GRILLRECEPT

Enders

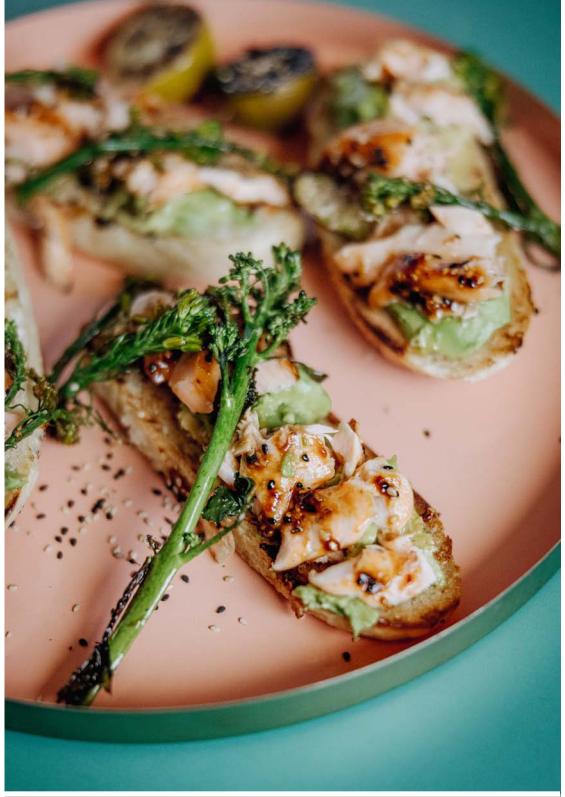
PLANCHA

PLANCHA TILLBEHÖRSSET
Upptäck tillbehörssetet för plancha och hur du använder den på rätt sätt.

PLANCHA HÖJDPUNKTER
Oavsett om det gäller tacos, BBQ-kyckling, vegetarisk potatisrösti eller söta pannkakor - Planchas receptbok lämnar inget övrigt att önska.

GRILLRECEPT

PLANCHA



INNEHÅLL

06 **Din plancha utrustning**

08 **Tacos med nötfärs,**
koriander, avokado, gräddfil, chili, ost, salladslök och lime

10 **Fläskfilé med potatismos**
med bräserad timjanlök

12 **BBQ-kyckling på naanbröd**
med grönsallad
i ranchdressing

14 **Lax i hoisinmarinad**

16 **Potatisrösti med stekt ägg**
och rödkåls- och gorgonzolasallad

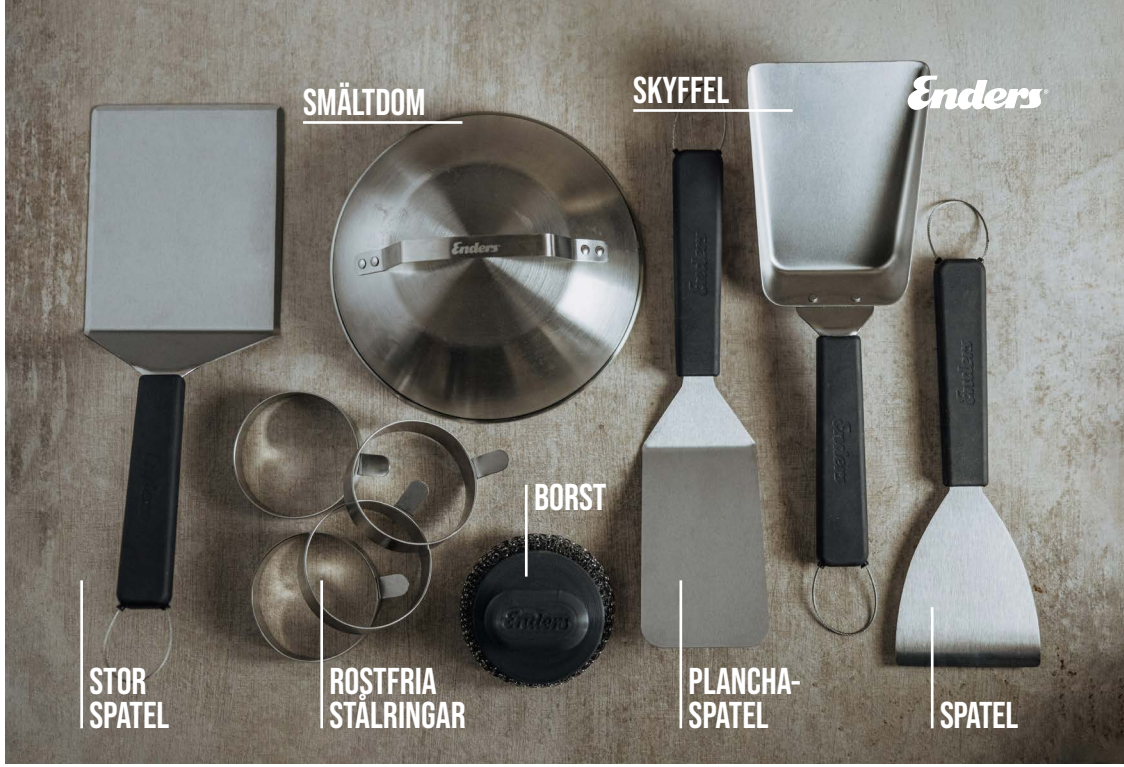
18 **Pannkakor**
med smör, lönnsirap
och jordgubbar

DIN PLANCHA UTRUSTNING

Upptäck vårt mångsidiga tillbehörsset för din plancha! Från en smältkupol och en plancha-vändare till rostfria stålringar och en rengöringsborste - här har vi tänkt på allt. Låt din kreativitet flöda och skapa dina egna unika rätter! På de följande sidorna visar vi dig inspirerande plancharecept som kommer att glädja dig, din familj och dina vänner.

PLANCHA-SPATEL

det universella verktyget

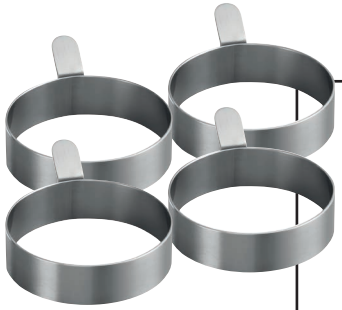


SMÄLTDOM

smälter ost över maten och håller den varm

BORST

tar bort smuts skonsamt mot materialet



ROSTFRIA STÅLRINGAR

för perfekta stekta ägg, pannkakor och mycket mer

SKYFFEL

lämplig för allt smått

SPATEL

optimal för att dela eller skjuta grillmaten på planchan

STOR SPATEL

idealisk för fisk, burritos och mycket mer

TACOS MED NÖTFÄRS

4 Portioner

Förberedelsetid: 6 Minuter
Tillagningstid: 15 Minuter

INGRIDIENSER

2	salladslökar
1	avokado
2	lime
1	vitlöksklyfta
1	lök
	Vegetabilisk olja för stekning
500 g	köttfärs (nötkött)
8	tacoskal
150 g	cheddarost (riven)
2 msk r	öda jalapeños (inlagda)
150 g	sour cream
1 knippe	koriander

TILLAGNING

1

Tvätta salladslöken och skär den i fina ringar. Halvera avokadon, ta bort kärnan och skär fruktköttet i skivor. Skär limefrukterna i halvor.

Skala och finhacka vitlök och lök.

Förvärm grillen med plancha (de två yttersta plattorna och den innersta plattan på medelvärme). Tillsätt lite olja. Bryn färsen. Tillsätt vitlök och lök. Stek tacosen en kort stund på plancha. Toppa sedan med kött och ost. Täck med en smältande kupol tills osten har smält.

4

Fördela avokado, jalapeños, gräddfil och korianderblad på tacosen. Vik ihop och servera med en halv lime.

FLÄSKFILÉ MED POTATISMOS

4 Portioner

Förberedelsetid: 25 Minuter
Tillagningstid: 15 Minuter

INGRIDIENSER

1 kg	potatis (fastkokande)
2	grönsakslökar
2	fläskfiléer (ca 500 g styck)
	Vegetabilisk olja för stekning
125 g	örtsmör
5-6 stjälkar	timjan
	Salt, peppar

1

4

TILLAGNING

Tvätta potatisen väl. Koka i kokande saltat vatten med skalet på.

Skala löken och skär den i tunna strimlor.

Skär fläskfilén i ca 4 cm tjocka medaljonger.

Förvärm plancha (de två yttre plattorna och den innersta plattan på medelvärme). Tillsätt lite olja. Bryn medaljongerna på båda sidor. Lägg potatisen på plancha samtidigt. Platta ut med en liten stekpanna eller liknande och stek på båda sidor. Stek löken också, vänd ibland. Tillsätt örtsmöret och timjan. Krydda allt med salt och peppar och servera tillsammans.

BBQ-KYCKLING PÅ NAANBRÖD

Enders

4 Portioner

Förberedelsetid: 35 Minuter
Tillagningstid: 25 Minuter

INGRIDIENSER

Naanbröd:

200 ml	mjölk
En nypa	salt
1 tesked	socker
½ paket	jäst
400 g	mjöl
100 g	yoghurt

Ranchdressing:

60 g	majonnäs
50 g	kärnmjölk
1	liten lök
2 stjälkar	dill
½ knippe	gräslök

Dessutom:

1	röd paprika
200 g	stekpaprika
1	zucchini
1	lök
2	kycklingbröstfiléer
	Vegetabilisk olja för stekning
	Salt, peppar
150 g	BBQ-sås
1 msk	sumak
3-4 stjälkar	persilja

1

10

TILLAGNING

Värm mjölken till naanbrödet så att den blir ljummen. Tillsätt salt, socker och jäst.

Lägg mjöl och yoghurt i en stor skål. När jästen har lösts upp i mjölken tillsätter du den i mjölet. Blanda allt till en smidig och kladdig deg. Täck över med en duk och låt jäsa i ca 30 minuter.

För ranchdressingen, blanda majonnäs och kärnmjölk i en skål. Skala löken, hacka den mycket fint och tillsätt den i dressingen. Finhacka örterna och tillsätt till dressingen. Smaka av med salt och peppar. Ställ åt sidan tills du ska servera.

Rensa grönsakerna och skär dem i valnötsstora bitar, utom den rostade paprikan. Skala löken och skär den i strimlor. Torka av kycklingen och skär den i strimlor.

Förvärm grillen med plancha (de två yttre plattorna och den innersta plattan på medelvärme). Tillsätt lite olja. Forma först små biffar av naanbrödsdegen och stek på båda sidor på plancha. Krydda med salt.

Bryn nu köttet med löken på ena sidan. Krydda med salt och peppar.

Bryn grönsakerna på andra sidan och krydda.

När köttet är färdigstekt, tillsätt BBQ-såsen och låt den karamelliseras lite.

Tillsätt de stekta grönsakerna till dressingen.

Lägg upp naanbrödet på tallrikar, toppa med köttet och sedan grönsakerna med ranchdressingen. Servera med lite sumak och plockad persilja.

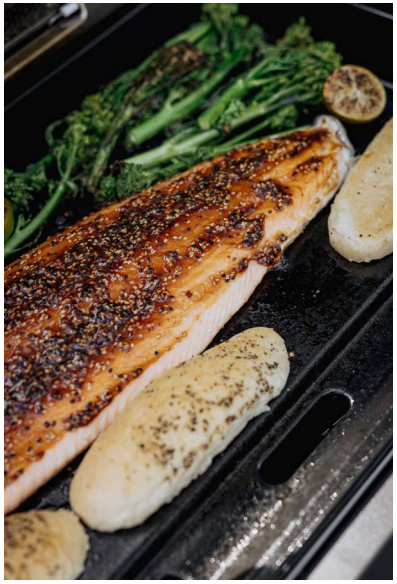
LAX I HOISINMARINAD

4 Portioner

Förberedelsetid: 10 Minuter
Tillagningstid: 30 Minuter

INGRIDIENSER

2	vitlöksklyftor
150 g	hoisinsås
2 msk	honung
2 msk	sesamfrön (vita och svarta)
1	lime
400 g	vild broccolii
1	färdig förberedd laxfilé (med skinn, skalad!)
	Vegetabilisk olja för stekning
	Salt, peppar
	Bröd/Baguette
	Avokado eller guacamole



1

5

TILLAGNING

Skala och finhacka vitlöken. Blanda sedan med hoisinsås, honung, sesamfrön och lite limejuice till en marinad.

Tvätta och rensa den vilda broccolin och skär bort de träiga ändarna.

Förvärm grillen med plancha (de två yttre plattorna och den innersta plattan på medelvärme).

Torka av laxen. Häll lite olja på tallriken. Placera laxen med skinnsidan nedåt på plancha. Stek i ca 7 minuter beroende på laxens tjocklek. Lägg den vilda broccolin på plattan och vänd den då och då. När fisken inte längre ser genomskinlig ut på utsidan penslar du den med marinaden. Stäng sedan av grillbrännarna, stäng grillhuven och fortsätt tillagningen indirekt i 5-10 minuter. Krydda med salt och peppar.

Servera laxen med den vilda broccolin.

Tips: Rosta brödskivor på plancha. Bred lite guacamole eller bara mogen avokado på skivorna. Plocka lite lax på toppen, toppa med vild broccoli och servera som fingermat.

POTATISRÖSTI MED STEKT ÄGG

4 Portioner

Förberedelsetid: 40 Minuter
Tillagningstid: 15 Minuter

INGRIDIENSER

800 g	potatis (fastkokande)
	Salt, peppar
600 g	rödkål
1	lök
	Vegetabilisk olja för stekning
2 msk	honung
100 g	blåmögelost (t.ex. Saint Agur)
4	ägg
	Salvia efter smak
	En handfull rödbetsskott

1

TILLAGNING

Koka potatisen med skal i saltat vatten tills den är nästan färdigkokt.

Under tiden skär du rödkålen i mycket tunna remsor. Tillsätt 1 tesked salt och knåda väl med händerna. Täck över och ställ åt sidan.

Skala och finhacka löken.

Låt potatisen rinna av, låt den svalna och skala den sedan. Riv den grovt på ett rivjärn. Blanda löken och krydda med salt och peppar.

Förvärm grillen med plancha (de två yttre plattorna och den innersta plattan på medelvärme). Tillsätt lite olja på grillplattan, forma 4 rösti av potatisblandningen och stek i 5-6 minuter på båda sidor tills de är gyllenbruna. Pressa under tiden ut rödkålen och stek den på plancha. Krydda med salt, peppar och honung.

Fördela rödkålen över rösti (sänk värmen om det behövs). Smula sedan osten grovt med fingrarna och lägg den ovanpå rödkålen. Täck med Melting Dome så att osten smälter ordentligt. Under tiden steker du äggen i de rostfria stålringarna för att göra stekta ägg.

7

Fritera eventuellt några salviablad i stekfettet och servera med rösti, rödkål och stekt ägg. Servera med rödbetsgroddar.

PANNKAKOR

4 Portioner

Förberedelsetid: 10 Minuter
Tillagningstid: 15 Minuter

INGRIDIENSER
Pannkakor:

250 g	mjöl
2 msk	socker
2 teskedar	bakpulver
	En nypa salt
2	ägg
200 ml	mjölk
	Vegetabilisk olja för stekning

Dessutom:
Smör
Lönnsirap
Jordgubbar
Mynta till garnering

1

TILLAGNING

Blanda mjöl, socker, bakpulver och salt i en bunke. Lägg äggen och mjölken i en annan skål och vispa ihop. Rör sedan ner äggmjölken i mjölblandningen tills den är jämn.

2

Förvärm grillen med plancha (de två yttre plattorna och den innersta plattan till medelvärme). Tillsätt lite olja på grillen och stek sedan smeten i små portioner. Servera pannkakorna med smör, lönnsirap, jordgubbar och mynta.

Imprint

Tryck- och sättningsfel förbehålls.
Copyright © Enders

Enders Colsman AG
Brauck 1 . 58791 Werdohl

info@enders-germany.com
www.enders-germany.com