lite olja från vitosten, salt och peppar. Koka pastan enligt anvisning. Blanda väl med såsen. Toppa med vitost och servera med broccolisallad.

Scanna receptet till mobilen!