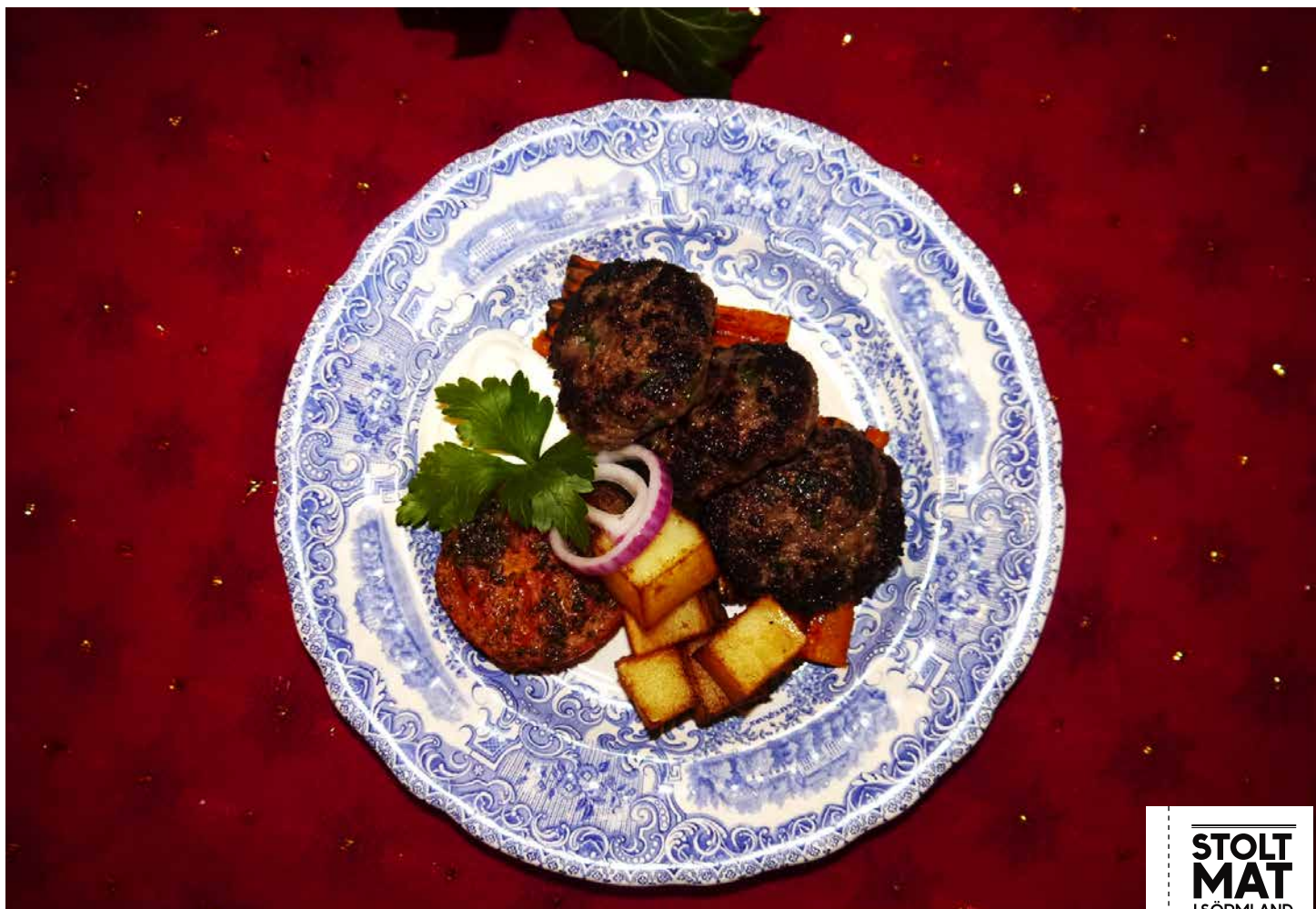


Recept | SAMARBETE MED STOLT MAT I SÖRMLAND



Som komplement till köttbullarna: fixa kryddiga libanesiska färsbiffar till julbordet! FOTO: MAGDAKULLAN

**STOLT
MAT**
I SÖRMLAND

Stolt mat i Sörmland vill informera, inspirera och aktivera alla som ser mat som en viktig utvecklingskraft för länet. Läs mer på stoltmatisormland.se

Kafta på rödkulla

- libanesiska färsbiffar till jul



Suzan Khodr är från Katrineholm och jobbar som kock på Magdakullan, en ekologisk gård med butik och restaurang i Näshulta utanför Eskilstuna. FOTO: MAGDAKULLAN

Varför inte ta in lite smaker från mellanöstern och julevangeliets hemtrakter till årets julbord? Som komplement till köttbullarna så kommer här ett recept på kryddiga libanesiska färsbiffar.

Våra val av sörmländska råvaror:

nötfärs på rödkulla från Magda, Amandinepotatis från Sketorp, lök och morot från Mylla och rapsolja från Julita.

Kafta: 5 personer

1 kg nötfärs
1 gul lök
2 dl hackad persilja
1 vitlöksklyfta
1 msk "sju kryddor"*
1 msk salt
Rapsolja för stekning

Rostade grönsaker:

7 hg potatis
6 tomater
2 morötter
2 msk rapsolja
1 tsk rosmarin
Salt och peppar
Tillbehör:
3 dl gräddfil

*Mellanösterns allkrydda. Om ni inte hittar den i butik består den av 1 del kardemumma, 1 del muskot, 2 delar vitpeppar, 2 delar kanel, 2 delar ingefära, 2 delar kryddnejlika samt 8 delar svartpeppar. Allt malet och blandat.

Kafta:

Blanda samman alla ingredienser försiktigt och gör 15 biffar. Stek

biffarna på hög värme med olja i stekpanna, ca 2 min på varje sida.

Grönsaker:

Sätt ugnen på 225 grader. Skala och tärna potatisen i stora tärningar. Skär morötterna i strimlor. Dela tomaterna i halvor. Lägg potatis och morot i oljad panna, salta och peppra. Efter 15 min i ugn, lägg även in tomaterna som är kryddade med rosmarin och salt. Rosta färdigt tills potatisen känns mjuk med sticka.

Servera biffarna på julbordet eller gör biffarna som en egen rätt med rostade grönsaker och en klick gräddfil.

Smaklig måltid/Milad majiid!

Suzan Khodr