

Ingers tankar



Folket som trampade på brödet

I Sverige kastas 80 000 ton bröd varje år. Det blir flera miljarder per år direkt i soporna om man räknar på ett kilopriv om 35–70 kronor. Folk ska inte klaga på att maten är dyr när man kan kosta på sig att slänga så mycket bröd. Antingen är man korkad eller också har man för mycket pengar att röra sig med.

Bröd är en vara som stigit mycket i pris senaste åren. Jag tror inte folk tänker på vad det kostar eftersom de inte bryr sig. Det första man kan göra är att köpa rätt mängd bröd från början.

Har man ingen frys är det extra viktigt. Självt förva-

rar jag mitt bröd i frysen. Är det inte skivat så gör jag det innan jag lägger in det. Sedan tar jag bara fram så mycket som går åt de närmaste måltiderna. Om jag glömt ta fram det så tinar brödet ändå ganska snabbt.

Har man ingen frys så ska man ändå tänka på hur man förvarar brödet. En påse av plast eller papper brukar fungera. Eller slå in det i en ren handduk. I papperspåsen och handduken torkar dock brödet snabbare.

Är brödet för torrt för att man vill äta det finns flera sätt att göra det ätbart.



Liten sparv behöver – smulor som blir över.

- 1 Rosta det i brödrost eller ugn. Även kaffebröd kan rostas och kanske serveras med lite smör eller marmelad.
- 2 Pensla eller spraya på lite vatten, (slå ev. in brödet i folie), värm i tre till tio minuter i 175/200 °C i ugnen.
- 3 Gör krutonger: Stek små kuber i smör och ev lite vitlök. Lite flingsalt på. Gott i soppor och i sallader eller som snacks
- 4 Crostini är små brödsivor som rostas i ugnen med lite olja och flingsalt på. Kan ersätta chips.
- 5 Gör fattiga riddare. Se recept på nätet.
- 6 Torka brödet till skorpsmulor
- 7 Riv det torra vita brödet och blanda med pressad vitlök och finskurna örter efter smak och lite riven ost. Blir en god topping på fisk i ugnen. Lite smält smör sprinklas på. Även gott på ugnsgatinerade tomater.
- 8 Lägg skivor av skinka&ost&tomat eller något annat gott mellan ett par brödsivor och använd smörgåsgrillen. Med en sallad till blir det en lunch. Eller gör gatinerade smörgåsar.
- 9 Mörkt bröd typ kavring eller liknande är bas till en skånsk klassisk äppeldessert. Smula brödet och stek smulet i smör och sockra lite. Varva med ett gott äppelmos eller äppelkompott på ett ugnssäkert fat. Avsluta med brödsivor. Grädda i ugnen i ca 20–25 minuter i 175 °C. Servera med vaniljsås eller lite vispad grädde.
- 10 Mata fåglarna med brödet du ratar. **Obs!** Inget möjligt bröd, men gärna bröd med fröer i eller på.

Inger Klintberg Danielsson 25-03-05