

Äntligen  
sommars!

AKTIV MATLAGNING - SUMMER EDITION



# Fiesta, festa, fête eller sommarparty?

Ta avstamp inför sommaren med en sommarfest med influenser från Mexico, Italien, Frankrike eller Sverige. Varje kök har sina egna smaker och dofter liksom råvaror och tillagningssätt. Våra matlagningskvällar utgår från ett tema där respektive matkultur får huvudrollen. Vilket tema passar dig och dina kollegor?

## DET MEXIKANSKA KÖKET

### Kryddigt, hett och färgstarkt

Majs, chili och bönor är stommen i det mexikanska köket. Där vävs ett kulinariskt arv samman, influerad av maya köket, aztekisk mat och även europeiskt, främst Spanien. Med spännande kombinationer av chili, lime och korianter blir rätterna en explosion av smaker. ¡Buen provecho!

## DET NORDISKA KÖKET

### Sälta, syra och sötma och råvaror i säsong

Nordisk matlagning handlar om att ta vara på de råvaror som växer nära oss och låta deras enkelhet och naturliga smaker ta plats på tallriken. En central princip är att laga mat efter säsong och utifrån de tre huvudsmakerna salt, syra och sötma. En perfekt balans dem emellan skapar magi. En råvara kan ha många olika smaker och texturer beroende på tillagningssätt. Vad sägs om jordärtskocks-soppa med friterade jordärtskockschips eller rabarberkompott med krispig rabarbersalsa.

## DET ITALIENSKA KÖKET

### Oregano, basilika och tomater

Det italienska köket har en speciell plats i hjärtat, det är svårt att inte älska en välgjord carbonara med nymalen svartpeppar eller bruchetta med solmogna tomater. Det italienska köket är känt för sina rena och enkla smaker där en råvara ofta får huvudrollen. Färska råvaror och örter och inga krusiduller. Kanske kan man sammanfatta det med ett ord, gott!

## DET FRANSKA KÖKET

### Gastronomins mittpunkt

Det franska köket är kanske ett av världens mest omtalade, det står för finess och noggrann planering och vällagad mat. Mat, vin och ost är en grundpelare i den franska kulturen, ja, kanske hela essensen av varandet. Det är förstas inte bara "Haute cuisine", en enkel bit brie och baguette kan få dina smaklökar till stjärnorna.

*Något helt annat tema? Fråga oss!*

## Upplägg:

Kvällen inleds med att vår kursledare går igenom menyn och upplägget för kvällen. Ni får en presentation av råvaror och rätter som ska tillagas. Ofta blir ni uppdelade i grupper där varje grupp ansvarar för en eller flera rätter beroende på tema. Sedan tar det roliga vid! Vår kursledare finns på plats och vägleder och ger tips och tricks allteftersom menyn tar form. När allt är klart avslutar ni kvällen med en gemensam middag.

Pris: 895 kr /person exkl moms (Minimidebitering 8 personer)

Priset inkluderar aktivitet med handledning samt råvaror och ingredienser samt enkel måltidsdryck. (Egen dryck får medtagas)



## Nyfiken och vill veta mer?

Boka din sommarfest här:

010-15 57 200

hej.mitt@medborgarskolan.se