

# Recept /

## Vaktel

med jordärtskocka samt ramslök

*Detta recept är skapat av Magnus Wallin på  
Högberga Gärd.  
Receptet är ett bidrag från Årets Möteskock 2017.*

### Ingredienser bröst

4 st bröst  
salt  
1 st citron  
4 kvistar timjan  
10 g kallpressad rapsolja  
10 g smör

### Ingredienser lår

4 st lår  
salt  
500 g kycklingfond  
4 kvistar timjan

### Ingredienser rostad jordärtskocka

1 ½ st jordärtskocka  
salt o peppar  
10 g rapsolja

### Ingredienser picklad jordärtskocka

½ jordärtskocka  
100 g ättika  
200 g socker  
300 g vatten

### Ingredienser ramslöksolja

1 knippe ramslök  
300 g kallpressad rapsolja  
20 g grönkål

### Ingredienser ramslöksmajonnäs

2 st äggula  
10 g dijonsenap  
salt  
300 g ramslöksolja

### Utförande bröst

Stycka ut bröstet från vakteln. Gnid in bröstet med salt, citron och timjan och låt rimma i ca en timme. Värm upp en stekpanna och tillsätt olja. Tillsätt smör efter halva tiden. Stek bröstet i ca 1 - 1 ½ minut per sida med citronen och timjan. Ös bröstet med smöret.

Lyft ur bröstet ur pannan och låt vila i 3 minuter. Vid servering, dela bröstet på längden och salta snittytan.

### Utförande lår

Stycka ut låren från vakteln och dela dessa vid knäleden. Fräs köttet i en kastrull, slå på fond och tillsätt timjan. Låt sjuda i 30 min. Lyft upp låren ur fonden och låt de svalna något. Plocka isär köttet något och mosa det med sked eller gaffel så det blir trådigt. Smaka upp låret med salt och några droppar av ramslöksolja.

### Utförande rostad jordärtskocka

Skär ner jordärtskockorna i mindre bitar. Bitarna blandas upp med olja, salt och peppar. Rosta i ugn på 200 grader i ca 10 minuter.

### Utförande picklad jordärtskocka

Hvyla nio skivor av jordärtskockorna. Koka upp vatten med ättika och socker, häll på den varma 1-2-3-lagen på jordärtskockan. Låt dra i 15 minuter, vid servering lyft upp jordärtskockorna och lägg på papper.

### Utförande ramslöksolja

Ta två tredjedelar av ramslöken, grönkålen och mixa det med oljan tills den är grön och slät. Sila oljan genom en chinoise.

### Utförande ramslöksmajonnäs

Vispa upp ägg och dijonsenap. Häll sedan försiktigt i oljan under vispning. Smaka av med salt. Lägg upp majonnäsen i en spritspåse.

# Recept /

## Vaktel

med jordärtskocka samt ramslök

---

*Detta recept är skapat av Magnus Wallin på  
Högberga Gård.  
Receptet är ett bidrag från Årets Möteskock 2017.*

### Ingredienser viltad ramslök

6 st ramslöksblad  
10 g kallpressad rapsolja  
salt

### Ingredienser ramslökscrunch

20 g hasselnötter  
ramslök

### Utförande viltad ramslök

Värm upp en stekpanna och håll i olja. Doppa ramslöksbladen i den varma oljan på båda sidor av bladen. Lägg upp bladen på ett papper och salta.

### Utförande ramslökscrunch

Ta de blad som är kvar av knippet och strimla dessa fint. Finhacka hasselnötterna och blanda de med den strimlade ramslöken.