

KRÖNIKA | Nötkött

Sverige blir vad du väljer att äta

I somras var jag i skånska Baldringe och besökte bonden Ing-Marie Olsson. Tillsammans med sambon Ronnie föder hon upp biffkor. Deras gamla skånegård, längst nere i en dal, är omgiven av gröna kullar, stengärdesgårdar och bokskog. I hagarna betar stora vitlurvig hornprydda djur med sina kalvar. Över bokskogen flyger glador och den som lyssnar noga kan höra den ytterst rara klockgrodan kväka i skymningen.

Köttet från gårdens säljs hängmörat och kvalitetsmärkt i flera skånska livsmedelsbutiker. För att få märka sitt kött måste Ing-Marie och Ronnie följa ett antal regler. Bland annat måste kalvarna få tillbringa tid med sina mammor, allt foder måste vara GMO-fritt (GMO = genmodifierat), alla djur måste få beta ute och inga kalvar får exporteras levande.

Ing-Marie skulle hellre bomma igen än att låta en av sina telningar trängas på ett långtradarflak på väg till slakt i Grekland eller något annat sydeuropeiskt land. Hon och sambon kämpar för att överleva i dessa lågpristider då livsmedelsdiskarna dignar av extrapris kött från Irland, Uruguay och Brasilien.

Visst är det underbart att kunna köpa oliver och färsk ingefära, varor som inte går att odla i Sverige, men jag tycker att det är fullkomligt vansinnigt att frakta omkring levande och döda djur kors och tvärs över jordklotet.

Nej, det duger inte längre att sucka över att Antarktis håller på att smälta bort. Vi som konsumenter kan ta vårt ansvar och påverka framtiden genom våra val. Jag köper bara svensk hängmörad biff.

Okej, den kostar oftast mer, men jag äter hellre en svensk biff en gång i halvåret än utländskt kött varje helg. Och inte bara för glaciärernas skull utan för att jag vill att mina barnbarn ska kunna ha picknick i en närbelägen hage där kossor varsamt har gallrat markerna från sly så att vi kan njuta av gullviva och mandelblom.

Ju äldre jag blir, desto mer övertygad blir jag om att allt här i världen hänger ihop. Alla vi varselser på jorden är sammanvävda i en osynlig väv. En liten insekt kanske inte väljer medvetet, medan vi människor äger den möjligheten. Vi har ett val varje dag vi står där i butiken. Och vi kan fundera på konsekvenserna av våra val. Köper du biff från Brasilien får du i framtiden åka dit när du vill ströva på en sommaräng. För om vi inte köper svenskt kött, kommer skogen att växa tät över våra hagar och vi får gå på museum för att se hur en bonde såg ut. Så enkelt är det. Sverige blir vad du äter.



MILENA BERGQUIST
milena.bergquist@svd.se



Det brittiska imperiet lever kvar i Rules härligt överdådiga matsal och listan över kända stamgäster är lång. Brett Huxtable dukar bordet.

FOTO: JUREK HOLZER

Mastiga njutningar på Rules

KLASSIKER Ingenstans avlöser krogtrenderna varandra snabbare än i London. Men vart styr man stegen då suget efter välagad engelsk mat gör sig påmint? Jo, till Rules, stans äldsta restaurang.

LONDON En mer överdådig matsal än Rules finns nog inte. Viktorianska skämtteckningar, oljemålningar och horn från nedlagda villebråd täcker väggarna. Den myckna mässingen är blankpolerad och restaurangen som gjord för diskreta tête à tête innanför röda sammetsdraperier. Men nog skänker man en tanke till städerskan, som ska damma myriaderna prydnadsaker, samlade sedan Thomas Rule år 1798 öppnade ostrombar här i Covent Garden.

Om nymodigheter introduceras morrar också stammisarna, och irländske hovmästaren Ricky McNemeny konstaterar att personalen (bortåt 100 personer) känner sig som förvaltare av en nationalklenod. Men tro inte att tiden har stått stilla i köket:

Nye kocken Richard Sawyer har in-

troducerat lättare versioner av gamla klassiker; lammrack med örter och sparris och havsabborre till kryddgrön risotto. Men det är klart, Rules mastiga steak and kidney pie är och förblir den stora gästfavoriten, och gud nåde den köksmästare som skulle plocka bort den kladdhärliga dadelpuddingen med kolasås från menyn.

Vilt, från hare till morkulla, beckasin och rådjur (givetvis i säsong) har alltid varit Rules stora slagnummer. Och med

egna jaktmarker uppe i Yorkshire skickar ägaren, John Mayhews, emellanåt upp medlemmar av köksbrigaden för en uppskattad gnuggning i skytte och viltvård.

Visst är Rules kritstreckskostymernas förlovade hemvist men på senare tid har gästklentelet föryngrats och den pittoreska restaurangen är givetvis en klar turistmagnet. Där man lätt låter fantasin spela; nog var väl den korpu-lente mannen med cigarren vid hörnbordet bra lik Winston Churchill?

LEE PERSSON
koket@svd.se

Adress: 35 Maiden Lane, Covent Garden WC1 www.rules.co.uk.

Tre andra krogar med högklassiskt engelskt kök

Savoy Grill, The Strand WC2, där celebre Marcus Waering har förnyat den anrika

hotellmatsalens meny.

Wiltons, 55 Jer-myn Street W1.

Moderliga server-triser, svindyr meny och en "hang out" för torypolitiker.

Bluebird Dining-room, 350 Kings Road, livligt sedan Conransonen Tom nyligen tog över.

TRE SMALA

Recepten kommer från Tasteline.com

Halloumi med bulgur och soltorkade tomater

4 portioner: 1 paket mager halloumi • 2 dl bulgur • 1 grönsaksbuljongtärning • 11 inlagda soltorkade tomater • 3 msk av lagen från soltorkade tomater • 3 dl kokta kikärter eller borlottibönor • 1 dl hackad bladpersilja • 1 kruka basilika • 0,5 pressad vitlöksklyfta • 0,5 msk vinäger • peppar • olivolja till stekning

1. Koka bulgur med buljongtärning enligt anvisningar på förpackningen.

2. Skär tomaterna i små bitar och hacka persil-



jan. Skär basilikan i mindre bitar. Låt bulguren svalna och tillsätt kokta kikärter. Blanda ner resten av ingredienserna i en stor skål. 3. Stek halloumi i några droppar olivolja. Använd gärna fettspray.

Smal spenatomelett med kallrökt lax

4 portioner: 4 ägg • 4 äggvitor • salt • 4 dl hackad spenat, tinad • 1 msk rapsolja

Tillbehör: 16 champinjoner • 300 g kallrökt skivad lax • 4 tomater i skivor • gräslök till garnering

1. Vispa ihop äggen med spenat och lite salt. Stek omeletten i omgångar om du vill ha små portionsomeletter. Stek sedan champinjoner.

2. Servera omeletten med lax och champinjoner samt tomat.



Kycklingspett med basilika och grönsaker

Till 4 portioner: 4 kycklingfiléer, skurna i tunna skivor • 8-10 träspett • 400 g wokgrönsaker • 1 tsk mald koriander • 0,5 tsk fruktsocker • 0,5 tsk salt • 2 finhackade vitlöksklyftor • 1 msk olja • salt

Basilikaolja: 1 kruka basilika • 2,5 msk olivolja • 1 tsk vatten • 1 vitlöksklyfta

1. Trä upp kycklingskivorna på träspett och lägg dem på ett stort fat. Strö över koriander, socker, salt och vitlök. Marinerat spet-

ten ca 1 timme så att kryddorna tränger in i köttet. Vänd några gånger under tiden.

2. Värm oljan i en stor stekpanna, och stek några spett åt gången. Vänd dem då och då så att de får fin färg och blir genomstekta. Ta bort spetten och woka grönsakerna snabbt. 3. Kör ingredienserna till basilikaoljan i matberedaren till en tjock smet.

4. Servera kycklingspetten varma med basilikaolja, wokgrönsaker och ris.



Webben

Fler smala recept
• www.tasteline.com