

PÅ TALLRIKEN:

MATBLOGG MED LOKALA RÅVAROR I FOKUS

POLPETTE AL SUGO (ITALIENSKA KÖTTBULLAR I TOMATSÅS)



4 personer:

Köttbullar:

- 600 g kalvfärs eller blandfärs (tillsätt mer grädde om du använder kalvfärs)
- 1 liten burk ansjovis (55 g) + 2 msk spad
- 1/2 burk små kapris (50 g)
- 1 dl riven parmesanost
- 2 stora (banan-) schalottenlökar
- 1 vitlöksklyfta
- 1 näve ramlök (eller ytterligare 1 vitlöksklyfta)
- 1 rejäl näve basilika
- 1 knippe oregano
- 1 knippe persilja
- 1 litet knippe dragon
- Rivet skal från 1 citron
- 1 msk koncentrerad kalv-eller oxfond
- 1 msk dijonsenap
- 1 dl matlagningsgrädde (+ 1 dl om du använder kalvfärs)
- 1 ägg
- 1 dl ströbröd
- 2 tsk salt
- Svartpeppar

Gör så här:

Börja med tomatsåsen. Görs med fördel dagen innan.

1. Skala och finhacka schalottenlök och vitlök.
2. Ansa kryddorna från grova stjälkar och finhacka sedan bladen.
3. Hacka saltorkade tomater och grillad paprika grovt.
4. Finriv skal från 1 citron.
5. Fräs löken i olivolja utan att ta färg.
6. Tillsätt saltorkade tomter och paprikan. Låt fräsa med i ett par minuter. Tillsätt därefter de krossade tomaterna, kryddorna, rivet citronskal, vinäger, socker och grönsaksfond. Smaka av med salt och peppar. Kanske lite pressad citron om du vill. Låt småputtra i ca 1/2 tim.

Köttbullarna:

1. Skala och finhacka schalottenlök och vitlök.
2. Ansa kryddorna från grova stjälkar och finhacka sedan.
3. Hacka ansjovis och kapris. Spar ett par matskedar ansjovisspad.
4. Finriv skal från 1 citron.
5. Finriv parmesanost.
6. Fräs löken i olivolja utan att ta färg. Låt sedan svalna något.

Tomatsås:

- 2 burkar Mutti krossade tomater
- 3 msk olivolja att steka i
- 1/2 burk (100 g) saltorkade tomater
- 1/2 burk (100 g) grillad paprika
- 2 stora (banan-) schalottenlökar
- 2 vitlöksklyftor
- 1 rejäl näve basilika
- 1 knippe oregano
- 1 knippe persilja
- 1 litet knippe dragon
- Rivet skal från 1 citron
- 2 msk balsamico-vinäger
- 1 msk råsocker (funkar med valigt strösocker)
- 2 msk koncentrerad grönsaksfond
- 2- 3 tsk salt
- svartpeppar

Att servera till:

- Spagetti
- Riven parmesanost
- Basilikakvist eller som på bilden; friterade ramlöksblad

7. Blanda ströbröd med grädden. Låt stå att svälla någon minut.
8. Blanda färsen noggrant med samtliga ingredienser till en jämn smet.
9. Rulla köttbullar i önskad storlek. Italienska köttbullar är generellt större än våra traditionella svenska köttbullar.
10. Koka spagettin al dente i väl saltat vatten, gärna tillsammans med en tärning grönsaksbuljong och en skvätt olivolja.
11. Servera i djupa tallrikar med med riven parmesan och en kvist basilika.

På bilden friterade vi ramlök till frasiga blad som vi toppade med. Lite överkurs kanske?