

Ingers tankar



SPARTIDER

- det här med att ta rätt på rester och att trolla med knäna

Förr hällde jag alltid ut kaffet som blivit över i slasken, liksom teet. Det gör jag inte längre. Kaffet som är kvar i kannan

häller jag i en liten tillbringare och ställer in i kylen. Det gör jag med teet i tekannan också. Har upptäckt att ibland är det godare med kallt kaffe, med en skvätt mjölk. Teet blir iste med lite citron och några isbitar och är fint törstsläckande.

Kaffesumpen tas också tillvara. Den är ett utmärkt gödningsämne till både inomhusväxter och det som växer utomhus. Den sänker ph-värdet. Filtret med kaffesumpen får torka till lite på diskbänken, sedan hålls sumpen ner i en liten plasthink med lock. Den får inte vara för fuktig för då kan den mögla.



Mjukt matbröd förvaras bäst skivat i frysen. Sedan tar man fram lite åt gången, det som beräknas gå åt vid närmaste måltid. Av för

torrt mjukt matbröd gör man med fördel krutonger till soppa eller sallad eller använder till fattiga riddare. Bröd som torkat till skorpor kan bli ströbröd. Även torra bullar och veteskivor kan bli fattiga riddare eller rostas.

Hårda brödet som saknar krispighet kan få en liten stund i bröd-rostern eller i ugnen. I ugnen kan man även göra tråkiga pepparkakor mer aptitliga liksom en del kex. När jag skulle inhandla mina enkla smörgåskex häromdagen hade de gått upp med 36 procent på två veckor.

Förr i världen när man bakade



Ingers tankar

det mesta brödet hemma slank det ofta med en grötrest från frukosten i degen. Det gjorde brödet saftigare och mer matigt.

Hemgjord müsli är inte svår att göra. Den dyra köpta kommer aldrig upp i samma nivå. Den egna kan man lyxa till med frukt och bär och nötter och kryddor precis så mycket man vill.

Ostskalkar som blivit för tråkiga att hyvla, skärs rena från ytterkanter och rivs grovt och läggs i frysen. Används till gratänger och lådor eller till varma mackor med mera. Lagrade hårdostar som är lite korta i konsistensen kan användas i stället för parmesan.

De flesta ledsna grönsaker kan få tillbaka spänst med hjälp av kallt vatten. I stället för att låta grönsaker vissna ner kan man blanchera dem snabbt i kokande vatten, kyla av och frysa in. Sedan använda som färska i matlagningen. Tomater får mer smak av att ugnsbakas i 125 grader tills de fått rätt konsistens. De kan ätas direkt i en sallad eller på en pizza. De kan

frysas in eller förvaras i en burk och täckas med en god olja. Basilika och vitlök passar till.

När det blir pyttelite kvar av någon kött- eller korvrett kan man frysa in den lilla resten och samla paketen i en särskild låda. När de blivit tillräckligt många gör man pytt-i-panna tillsammans med hackad lök och tärnad kokt överbliven potatis. Kanske ett stekt ägg till, lite rödbetor eller smörgåsgurka. Blir garanterat godare än den från frysdysken. Olika kokta rotsaker kan bli en god pytt. Övriga grönsaker blir en härlig wok med svamp, nötter eller nudlar.

Tack vare internet har vi näst intill obegränsad tillgång till allehanda recept. Vet man inte kan man få svar på allt man vill. När det gäller matlagning och bakning, kolla recept, testa och utforska.

Det finns inget som är så tillfredsställande som att röra ihop en deg, ställa in den i ugnen och ta ut ett gott bröd eller en kaka en stund senare. Ta reda på vad som går att frysa in.

