



Isländsk meny till Nordiskt gästabud

Med anledning av att republiken Island firar 80 år och Svensk-isländska samarbetsfonden fyller 30 år är vi på Föreningen Norden glada medarrangörer för de Isländska Kulturdagarna i Sverige 2024. För att ni ska få en läcker start på firandet har vi bett Tryggvi och Kristina på Grimsis AB att ta fram en isländsk meny som är lätt att tillaga och passar utmärkt till våra lokalavdelningars nordiska gästabud i samband med Nordens dag 23 mars.

Grimsis är ett familjeföretag och fungerar som återförsäljare i Sverige för fisk, lamm och godis - allting direktimporterat från Island. Det som kännetecknar Grimsis är kvalitet och hållbarhet för såväl råvaror som personal.

Tryggvi och Kristina har valt dessa rätter för att de är väldigt representativa för det isländska köket. På Island äter man mycket lamm och naturligtvis även fisk. Största anledningen till det är bra kvalitativt utbud av råvaror samt traditioner.

Látið það smakkast vel! Lát det väl smaka!
Verði þér að góðu – Smaklig máltid!

Länklista för recepten:

grimsis.se/recept/fisksoppa-med-kraftost

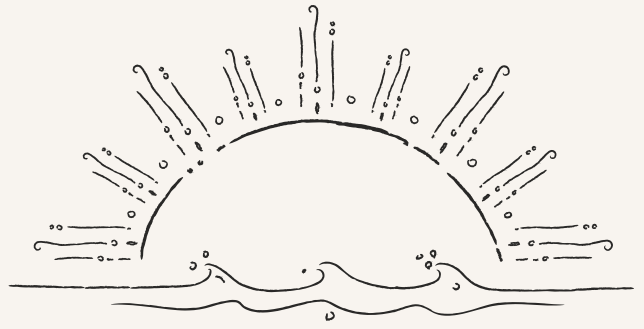
grimsis.se/recept/fisksoppa-med-curry-och-persikor

grimsis.se/recept/ortdoftande-lammgryta

Grimsis återförsäljare hittar ni här:

<https://grimsis.se/om-grimsis/aterforsaljare/>

GRIMSIS ISLÄNDSKA FESTMENY



FÖRRÄTT

fisksoppa med kräftost

Ingredienser:

600 g Grimsis torskfilé, koljafilé,
havskattfilé, långarygg eller laxfilé
2 stora morötter
2 msk smör
2 msk vetemjöl
1 liter vatten
2 fiskbuljongtärningar
330 g kräftost
2 dl crème fraiche
1/2 knippe dill, finhackad
salt och grovmalen svartpeppar

Gör så här:

Riv morötterna och fräs i smör.
Pudra vetemjöl över och rör ihop det väl med morötterna.
Späd med vatten och smula ner buljongtärningarna och låt sjuda i 5 minuter.
Tillsätt kräftost och crème fraiche och låt sjuda i 5 minuter. (Passa så att inte osten bränner fast i kastrullen.)
Dra av kastrullen från värmen och lägg i fisk, dill, salt och rejält med grovmalen svartpeppar.
Låt stå tills fisken är färdig, ca 5 minuter.
Nu kan du avnjuta en riktigt god & krämig fisksoppa med kräftost.

eller

fisksoppa med curry och persikor

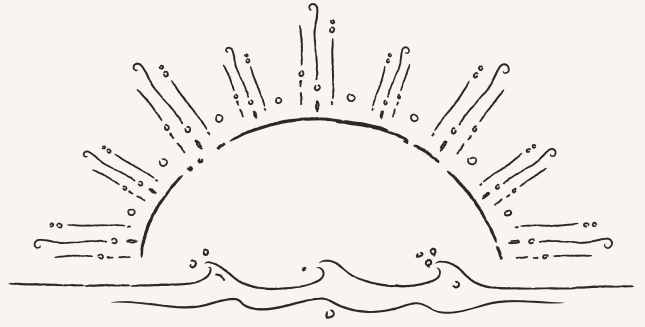
Ingredienser:

600 g torskfilé, koljafilé, havskattfilé
eller långarygg i 2x2 cm bitar
1 gul lök, finhackad
2 vitlöksklyftor, pressade
1 msk rapsolja
2 tsk curry
1 burk krossade tomater
5 dl vatten
0,5 fiskbuljongtärning
0,5 grönsaksbuljongtärning
1 burk konserverade persikor, ca 400 g
1,5 dl grädde
salt

Gör så här:

Bryn lök och vitlök i olja.
Tillsätt curry och stek i några minuter till.
Tillsätt sedan tomater, vatten och buljong och koka i 10 minuter.
Tillsätt persikor (inte sockerlagen) och grädde.
Låt koka ytterligare 10 minuter.
Tillsätt fisken, dra av kastrullen och låt stå i 5 minuter eller tills fisken är färdig, ca 5 minuter.
Smaka av med salt.

GRIMSIS ISLÄNDSKA FESTMENY



HUVUDRÄTT *örtdoftande lammgryta*

Ingredienser:

4 portioner
1 kg lammgrytbitar eller benfri
lambbög
1 gul lök
2 msk smör
3 dl sky och vatten
2 vitlöksklyftor
1,5 tsk salt
3 krm svartpeppar
2 tsk torkad dragon
2 tsk torkad basilika
2 tsk torkad oregano
2 dl crème fraîche
3 msk vetemjöl
60 g babyspenat
100 g körsbärstomat

Gör så här:

Skär lammköttet i bitar, ca 3 x 3 cm, om du inte använder färdiga grytbitar.

Skala och hacka den gula löken.

Bryn kött och lök i omgångar i smör i en stekpanna. Skölj ur stekpannan med lite vatten efter varje stekning och spara skyn så att du har 3 dl.

Lägg kött + skyn i en gryta. Om inte stekskyn täcker köttet så tillsätt lite mer vatten.

Pressa över vitlök. Tillsätt salt, peppar och örter.

Lägg på lock och låt sjuda i ca 60 minuter.

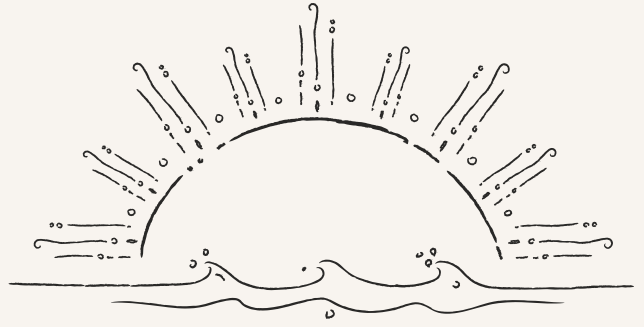
Rör ihop crème fraîche och vetemjöl och rör ner i grytan. Låt sjuda 5 minuter.

Rör ner spenaten i grytan och smaka av med salt och peppar.

Dela tomaterna och lägg i dom i grytan.

Servera med kokt potatis eller kokt ris.

GRIMSI ISLÄNDSKA FESTMENY



EFTERRÄTT

skyrkaka ala Grimsis

Ingredienser:

260 g digestivekex

0,5 tsk kanel

100 g smör

4 msk god olja

1 tsk kanel

En nypa salt

5 dl vispgrädde

5 dl Skyr eller kvarg med vaniljsmak

1 tsk vaniljextrakt eller 2 tsk vaniljpulver

Gör så här:

Smält smöret och häll i oljan.

Smula kexen fint.

Tillsätt smöret + kanel och salt. Sätt i en springform och platta till.

Sätt in i kylan. Vispa grädden. Rör i kvarg och vanilj. Bred över digestivebottenen och dekorera med färska bär.