

BARA RÖTT TILL KÖTT? GLÖM DET!

Smakfullt är som vanligt även lika med Vinskolan med Vinotekets och Västerås Tidnings expert Patric Anderson.

Denna gång lyfter han frågan om man måste äta kött om man gillar vin. Givetvis inte, slår han fast, det ska pratas smaker och ingenting annat. Han får ett rungande stöd av sin specialinbjudne "gäst", mästerkocken Amir Kheirmand som får krydda denna del av vinskolan med två köttfria och smakfulla recept.

Måste man äta kött om man gillar vin? Man kan nästan tro det när man läser de flesta rekommendationer om hur man bäst kombinerar mat och vin.

Mörkt kött, ljust kött, viltkött, köttgrytor, fläsk och kyckling. Men om man inte äter kött då? Idag gör fler och fler valet att välja bort just kött från inköpslistan och äta vegetarisk kost. Är det då slut med inmundigande av härliga sippar vin? Inte alla.

Det är bara en gammalmodig och dåligt uppdaterad uppfattning med "rött till kött" och "vitt till fisk". Jag har belyst detta tidigare flera gånger men det är dags att ta det igen. Det är inte proteinet som ska dirigera rätten, det är smaken. Surt, salt, sött, beskt och umami. Det är facit. Om du sedan väljer halloumi eller fläskhare i på tallriken är sekundärt.

Vissa viner anges som "vegan-vin" vilket innebär att inga animaliska ämnen finns i vinet. Det betyder inte att alla andra viner är gjorda på ryggbiff, allt vin är reglerat till 100% vindruva. Däremot använder man ibland exempelvis äggvita när man klarnar vinet (så att det blir kristallklart). Denna äggvita filtreras sedan bort innan man tappar det på flaska, men det har haft kontakt med ägg. Det finns många andra metoder att klarna vin som inte innefattar djurprodukter, men det är långt ifrån alla producenter som bekymrar sig med att skriva ut det på flaskan. Kan man bortse

*Vinskola
med
Patric Anderson
sommelier*

från hur vinet klarnas, finns det betydligt fler viner att välja mellan till din vegetariska måltid. Hur ska man tänka då? Gör det lätt för dig med denna enkla regel. Ju mer syra vill du ha i vinet. Har du sötare inslag som morötter, rotfrukter eller honung kan du ha lite mer sötna i vinet. Fylligheten är också en viktig faktor.

En lättare rätt som Amir Kheirmands mumsiga tacos mår bäst av att kombineras med ett lättare vin. En maffigare rätt som mustiga grytor gillar fylligare viner. Kolla efter klockorna på Systembolaget. Strunta i de fäliga djursymbolerna.

Vill du ta ett steg till, kan man hitta komponenter i maten som gifter sig magiskt med vinet. Vissa viner har smak- och doftbeskrivningar som "rostad fatkaraktär", "inslag av brynt smör" och "nötter". Läs nu Amirs recept med 63 graders ägg här intill. Läter det bekant? Vitt vin på druvan Chardonnay som lagrats i ekfat brukar beskrivas på det här viset, speciellt de från USA. Viss fruktsötma som matchar palsternackan, picklade inslag gillar frisk syra. Du har hittat ett perfekt giftemål.

Till sist. Råa grödor som tomat, lök och sparris är fiender till vin. Salt och fett är bästa vapnet. Salta lite på salladen, håll över lite god olivolja eller tillaga i ugn eller stekpanna. Det finns så oerhört mycket god vegetarisk mat och lika mycket gott vin som passar till. Proteinsnackets tidevarv är över, nu pratar vi smak! ♣



■ DUO MED SINNE FÖR SMAK. Amir Kheirmand och Patric Anderson samspråkar på EAT matstudio, mästerkockens eget matlagningspalats.

FOTO: JONAS BERGKVIST



FOTO: EAT MATSTUDIO

RECEPT 4 PORTIONER

TACOS MED FRITERAD HALLOUMI

2 paket halloumi
1 dl vetemjöl
2 ägg
2 dl panko
500 gram rödkål
3 dl 1-2-1-lag (1 dl ättika, 2 dl socker, 1 dl vatten)
1 avokado
1 kruka koriander
1 dl majonnäs
Frityrolja
Habaneerosås (valfritt)
Salt

1. Strimla Rödkålen tunt. Koka upp 1-2-1-lag och håll över rödkålen. Blanda runt och ställ in i frysen.

2. Finhacka Koriandern och blanda med majonnäs. Spar lite Koriander till garnering.
3. Dela varje Halloumi i 8-10 stavar. Panera i mjöl, ägg och panko. Friterade 2-3 minuter i olja på 180 grader.
4. Ta ut rödkålen ur frysen, håll av och kläm ur all vätska.
5. Grilla brödet i en het panna, lägg på lite rödkål, klyfta över avokado, klicka över majonnäs, lägg på den friterade Halloumin, droppa över lite lime och garnera med Koriander.

*Rätten serveras på EAT matstudio

RECEPT 4 PORTIONER

63-GRADERSÄGG MED PALSTERNACKSPURÉ, BRYNT SMÖR, PICKLAD RÖDLÖK OCH ROSTADE HASSELNÖTTER

4 ägg
300 gram palsternacka
1 dl grädd
2 msk hasselnötter, skalade
½ rödlök
100 g smör
2 dl 1-2-3 lag
Krasse till garnering

1. Finhacka rödlöken. Blanda ihop 1-2-3-lag och slå över rödlöken. Låt stå i kylen och gotta till sig.
2. Lägg äggen i en kastrull. Sätt på plattan på mellanhög värme och få upp vattentemperaturen till 63 grader. Använd en termometer. Håll vattentemperaturen stadigt i 63 minuter. Ta ut äggen.

3. Skala palsternackan och koka den sedan mjuk i lättsaltat vatten. Håll av, men spara lite av vattnet.
4. Lägg i grädd och mixa slät med en stavmixer. Späd eventuellt med lite av vattnet för att få en härlig konsistens. Smaka av med salt och peppar.
5. Rosta hasselnötterna på medelhög värme i en torr stekpanna tills de är gyllenbruna. Låt svalna och grovhacka. Bryn smöret så att den får en nötig och härlig doft.
6. Skeda ut lite puré i botten av en tallrik, kläck ägget försiktigt och lägg på purén. Håll över lite brynt smör och garnera med picklad rödlök, hasselnötter och krasse.
*Rätten serveras på EAT matstudio



FOTO: EAT MATSTUDIO