

PRESSMATERIAL 2012-11-09

## NYTT AV GAMMALT – KLASSISKA RESTRÄTTER

**En femtedel av all mat vi inhandlar hamnar i soptunnan. Undersökningar visar att ett medelhushåll i genomsnitt slänger nästan två kilo mat i veckan, som hade kunnat ätas - om det hade tagits omhand på rätt sätt. Att göra en ny rätt av en gammal är ett bra sätt att ta tillvara på mat som har blivit över. I olika kulturer finns det flera sätt att laga resträtter på, som vi kan ta del och inspireras av. I Sverige har vi klassikern pyttipannan, i Spanien paellan, i Nordamerika Jambalayan och i Asien Nasi Goreng. Nedan följer några maträtter att tillaga på rester – hämtade från världens alla hörn.**

### **Pizza**

Vilket land som uppfann pizzan kan leda till vilda diskussioner! I Italien på 1500-talet användes ordet som benämning av en brödskiva – och därför förknippas pizza som en av Italiens nationalrätter. Maträtten består av ett tunt, platt bröd med fyllning efter behag som gräddas i ugnen. Erkänd som den första pizza-varianten är pizza Marinara. Den innehåller, förutom degingredienser, enbart råvaror från havet. Marinara-pizzan ska ha ätits redan år 1730 av fiskare som var ute till havs – vilket förklarar att fyllningen bestod av ingredienser från havet. I en nyligen genomförd undersökning av Lantmännen framkommer det att många svenskar inte tänker på att man kan laga pizza på överbliven mat – ett bra sätt att ta till vara även på den minsta resten.

### **Omelett**

Omeletten kommer ursprungligen från Mellanöstern och är baserad på ägg och mjölk, grädde eller vatten. Omelettens väg till Europa tros ha gått via Nordafrika och har haft ett särskilt genomslag i Frankrike - där namnet *omelette* är känt sedan 1500-talet. Omeletten har utvecklats till traditionella varianter i ett flertal länder – exempelvis den spanska tortillan, italienska frittatan eller den franska traditionella bondomeletten.

### **Paj**

Paj kan ätas som varmrätt såväl som efterrätt beroende på fyllning. Paj består oftast av en degbotten, fyllning samt ett degöverdrag. Det faktum att pajen går att variera gör den ultimata både till fest och till vardags och som för-, varm- eller efterrätt.

### **Pyttipanna**

Pyttipannan är en rätt som brukar räknas som svensk husmanskost. Resterna av söndagssteken som stod på bordet redan på 50-talet i Sverige, hackades ned tillsammans med överbliven potatis och stektes till en pytt. Pyttipannan var från början en resträtt, men klassas idag som en egen rätt. Potatis skuren i bitar utgör stommen och ingredienser tillsätts sedan efter smak och behov. Vanligast är att tillsätta lök och korv eller någon annan slags kött. Pyttipanna serveras ofta med stekta ägg och inlagda rödbetor.

### **Om Lantmännen**

Lantmännen är en av Nordens största koncerner inom lantbruk, maskin, energi och livsmedel. Exempel på våra varumärken är Axa, Kungsörnen, Kronfågel, GoGreen, Hatting, Schulstad och Gooh. Vi ägs av 35 000 svenska lantbrukare, har fler än 10 000 anställda, har närvaro i 22 länder och omsätter 38 miljarder kronor. Vårt företag är grundat på kunskap och värderingar som har funnits i generationer hos våra ägare. Det, kombinerat med att Lantmännen har verksamhet i hela kedjan från jord till bord, gör att vi kan ta ansvar för alla steg i kedjan. Läs gärna mer på: [www.lantmannen.com](http://www.lantmannen.com) eller [www.lantmannen.se](http://www.lantmannen.se)

### **Makaronilåda**

Makaronilådan är likt pyttipannan en idealisk rätt för att ta vara på olika sorters rester och är baserad på makaroner eller pasta. Rätten är väldigt populär i Finland men var den har sitt ursprung är svårt att veta. Makaronilåda tillagas i en ugnssäker form och serveras ofta med ketchup eller lingonsylt. Vanliga ingredienser är köttfärs, skinka, korv, bacon eller fisk tillsammans med någon typ av grönsak.

### **Tacos/Tortilla**

Tacos är ett mexikanskt sätt att äta olika maträtter på i ett bröd/skal bakat på majs- eller vetemjöl. Innehållet kan variera och fungerar mycket väl som en resträtt. Ofta serveras olika grönsaker och råvaror i skålar, som man sedan efter smak plockar ihop till sin egen kombination och lägger i brödet/skalet.

### **Rispytt**

I de flesta kulturer kan man hitta någon typ av rätt som kan klassas som en rispytt. Rispytten liknar den svenska pyttipannan fast potatisen byts ut mot ris. Huruvida man sedan använder sig av kött, fisk, fågel eller grönsaker beror på tillgång och smak.

*Paella* räknas som en spansk husmanskost och är en blandning av ris och råvaror som blandas med saffran i pannan. Den vanligaste paella-varianten uppfanns av invandrande muslimer som började odla ris i området kring Valencia - därefter namnet Paella Valenciana. Den här varianten på rispytt innehåller ris, kyckling, kanin, paprika, vitlök, tomat, saffran, olivolja och vita bönor.

Den nordamerikanska *Jambalayan* påminner väldigt mycket om Paella men kryddas traditionellt med lök, paprika och selleri.

Från Kina kommer *Fried rice* som är gott som tillbehör till asiatiska rätter men som går lika bra att äta tillsammans med vanliga rester man har i kylskåpet. Vanligtvis tillsätter man ägg, ärtor och vitlök men det är långt från ovanligt att tillsätta olika typer av kött för att få rätten lite mer matig. En Indonesisk variant på Fried rice är *Nasi Goreng*, som ofta innehåller curry.

För mer inspiration och recept på pizzadeg och restpizzor - besök [www.lantmannen.se](http://www.lantmannen.se)

### **Om Lantmännen**

Lantmännen är en av Nordens största koncerner inom lantbruk, maskin, energi och livsmedel. Exempel på våra varumärken är Axa, Kungsörnen, Kronfågel, GoGreen, Hatting, Schulstad och Gooh. Vi ägs av 35 000 svenska lantbrukare, har fler än 10 000 anställda, har närvaro i 22 länder och omsätter 38 miljarder kronor. Vårt företag är grundat på kunskap och värderingar som har funnits i generationer hos våra ägare. Det, kombinerat med att Lantmännen har verksamhet i hela kedjan från jord till bord, gör att vi kan ta ansvar för alla steg i kedjan. Läs gärna mer på: [www.lantmannen.com](http://www.lantmannen.com) eller [www.lantmannen.se](http://www.lantmannen.se)