



# Smaker hemifrån



# يالنجي

## Yalanji

Vinblad med vegetarisk fyllning

*"Yalanji är den mest kända rätten i Syrien och en del av Damaskus identitet. Den är en stor del av vår kultur och tradition. Det är min favoriträtt, och alla lagar den till sina nära och kära vid högtider och festmåltider".*

**Raghda Al Zahlawi från Syrien**

PORTIONER 6 | FÖRBEREDELSE 30 MIN | TILLAGNING 120 MIN

### Ingredienser

- 250 g vinblad (gröna druv- eller olivblad)
- 3,5 dl medelkornigt ris, sköljt och avrunnet (okokt)
- 2 medelstora lökar, hackade
- 4 tomater, hackade
- 1 tomat, skivad
- 1 potatis, skivad
- 0,5 dl färsk mynta, finhackad
- 1,2 dl olivolja, plus lite extra att ringla över
- 0,6 dl granatäppelsirap (kallas ofta: pomegranate molasses)
- 1,2 dl citronjuice, plus lite extra att pressa över grytan
- 1,5 msk salt, plus en nypa extra

### Tillagning

Om vinbladen är råa behöver de kokas för att kunna ätas (vissa blad finns färdigkokta, så kontrollera för säkerhets skull). Häll lite vatten i en kastrull och koka upp. När vattnet kokar, lägg i vinbladen, några i taget, och koka i 2 minuter. Ta upp dem ur vattnet och lägg dem i ett durkslag.

För att göra fyllningen, lägg det sköljda och avrunna riset i en skål. Lägg de hackade lökarna ovanpå. Tillsätt sedan de hackade tomaterna, persiljan och myntan.

Tillsätt olivolja, salt, granatäppelsirap och citronjuice. Rör om blandningen väl och låt stå i 10 minuter så att smakerna blandas.

Bred sedan ut de kokta vinbladen och lägg fyllningen på dem med en sked. Rulla ihop bladen och lägg dem åt sidan.

Lägg potatis- och tomatskivorna i botten av en stor gryta. Placera de inrullade vinbladen ett efter ett ovanpå skivorna. Strö över lite bordssalt, citronjuice och olivolja.

Placera en bricka eller tallrik ovanpå de inrullade bladen (med en diameter som är mindre än grytans) så att du kan pressa ihop dem så mycket som möjligt.

Häll vatten över de inrullade bladen så att de täcks med cirka 2 centimeter vatten.

Koka på låg värme i 2 timmar.



# Rijla

Lamm- och linsgryta

*"Doften och smaken av de olika ingredienserna påminner mig om min mamma och de knyter mig till min sydsudanesiska kultur. Jag älskar att laga den här rätten eftersom det känns som att jag hedrar min mamma."*

**Akec Makur Chout från Sydsudan**

PORTIONER 4 | FÖRBEREDELSE 15 MIN | TILLAGNING 80 MIN

## Ingredienser

500 g lamm, med eller utan ben, skuret i 2-3 cm stora bitar

2 lökar, hackade

1 tsk malen koriander

1 tsk malen svartpeppar

1 tsk salt

2 stora vitlöksklyftor, hackade

2 msk tomatpuré

2 tomater, hackade

1/2 kopp (100 g) torra röda linser

2 koppar vatten eller buljong

150 g portlak, grovhackad (kan ersättas med dirsallat, vattenkrasse, spenat eller senapsblad)

## Tillagning

Hetta upp oljan på medelhög värme i en gryta eller kastrull med tjock botten. Tillsätt köttet och stek det i ungefär 10 minuter, eller tills det är ordentligt brynt runtom. Lägg sedan i lök, koriander, peppar och salt och fortsätt steka tills löken har fått färg. Tillsätt hälften av vitlöken och tomatpurén och låt allt steka vidare under omrörning i cirka fem minuter, så att tomatpurén får rosta lite.

Rör därefter ner de hackade tomaterna, två koppar vatten eller buljong samt linserna. Koka upp, sänk sedan värmen och låt sjuda under lock.

Låt grytan puttra i ungefär 40 minuter och rör om var tionde till femtonde minut så att inget fastnar i botten.

Efter 40 minuter tillsätter du portlaken och resten av vitlöken, rör om och låter allt koka upp ordentligt igen. Låt grytan sjuda utan lock i ytterligare cirka 20 minuter och rör om regelbundet.

Servera rätten som den är, eller tillsammans med ris eller bröd. Den kan även tillagas med nötkött om du föredrar det.



# Сирники

## Syrnyky

Ricottapannkakor

*"Traditionellt brukade vår familj laga ostpannkakor på helgerna så att alla familjemedlemmar kunde vara med i förberedelserna: kvinnorna gjorde degen och lagade maten, barnen dekorerade. Rätten knyter oss till vårt liv i Ukraina innan kriget tvingade oss att lämna vårt hem och flytta till Australien för att vara i säkerhet. Maten påminner oss om att vara tillsammans som en familj. Vi åt den alltid tillsammans på helgerna med min man, som fortfarande är kvar i Ukraina och kämpar i kriget."*

**Mariia Mykytiuk från Ukraina**

PORTIONER 4 | FÖRBEREDELSE 10 MIN | TILLAGNING 20 MIN

### Ingredienser

500 g ricotta

2 ägg

2 tsk mjöl

2 tsk socker

En näve russin

Extra mjöl att mjöla bakbordet med

1 msk smör

Florsocker att pudra med

Hallon/blåbär, gräddfil och mynta vid servering

### Tillagning

Separera äggulorna från äggvitorna och släng äggvitorna, lägg ricotta och äggulor i en skål och blanda väl. Tillsätt mjölet, därefter socker och russin, och rör ihop till en jämn smet.

Mjöla ett bakbord eller en bänkskiva. Forma små, runda kakor av smeten med händerna, ungefär fem centimeter i diameter. Pudra båda sidorna av kakorna lätt med mjöl.

Smält smöret i en panna på låg värme. Lägg i kakorna och stek dem tills de är lätt gyllenbruna, vänd sedan och stek andra sidan.

Dekorera de färdiga kakorna med florsocker, hallon eller blåbär och gräddfil. Garnera med mynta.



# Šape

Mördegskakor från Balkan

*"Man brukar inte se stora kakor i balkanhem under stora högtider som jul eller påsk. I stället ser man fat fyllda med småkakor – ofta mellan fem och femton olika sorter. Šape är en av de klassiska kakorna som alltid finns med på ett sådant fat i vilket balkanhem som helst under en festlig tillställning. Det är en traditionell småkaka, och den är fantastisk god."*

**Vanja Bulut från Bosnien och Hercegovina**

ANTAL KAKOR 60 | FÖRBEREDELSE 15 MIN | TILLAGNING 20 MIN

## Ingredienser

500 g vetemjöl

250 g osaltat smör, rumstempererat

250 g valnötter, finmalda

250 g strösocker

3 ägg

Florsocker (att pudra kakorna med efter gräddning)

Matolja (för att smörja formarna)

Extra mjöl att mjöla med

## Tillagning

Värm ugnen till 200°C.

Vispa samman smöret och sockret i en stor bunke med en hand- eller köksmixer tills det blir luftigt. Tillsätt äggen, ett i taget, och fortsätt vispa.

Tillsätt valnötterna och mjölet och rör ihop (eller använd händerna) tills en deg har bildats. Tillsätt extra mjöl vid behov, tills degen inte längre fastnar på händerna.

Smörj formarna med lite olja (använd sprej, hushållspapper eller pensel) och pudra dem sedan lätt med mjöl.

Fyll formarna med degen utan att överfylla dem — fyll dem i nivå med kanten eller något under, eftersom kakorna reser sig i ugnen. Placera formarna på en plåt och sätt in i ugnen i 15 minuter, eller tills de börjar få gyllene färg.

Ta ut plåten och låt formarna svalna några minuter.

Vänd ut kakorna ur formarna och rulla dem, när de svalnat, i florsocker på ett fat. Du kan behöva använda formarna igen till resten av degen. Om du gör det behöver du inte smörja eller mjöla formarna igen.

