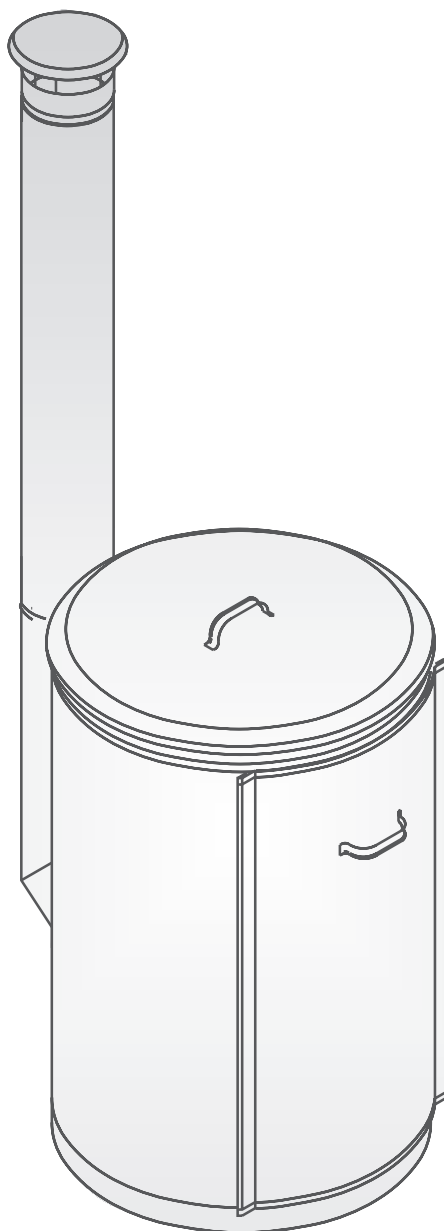
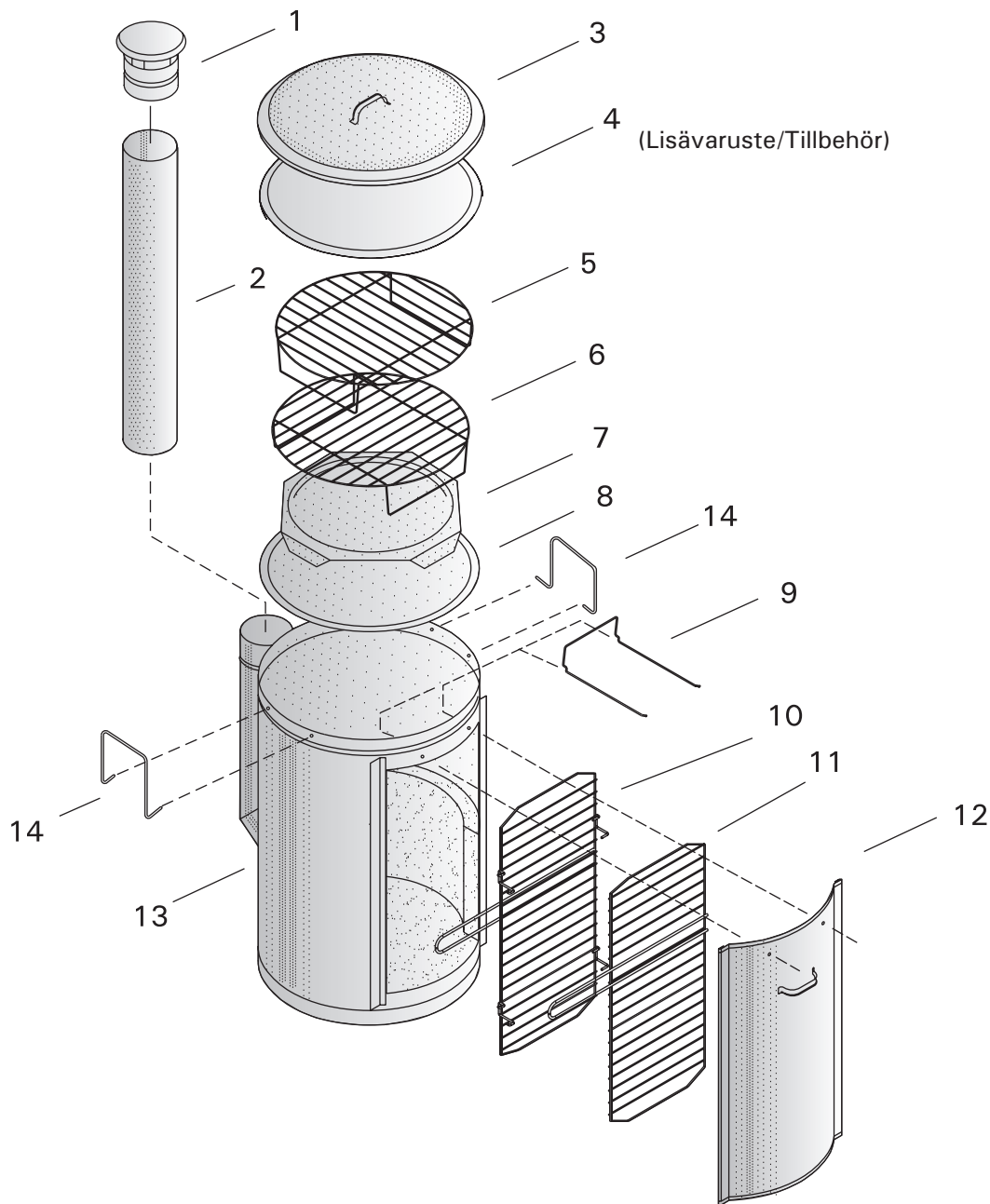


# HARVIA LOIMUSAVUSTIN HARVIA STRANDKÖK

**FI** Käyttöohje ja Menu

**SV** Bruksanvisning och Meny





1. Sadehattu
2. Savuputki
3. Kansi
4. Muurinpohjapannu (lisävaruste)
5. Savustusritilä
6. Savustusritilä
7. Rasvapelti
8. Lämpötaso
9. Loimutusritilän kannatin
10. Loimutusritilä
11. Loimutusritilä
12. Säteilysuoja
13. Loimusavustimen runko
14. Kantokahva

1. Regnskydd för röckanal
2. Röckanal
3. Lock
4. Stekplåt (tillbehör)
5. Grillgaller
6. Grillgaller
7. Fettuppsamlare
8. Värmeplåt
9. Hållare för halster
10. Halster
11. Halster
12. Strålningsskydd
13. Strandkökets stomme
14. Bärhandtag

## KÄYTTÄJÄN OHJE

Loimusavustin säteilee lämpöä joka suuntaan, joten sen asentaminen käyttöpaikkaansa tulee tehdä huolella huomioiden mm. 1 metrin suojaetäisyys savuputkesta palava-aineiseen materiaaliin. Loimusavustin säteilee lämpöä myös alaspäin, joten se tulee asentaa riittävän paksulle, palamattomalle, tasaiselle ja liikkumattomalle alustalle (hiekkakivi/betoni).

Loimusavustimen pinta kuumenee polttavaksi joka puolelta! Älä tartu kuumaan laitteeseen paljain käsin, vaan käytä riittävän paksuja käsineitä!

Varo savuputkesta tulevia kuumia savukaasuja! Savuputkeen on saatavana lisätarvikkeena jatkoputki.

Pidä tulitilassa pientä tulta käyttäen ohuita puupilkkeitä tai kuivia risuja/oksia.

Säädä savustettaessa veto säteilysuojalla (12) sellaiseksi, että tulitilan savuputkesta ja savustusosan kannen (3) alta tulee savua. Liiallinen veto imee savut savustusosasta savuputken kautta, kun taas suuri liekki ja alhainen veto työntää savut ja noen savustustilaan.

**Loimusavustinta ei saa käyttää sisätiloissa!**

## HUOLTO JA KÄYTTÖ

Kaikki ritiläosat ovat kromattuja ja ne pestään normaalisti. Varovaisuutta tulen käsittelyssä on aina muistettava noudattaa! Talvi ei rajoita Loimusavustimen käyttöä.

## KÄYTTÖMAHDOLLISUUDET

Tulipesässä on helppo kypsyttää uuniperunat, nauarit ja vaikka rosvopaisti. Myös jälkiruokien teko onnistuu loimusavustimessa. Koska tulitila on suojattu, se tuottaa lämpöä valtavan määrän nuotioon verrattuna, mutta minimimäärän savuhaittoja.

## MUURINPOHJAPANNUN KÄYTTÖ

Harvia muurinpohjapannulla (lisätarvike) voit paistaa ohukaisia, kalaa, lihaa, vihanneksia ja rapeuttaa sämpylöitä, patonkia tai leipäpaloja.

- lado muutama ohut puu tulipesään
- laita muurinpohjapannu yläkannen paikalle
- aseta puut ja säädä säteilysuojalla veto sellaiseksi, että liekki palaa rauhallisesti

Yläkantta voit käyttää muurinpohjapannun päällä lämpösuoja.

**Varo pitämästä liian voimakasta liekkiä etteivät loimusavustimen kiiltävät, ruostumattomat osat pääse hehkumaan!**

## BRUKSANVISNING

Strandköket utstrålar värme åt alla håll så man skall noga välja ut platsen för användning, bl.a. observera 1 meters skyddsavstånd till brännbart material. Strandköket avger värme även nedåt så det bör ställas på tillräckligt tjockt, obrännbart, plant och orörligt underlag (sand, sten, betong).

Strandkökets ytor blir glödheta. Rör ej heta delar med bara händer, använd tjocka handskar! Varning för heta rökgaser från rökröret! Det finns att få förlängningsrör som tillbehör till rökröret.

Håll lagom liten låga, använd finhuggen ved, stickor eller kvistar.

Reglera, vid rökning, draget med strålningskyddet (12) så att det kommer rök från eldstadens rökrör och från rökningssdelens lock (3). För mycket drag drar röken från rökningssdelen via rökröret och för stor låga och för lite drag trycker rök och sot in i rökningssdelen.

**Det är förbjudet att använda strandkök inomhus!**

## SKÖTSEL OCH ANVÄNDNING

Alla gallerdelar är förkromade och de diskas normalt. Man skall alltid vara mycket försiktig när man handskas med eld! Rökgasen kan vara väldigt het! Strandköket kan användas även på vintern.

## ANVÄNDNINGSMÖJLIGHETER

Det är lätt att tillreda bakad potatis, rovor och t.o.m. en hel stek i själva ugnen. Man kan även tillreda efterrätter i strandköket. Eftersom eldstaden är avskärmad alstras där mycket mera värme än över en öppen eld, men rökölagenheten är minimal.

## BRUKSANVISNING FÖR STEKPLÅT

På Harvia-stekplåten (tillbehör) kan du steka plättar, fisk, kött, grönsaker eller göra batong och brödbitar fräsiga.

- lägg lite finhuggen ved i ugnen
- lägg på stekplåten i stället för övre locket
- tänd på och reglera draget med strålningskyddet så att lågan brinner lugnt

Det övre locket kan du använda som värmeskydd på stekplåten.

**Håll inte lågan för stor. Glastiga rostfria delar av stekplåten får inte glöda!**

## LOIMUSAVUSTIMEN KÄYTTÖ PERINTEISENÄ GRILLINÄ

### Grillimakkarat suomalaiseseen tapaan

Poista Loimusavustimesta kaikki sisäosat, samoin säteilysuoja.

- lado puut tulitilaan
- aseta ylempi savustusritilä ylösalaisin tulitilan kaulukselle
- laita kansi paikoilleen
- sytytä puut ja valmista hiillos

Kun hiillos on valmis, makkarat asetetaan savustusritilälle kuumenemaan. Grillaus onnistuu, satoi tai paistoi. Makkaran lisukkeeksi suosittelemme voimakasta sinappia ja ”sopivaa” juotavaa.

## KALARUOAT

### YLEISTÄ

Kala on kypsä, kun sen lihat irtoavat ruodoista. Yleensä kala on kypsä, kun sen evät irtoavat kevyesti vedettäessä. Pienten kalojen kypsyys todetaan avaamalla sen maha ja jos sisälmykset eivät ole veriset, on kala kypsä. Merikaloissa ei ole lapamato-vaaraa, järvikaloissa on.

Yleensä pehmeäsuomuisia kaloja ei suomusteta (lohi, muikku, haili). Pieniä kaloja ei perata, jos ne savustetaan tai hiillostetaan. Kaloja ei tule puhdistettaessa pestä ”liikaa”. Kevyt huuhtelu kylmällä vedellä ja kuivaus paperiin.

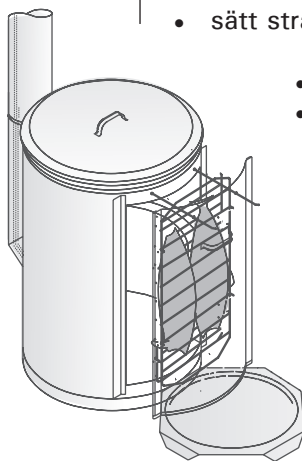
Mahdollista liिकासuolaisuutta voi poistaa sitruunalla. Kypsymisaikaan vaikuttaa suuresti ulkoilman lämpötila ja puiden kosteus.

### Loimutettavat kalat

- poista lämpötila
- lado puut tulitilaan
- laita loimutusritilän kannatin reikiinsä
- sytytä tuli
- laita loimutettavat fileet loimutusritilään ja ritilä riippumaan kannattimeen
- laita säteilysuoja kannattimeen tuulen- ja lämmönsuojaksi
- laita kansi paikoilleen
- käytä rasvapeltiä loimutusritilän alapuolella, etteivät kalasta erittyvät nesteet valu maahan.

Loimutettavat fileet suolataan hienolla suolalla etukäteen. Lihapintaan sirotellaan sitruunapippuria. Ensin loimutetaan nahkapuoli rapeaksi, sitten lihapuoli. Loimutusaika on noin 20–30 minuuttia. Kala on kypsä, kun liha irtoaa nahasta.

Valmiin kalan pintaan puristetaan sitruunamehua. Loimukaloista suosituimmat ovat lohi ja siika. Loimukalan kastikkeeksi sopii mätikastike esim. itsevalmistettuna. Myös pihvien grillaus onnistuu loimuttamalla.



## ANVÄNDNING AV STRANDKÖKET SOM TRADITIONELL GRILL

### Grillkorv på finskt sätt

Avlägsna ur strandköket alla inre delar, likaså strålningsskyddet.

- lägg veden i ugnen
- sväng det övre grillgallret uppochner och lägg det på ugnens ”hals”
- lägg locket på plats
- tänd på och förbered glödbädden

När glödbädden är klar läggs korvarna på gallret för att värmas. Grillningen lyckas oberoende av vädret. Som tillägg till korven rekommenderar vi en kraftig senap och ”lämplig” dricka.

## FISKRÄTTER

### ALLMÄNT

Fisken är färdig när köttet lossnar från benen. I allmänhet är fisken färdig då fenorna lossnar när man drar i dem. På de små fiskarna skär man upp buken och tittar efter om inälvorna är röda. Om de inte är blodiga är fisken färdig. Det finns risk för parasiter i insjöfisk.

Fisk med mjuka fjäll fjällas som regel inte (lax, siklöja och strömming).

Små fiskar fjällas inte om de skall rökas eller halstras. När man rensar fisk skall man inte skölja den för mycket – en lätt sköljning med kallt vatten räcker. Torka med papper.

Om fisken har blivit för salt kan man ta bort salt med citron. Rökningstiden påverkas mycket av utetemperatur och vedens fukthalt.

### Flamstekt fisk

- ta bort värmeplåten
- lägg veden i ugnen
- placera halsterhållaren på plats
- tänd elden
- lägg fiskfiléerna i halstret och häng det på halsterhållaren
- sätt strålningsskyddet på plats, som skydd mot vind och värmeförlust
- lägg på locket
- använd fettuppsamlaren under halstret så att fett ur fisken inte rinner på marken.

Filéerna saltas på förhand med bordssalt. Citronpeppar strös på köttssidan. Först halstrar man tills skinnsidan blir knaprig, sedan köttssidan. Halstringstiden är totalt ca. 20–30 minuter. Fisken är färdig när skinnet lossnar från köttet.

När fisken är klar pressas citronsaft på den. De mest omtyckta fiskarna är lax och sik. Hemlagad fiskromsås passar bra till halstrad fisk. Man kan även halstra biffar i strandköket.

## **“Loimulohi”, mätikastike ja keitetyt perunat (4 hengelle)**

### **Aineet:**

- lohifilettä 500–600 g
- sitruuna
- sitruunapippuria, tilliä, hienoa suolaa, valkopippuri
- mateen mätiiä 200 g
- kermaa 2 dl
- sipuli
- keskikokoisia perunoita 8 kpl, siikliä

Katso *Loimutettavat kalat* -ohje. Lohifileet asetellaan tarjoiluvadille ja fileiden päälle puristetaan puolikkaan sitruunan mehut. Toinen puoli sitruunaa ja osa tillistä käytetään koristeluun.

Mäti ja hienonnettu sipuli sekoitetaan keskenään, lisätään valkopippuri ja suola. Seos vatkataan maustamattomaan kermavaahtoon. Kastikkeen pintaan ripotellaan hienonnettua tilliä. Huom! Syksyllä sipulia voi käyttää reilummin, keväällä vanhan sipulin maku väkevoituu, joten sitä riittää pienempi määrä. Lohen, muikun ja siian mätiä voidaan myös käyttää. Järvikalan mäti on hyvä pakastaa ennen käyttöä.

Perunaksi suosittelemme siikliä sen hyvän maun ja hyvien keittämismominaisuuksien vuoksi. Se on myös helppo kuoria.

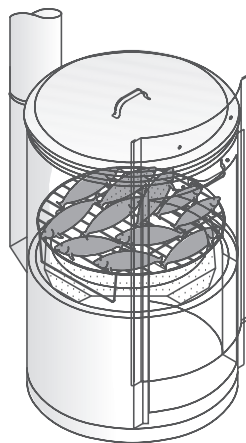
Salaatti: jäävuorisalaatti, kurkku, tilli, sitruunamehu.

### **Savustettavat kalat**

- lado puut tulitilaan
- ripottele leppälastut lämpötason päälle
- laita rasvapelti
- lado kalat ritilälle
- nosta ritilä uuniin
- laita säteilysuoja uriinsa (Huom! Vedon säätö)
- laita kansi paikoilleen
- sytytä tuli

Pienten kalojen savustusaika on noin 10–20 minuuttia (muikut, hailit). Keskikokoisten kalojen savustusaika on noin 30 minuuttia (ahvenet, siiat, kuhat, ankeriaat). Suurten kalojen savustusaika on noin 40 minuuttia (lohet, hauet, lahnat).

Pienet kalat huuhdotaan kylmällä vedellä, valutetaan ja savustetaan selaisenaan. Suurilta ja keskikokoisilta kaloilta poistetaan sisälmykset. Pienet kalat jälkisuolataan karkealla suolalla ja ladotaan kevyesti mieluiten laatikkoon. Lämmönhaihtumista estetään suolaantumisen aikana. Suuret ja keskikokoiset kalat suolataan karkealla suolalla ennen savustamista.



## **Flamstekt lax, romsås och kokt potatis (för 4 personer)**

### **Ingredienser:**

- laxfilé 500-600 g
- citron
- citronpeppar, dill, fint salt, vitpeppar
- lakrom 200 g
- 2 dl gräd
- lök
- medelstora potatisar 8 st, (t.ex. sikli)

Följ anvisningen för flamstekt fisk. Rada laxfiléerna på ett serveringsfat och pressa saften ur en halv citron på fisken. Den andra halvan av citronen och en del av dillen användes som dekoration.

Rommen och den finhackade löken blandas. Lägg till vitpeppar och salt. Blandningen rörs in i okryddat gräddskum. Strö finhackad dill på såsen.

Obs! På hösten kan man använda rikligt med lök, på våren är löken starkare och då räcker en mindre mängd. Man kan även använda rom från lax, siklöja eller sik. Djupfrys helst rom från insjöfisk innan användningen.

Vi rekommenderar sikli-potatis tack vare dess goda smak och kokningsegenskaper. Den är också lätt att skala.

Sallad: isbergssallad, gurka, dill, citronsaft.

### **Rökning av fisk**

- lägg veden i ugnen
- strö alspån på värmeplåten
- placera fettuppsamlaren i ugnen
  - lägg fiskarna på gallret
  - lägg gallret i ugnen
  - skjut strålningskyddet i sina fårör (Obs! Reglera luftdraget)
  - sätt skyddslocket på plats
  - tänd elden

Rökningstiden för små fiskar är ca 20 minuter (mujkor/siklöjor, strömming). Rökningstiden för mellanstora fiskar är ca 30 minuter (abborre, sik, gös, ål). Rökningstiden för stora fiskar är ca 40 minuter (lax, gädda, braxen).

Små fiskar sköljes i kallt vatten, får rinna av och rökes hela. Ur mellanstora och stora fiskar avlägsnas inälvorna.

Små fiskar eftersaltas med grovt salt och de skall helst läggas löst i en trälåda och hållas varma under tiden för saltningen. Stora och mellanstora fiskar saltas med grovt salt före rökningen.

## **Savustetut muikut ja perunamuusi (4 hengelle)**

### **Aineet:**

- 600 g keskikokoisia muikkuja
- karkeaa suolaa
- persiljaa
- 8 kpl isoja perunoita, pitoa
- voita 50–60 g
- maitoa 1–2 dl

Savusta yllä olevan ohjeen mukaisesti. Kypsät kalat suolautuvat n. 40 min. Sinä aikana valmistetaan perunamuusi. Perunaksi suosittelemme pitoa, josta saadaan kauniin vaalea ja hyvänmakuinen muusi.

Pese ja kuori perunat, kuutioi ne ja keitä höyrykattilassa, kaada perunakuutiot kulhoon ja lisää voi. Vatkaa perunat muusiksi sähkövatkaimella, lisää maito ja sekoita kunnes muusi notkistuu. Sirottele pintaan hienonnettua persiljaa.

Muikkujen ja muusin kanssa sopii tumma leipä ja maito.

Salaatti: lehtisalaatti, hunajameloni, tuore kurkku.

### **Hiillostettavat kalat**

- lado puut tulitilaan ja sytytä
- valmista hiillos
- lado kalat ritalään
- hiillosta

Hiilloskaloja ei perata, ainoastaan huuhdotaan kylmällä vedellä. Hiilloskalat suolataan hienolla suolalla ennen kypsentämistä.

Kalat halstrataan kuumilla hiillillä molemmin puolin ja paistoaika on noin 5–10 minuuttia. Kala on kypsä kun sen oma neste kiehuu kalan läpi. Hiilloskaloista tutuimmat ovat haili ja siika. Kalojen hiillostus on hyvä tehdä esim. savustuksen yhteydessä tai heti savustuksen jälkeen.

### **Haudutettavat kalat**

- lado puut tulitilaan ja sytytä
- valmista hiillos
- laita ”paketoitu” kala hiillokseen
- kypsytä

Haudutettavat kalat perataan mutta ei suomusteta ja suolataan hienolla suolalla. Maustettu kala kääritään tiukkaan voipaperikääröön, jonka jälkeen tiukasti kostutettuun sanomalehteen.

Voipaperin tulee olla kuiva, jolloin kypsän kalan suomuinen nahka tarttuu paperiin ja lihat ”kääriytyvät” esiin. Leikkaa ylimääräinen paperi pois. Näin kala on helppo laittaa syötäväksi.

Haudutusaika on 30 minuuttia, erityisen suuren kalan kohdalla enemmänkin. Hyviä haudutuskaloja ovat kuha, säyne ja lahna.

## **Rökta siklör (mujkor) och potatismos (för 4 personer)**

### **Ingredienser:**

- 600 g medelstora siklör (alt. strömming)
- grovsalt
- persilja
- 8 stora potatisar
- smör 50–60 g
- mjölk 1–2 dl

Rök fisken enligt ovanstående recept. De rökta fiskarna saltas ca. 40 min. Under tiden lagas potatismos.

Tvätta och skala potatisarna, skär dem i tärningar, ångkoka dem, häll potatistärningarna i en skål och tillsätt smör. Mosa potatisen och tillsätt mjölken. Strö på hackad persilja.

Mörkt bröd och mjölk passar bra med fisk och mos.

Sallad: Bladsallad, honungsmelon, färsk gurka.

### **Halstrad fisk**

- lägg veden i ugnen och tänd på
- förbered glödbädden
- lägg fiskarna i halstret
- halstra

Fiskar som skall halstras fjällas inte utan sköljes väl med kallt vatten. Fisken saltas med bordssalt före halstringen.

Fisken halstras på bägge sidorna och tiden är ca 5–10 minuter. Fisken är färdig när dess egen vätska sjuder inne i fisken. Av fiskar som halstras är strömming och sik de vanligaste. Ett lämpligt tillfälle att halstra fisk är i samband med rökning eller direkt efter rökningen.

### **Fisk i paket (baddad fisk)**

- lägg veden i ugnen och tänd på
- förbered glödbädden
- lägg fiskpaketet på glödbädden
- låt mogna

Fisk som skall sjuda i paket renas och saltas med bordssalt men fjällas inte. Fisken kan smaksättas med purjolök eller med annan lök. Om man vill kan man tillsätta en klick smör och andra kryddor enligt egen smak. Den kryddade fisken lindas hårt i smörpapper och därefter i en genomfuktad tidning.

Smörpappret skall vara torrt för att fjällen och skinnet skall fastna på pappret när fiskköttet rullas fram.

Fisken blir klar på ca 30 minuter, om fisken är väldigt stor behövs längre tid. Gös, id och braxen blir goda i paket.

## ***Haudutettu kuha ja keitetty perunat (5 hengelle)***

### **Aineet:**

- 2 kpl n. 500 g kuhaa
- 1 sitruuna
- hienoa suolaa
- 50 g voita
- tilliä
- persiljaa
- ruohosipulia
- 10 kpl keskikokoisia perunoita (siikliä)

Katso *Haudutettavat kalat* -ohje.

Kypsät kalat avataan tarjoiluvadilla, poistetaan makutäytteet sekä selkä- ja kuveruodot. Tarjoillaan keitettyjen perunoiden ja esim. valmiskastikkeen kanssa.

Salaatti: jäävuorisalaatti, tilli, kurkku, hienonnettu ruohosipuli.

## **UUNIPERUNAT**

Uuniperunat pestään ja kääritään folioon. Paistoaika on noin 40–60 minuuttia. Täytteeksi uuniperunaan voi laittaa esim. kermaviilikastikkeen.

### **Aineet:**

- 2 purkkia kermaviiliä
- sipuli
- suolakurkku, mustapippuria, tilliä
- sinappia

## **LIHARUOAT**

### ***Loimutetut, marinoidut porsaankyljykset ja uuniperuna (4 hengelle)***

### **Aineet:**

- 4 kpl kyljyksiä
- oliiviöljyä
- paprikajauhe, mustapippuria
- sinappia, pippuriseosta
- suolaa, ripaus sokeria
- valkosipulin kynsi
- 4 kpl suuria perunoita, rosamunda

Uuniperunat pestään ja kääritään folioon. Paistoaika on noin 40–60 minuuttia. Täytteeksi uuniperunaan voi laittaa esim. kermaviilikastikkeen. Ohje löytyy kohdasta *Uuniperunat*.

Salaatti: kiinankaali ja maissipaprikasekoitus-pakastepussi.

## ***Baddad gös och kokta potatisar (för 5 personer)***

### **Ingredienser:**

- 2 st ca. 500 g gös
- 1 citron
- finsalt
- 50 g smör
- dill
- persilja
- gräslök
- 10 st medelstora potatisar (sikli)

Följ anvisningarna för den baddade fisken.

Fiskpaketen öppnas på ett serveringsfat, ta bort "smakfyllningen" och fenorna. Serveras med kokt potatis och ev. sås av färdiga ingredienser.

Sallad: isbergssallad, dill, gurka, hackad gräslök.

## **UGNSPOTATIS**

Ugnspotatisen tvättas och lindas i folie. Stektiden är ca 40-60 minuter. Som fyllning kan man t.ex. ha en gräddfilsblandning.

### **Ingredienser:**

- 2 dl gräddfil
- en lök
- en saltgurka, svartpeppar, dill
- senap

## **KÖTTRÄTTER**

### ***Flamstekta, marinerade griskotletter och ugnspotatis (för 4 personer)***

### **Ingredienser:**

- 4 st kotletter
- olivolja
- paprikamjöl, svartpeppar
- senap, pepparmix
- salt, en gnutta socker
- en del av en vitlök
- 4 stora potatisar (t.ex. rosamunda)

Ugnspotatisarna tvättas och packas i folie. Stektiden är ca 40–60 minuter. Som fyllning i ugnspotatisen rekommenderas t.ex. gräddfilssås. Receptet finns bland *Ugnspotatis*.

Sallad: kinakål och majspaprikablandning (djupfryst).

## ***Muurinpohjalla paistetut broilerit ja salaatti (4 hengelle)***

### **Aineet:**

- 4 kpl broilerin rintaleikkeitä
- chinamauste
- curry
- hienoa suolaa
- paprikajauhe
- voita

Poista leikkeistä kaikki luut. Halkaise leike terävällä veitsellä niin, että leikkeen pitkä sivu jää saranaksi. Paista voissa ensin toinen ruskeaksi. Käännä ja mausta suolalla, currylla, chinamausteella ja paprikajauheella. Kypsytysaika on verrattain lyhyt, mutta broileri on syytä valmistaa ehdottoman kypsäksi.

Salaatti: kiinankaali, säilykepersikat ja avomaan kurkku. Hedelmänä käy hyvin myös ananas ja mandariini.

## ***Hiillostettu/loimutettu poron filé ja keitetyt perunat (5 hengelle)***

### **Aineet:**

- poron filé
- pekonia
- oliiviöljyä
- minttua
- paprikajauhe
- pippuriseos
- suola

Loimutettaessa katso loimutusohje.

Mausteista tehdään marinadi, jossa fileen annetaan maustua vähintään 6 tuntia. Filé kääritään suolattuihin pekoniviipaleisiin. Hiillostusaika on noin 20 minuuttia riippuen fileen koosta. Varsinainen hiillostus tehdään loimusavustimen käyttöohjeen mukaisesti. Loimusavustimen loimutusritilä soveltuu hiillostamiseen.

Perunoiksi suosittelemme ruoan henkeen sopivaan puikula.

Salaatti: keräsalaatti, avomaan kurkku, sokeroitu pakastelakka. Salaatteihin yleensä kesällä saa helposti näköä, makua ja viileyttä pakastetuilla puutarhamarjoilla. Suosittelemme ko. marjojen käyttöä.

**Huom! Varo polttamasta valmistamaasi ruokaa, sillä loimusavustin toimii erittäin pienellä puumäärällä.**

## ***Broiler stekt på bakplåten och sallad (för 4 personer)***

### **Ingredienser:**

- 4 st broilerbröstbitar
- chinakrydda
- curry
- finsalt
- paprikamjöl
- smör

Ta bort alla ben från bröstbitarna. Skär upp bitarna med en vass kniv så att långsidan tjänar som gångjärn. Bryn i smör. Sväng och krydda med salt, curry, chinakrydda och paprikamjöl. Stektiden är relativt kort, men broilern bör absolut stekas väl.

Sallad: kinakål, konserverade persikor och frilandsgurka. Som frukt kan även ananas eller mandarin rekommenderas.

## ***Halstrad eller flamstekt renfilé och kokta potatisar (för 5 personer)***

### **Ingredienser:**

- renfilé
- bacon
- olivolja
- mynta
- paprikamjöl
- pepparmix
- salt

Föl standköksanvisningarna för flambering eller halstring.

Gör en marinad av kryddorna och marinera minst 6 timmar. Linda in filén i saltade baconskivor. Haltringstiden är ca 20 minuter beroende på filéstorleken. Den eg. halstringen görs enligt halstringsanvisningarna. Strandkökets flamberingsgaller passar för halstring.

Sallad: Huvudsallad, frilandsgurka, frusna hjorton. Speciellt sommartid blir salladerna vackra, smakrika och svala med hjälp av frusna trädgårdsbär. Vi rekommenderar därför användning av dylika bär.

**Varning! Bränn inte maten du tillreder eftersom det räcker med en väldigt liten vedmängd i strandköket.**