

Öländska kroppkakor

Ninnis kroppkakor

ca 30 st

Tid: cirka 2 timmar

Öländska kroppkakorna skiljer sig från de småländska genom att de görs på både rå och kokt potatis.
Tips: Servera kroppkakorna med lingonsylt och kall ovispad grädde.

5 kg vinterpotatis

300 g kokt potatis

2 dl potatismjöl

2 tsk salt

1 krm askorbinsyra (för ljusare färg)

2–3 gula lökar

1 tsk kryddpeppar

salt

Tillbehör:

lingonsylt

kall ovispad grädde

Fyllning:

½ kg rimmat sidfläsk

Skala potatisen och riv den fint. Pressa ut överflödigt vatten. Pressa eller mosa den kokta potatisen. Blanda rå potatis, kokt potatis, potatismjöl, salt och askorbinsyra till en deg.

Tärna fläsket fint. Hacka löken och stöt kryddpeppar i en mortel.

Blanda fläsk, lök, kryddpeppar och salt.

Forma knytnävsstora bollar av degen genom att knåda dem i händerna. Gör en fördjupning i bollen och lägg i rejält med fläskfyllning. Förslut bollen så att fläsket inte trillar ut.

Lägg kroppkakebollarna i rikligt med kokande lättsaltat vatten och låt dem sjuda i 1 timme. Först sjunker kroppkakorna till botten i kastrullen, därefter flyter de upp och när de är färdiga börjar de sjunka igen. Tryck ned dem från ytan emellanåt under kokningen.

Servera kroppkakorna nykokta med kall ovispad grädde och lingonsylt eller bara med smör till. Efter att de har kallnat kan kroppkakorna delas och stekas i smör. De går också bra att frysa.

(2008-01-14)

Arontorps Kroppkakor

20 st

Tid: 1 h 30 min

Arontorps Kroppkakor gör kroppkakor på äkta öländskt vis. Med råreven och kokt potatis med rimmad fläsk- och lökfyllning blir dessa öländska kroppkakor en riktig delikatess. Servera med smör, grädde och lingonsylt. Svensk husmanskost när den är som bäst!

5 kg riven potatis

2 msk salt

250 g kokt pressad potatis

450 g tärnat fläsk

50 g hackad lök

1 msk mortlad kryddpeppar

1 tsk salt

Tärna det rimmade sidfläsket, hacka löken, mortla kryddpepparn blanda dessa ingredienser med saltet noggrant utan att mosa sönder fläsket. Blanda gärna en dag i förväg.

Skala potatisen och riv den med en fin rivskiva och pressa ur vätskan så mycket du kan i en kätthandduk så det blir en torr deg. Blanda den rivna potatisen med den pressade kokta potatisen och saltet. Blanda noggrant till en jämn deg.

Rulla bollar av potatisdegen och platta till massan. Lägg fläskblandningen i mitten och rulla ihop så att fläsket ligger i mitten av potatismassan.

Innan du lägger i kroppkakorna se till att vattnet kokar, lägg i kroppkakorna och låt koka rikligt tills kroppkakorna flutit upp, låt sedan sjuda på svag värme i 55–60 minuter rör om försiktigt då och då.

Servera med smör, lingon och grädde.

Äkta öländska kroppkakor

ca 30 kroppkakor

Att göra kroppkakor är en konst bara i sig, det finns nog lika många recept som det finns hushåll som kokar dessa delikatesser. Någon kommenterade att man ska steka fläsket innan man rullar – nej nej nej! Så har vi aldrig gjort. Det här är ett riktigt öländskt recept, och då gör man så här.

5 kg potatis (Asterix)

½ kg kokt potatis

8 hg rimmat fläsk

1 stor gul lök

stött kryddpeppar (efter eget tycke vi hade nog

ett par msk grovmald)

cirka 1 ½ msk salt i kokvattnet

1 tsk askobinsyra i kokvattnet

ev. lite potatismjöl från potatisvätskan och ett par msk mjöl

Det är ett tips att förbereda lite kvällen, skala potatisen och koka ½ kilo och ställ kallt.

Lägg in fläsket i frysen innan det ska skäras i små små fina tärningar (mycket lättare att jobba med när det är fruset), hacka löken fint / tunt och rör ihop med den krossade kryddpepparn, lägg i en skål och plasta och ställ kallt över natten.

Dag 2: Riv potatisen fint i en hushållsassistent.

Ta en ren kökshandduk och lägg över en skål, mät upp lite av den potatisen och vik ihop till ett knyte. Pressa ut vätskan, och nu ska nästan all vätska ut. Pressa ut vätskan över en skål det kan behövas att tillsätta lite av den sen till smeten och sen lägger du en potatisstärkelse på potten som man kan tillsätta lite till smeten. När du pressat potatisen så lägger du den i en annan skål, och pressa ner den kokta potatisen där. Blanda samman, och känn på smeten hur formbar den är, vill man kan man tillsätta en eller par msk mjöl, denna gången hoppade vi över detta. Och blandade kanske tillbaka 1 tsk vätska i smeten, vi hade pressat ut riktigt mkt vätska, och det ska man göra.

Sen kan du börja rulla kroppkakorna. Här har vi gjort på olika sätt tidigare, mormor brukade rulla fläsket till en hård boll innan hon fyllde kroppkakorna. Denna gången testade vi att bara ganska löst tillsätta fläsket och sedan rulla tunna kakor. Tunna potatisväggar är det är godaste.

Fyll upp en stor eller flera stora kastruller med vatten, salt och eventuellt askobinsyra. Det sistnämnda är inget smakmässigt, de är ifall man önskar att få dem mindre grå i färgen. Vi hade ingen askobinsyra hemma, så vi saltade bara vattnet.

När du har rullat och lagt ner den sista kroppkakan i det lätt sjudande vattnet – det ska inte storkoka, utan endast småputtra. Så tar det en timme tills de är klara att ätas.

Serveras sedan med lingonsylt, grädde och skriat smör.

Mjöl är gott att dricka till.

(Jennys matblogg, 2013-02-17)

Klassiska öländska kroppkakor

15 stycken

3 ½ kg rå potatis
150 gram kokt pressad potatis
1 kryddmått askorbinsyra
1 dl potatismjöl

Klassisk fyllning:

½ kg rimmat fläsk
2–3 gula lökar

salt
kryddpeppar

Vegetarisk fyllning:

300 gram svamp, exempelvis champinjoner
2–3 gula lökar
salt
kryddpeppar

Riv den råa potatisen, pressa ur vätskan med silduk så massan blir ganska torr.

Blanda sedan med pressad kokt potatis och häll i potatismjöl och askorbinsyra. Blanda väl.

Tärna fläsket, hacka löken och blanda tillsammans med lite salt och kryddpeppar efter smak.

Ta dryga två matskedar av potatissmeten i handen, platta ut den och lägg cirka en matsked av fyllningen på. Rulla ihop smeten till en tennisstor boll där fyllningen göms i mitten.

Lägg i sjudande vatten. Kroppkakorna ska sjuda under en timme. De går att hålla varma i vattnet upp till två timmar efter de kokat klart men då får vattnet inte sjuda längre.

Servera med grädde och lingon.

(Pernilla Wästberg, Mitt kök)

Öländska kroppkakor från byn Runsten

10–15 Portioner

10 kg rå potatis
1 kg kokt potatis
1 dl potatismjöl
1 ½ kg fläsk

salt
lök
kryddpeppar
1 tsk askorbinsyra

Skala den råa potatisen. Riv den. Krama ur stärkelsen.

Tärna fläsket, hacka löken.

Blanda den kokta potatisen med råreven potatis, askorbinsyra och mjöl till en kroppkaksdeg.

Blanda lök och fläsk i en skål. Tillsätt salt och kryddpeppar.

Lägg i fyllningen i varje kroppkaka och forma till tennisbollar.

Koka kroppkakorna i en timme.

Servera med lingonsylt och kanske en klick smör.

(SVT, 2012-10-24)

Kroppkakor med rå potatis

4 portioner kroppkakor

Kroppkakor du lagar på rå samt kokt potatis och serverar med skirat smör. Lingon och grädde kan man också ha till.

Introduktion och förberedelse

Min variant på kroppkakor med rå riven potatis, en mindre del kokt potatis samt fyllda med rimmat fläsk, lök samt kryddpeppar.

Kroppkakor är Ölands landskapsrätt och finns i många varianter och olika recept.

Det blir ca 12 stycken kroppkakor. Kan frysas.

Varianter

Jag gjorde mina kroppkakor på mjölig King Edward men enligt kommentar till Öländska kroppkakor nedan så kan man ta fast potatis varav 85 % ska vara rårivnen med raspskiva och 15 % kokt potatis; vilket blandas med askorbinsyra för att ej mörkna; fläsket ska ej stekas innan och istället för vetemjöl ska det vara potatismjöl.

<i>1 kg rå riven potatis</i>	<i>½ gul lök</i>
<i>200 gram kokt kall potatis</i>	<i>1 msk smör</i>
<i>1 dl vetemjöl</i>	<i>½ msk krossad eller stött kryddpeppar</i>
<i>2 msk mjöl till när man rullar ihop kroppkakorna</i>	<i>1 krm salt</i>
<i>1,5 tsk salt</i>	<i>50 gram smör till servering</i>
<i>Fyllning:</i>	
<i>200 gram rimmat fläsk</i>	

Koka den potatis som ska kokas - gärna med skal. Låt svalna.

Skala den råa potatisen och riv den med rivjärn eller i matberedare med raspskivan.

Lägg i ett durkslag och pressa ut saften.

Skala och pressa den kalla potatisen eller vrid ur med silduk.

Blanda all potatis med mjöl och salt i en stor skål till en kroppkakesmet. Arbeta ihop den tills den är väl blandad och smidig. Den ska vara i konsistensen så att det går att forma den till bollar med fläsket i mitten. Du kan justera degen med mer mjöl om den blir för lös. Potatis kan variera i vätskeinhåll och egenskaper. Låt degen stå medan du gör fläsket och kokar upp vatten.

Stöt eller mal kryddpepparn i en mortel eller kvarn. Fräs hackad lök i smöret. Tillsätt kryddpepparn. Tärna fläsket. Tillsätt fläsket och stek någon minut till eller blanda bara i det samt sätt åt sidan.

Lägg kroppkakedegen på ett mjölat bakbord eller skärbräde och skär ut i 12 bitar. Rulla varje degbit till en bulle, platta ut den lite och gör en fördjupning i varje där du fördelar fyllning med fläsk och lök. Vik upp kanterna och täpp till så att du har en fylld boll – en kroppkaka. Doppa händerna i vatten så går det lättare att forma dem.

Koka upp vatten i en stor kastrull. Koka kroppkakorna i en kastrull med ca 3 liter vatten och 3 tsk salt

Sänk värmen så att vattnet sjuder.

Lägg i kroppkakorna, låt sjuda i 30–35 minuter – de flyter upp till ytan på slutet. Tag upp med hålslev. Servera med skirat smör. Om man vill kan man också ha till lingonsylt och en skvätt grädde.

Öländska kroppkakor

4 portioner

En öländsk klassiker som man förr i tiden endast åt vid speciella tillfällen. Öländska kroppkakor innehåller delvis rå potatis vilket ger dem en gråare ton än småländska kroppkakor.

1 kg potatis, rå
250 g potatis, kokt
¾ dl vetemjöl
¾ dl kornmjöl

200 g rimmat sidfläsk
1 gul lök
2 msk malen kryddpeppar, grovmald
100 g smör

Riv den råa potatisen, lägg den i en duk och krama ur så mycket vätska som möjligt. Lägg därefter potatisen i en bunke.

Pressa den kokta potatisen. Lägg den i bunken med den rivna potatisen. Tillsätt mjölet och kornmjölet. Blanda allt till en fin och smidig deg, tillsätt lite mer mjöl och smeten blir alltför lös.

Skär fläsket i tärningar och finhacka löken. Fräs det tillsammans i en stekpanna så att fläsket blir knaprigt. Tillsätt kryddpeppar.

Koka upp rikligt med lättsaltat vatten i en rymlig kastrull. Rulla under tiden degen till en rulle och skär den i jämnstora, ganska tjocka bitar. Gör en liten grop i varje degbit som du fyller med lite lök och fläsk.

Förslut gropen med handen och rulla försiktigt till en rund kaka. Lägg ner kroppkakorna i det kokande vattnet och låt koka i cirka 40 minuter.

Skira smöret: Smält smöret i kastrull utan att bränna det. Häll över det i en kanna och låt vila en liten stund, så att "slaggämnena" lägger sig på botten. Häll av den klara delen av smöret till serveringen och håll bort det grumliga.

Lägg upp kroppkakorna på tallrikar med det skirade smöret och lingonsylt.

(*Nyhetsmorgon: Anders Levén*)

Äkta Nykokta Öländska Kroppkakor

ca 45-50st kroppkakor

På jobbet idag! Nykokta kroppkakor till våra gamla, det doftar gott i hela huset, rivmaskinen går på fullt, det rullas och spills, skrattas och det är full rulle i vårt lilla kök! På menyn har vi skrivt "Hemligt"! Idag blir det långbord och fina servetter, tända ljus och nykokta kroppkakor med lingon, grädde och smör! Vad mer fattas när man går mot ålderns höst! Det är kul att få möjlighet att överraska och göra det "lilla extra" ibland, det uppskattas sååå mycket!!

Att skriva ett recept på äkta öländska kroppkakor är inte det lättaste. Det är ett recept baserat på stor känsla. Och vilken öländsk matmor du än frågar så får du olika svar om hur löst, hårt potatisen ska vridas ur, om det skall saltas i smeten eller bara kokvattnet, eller om det ska vara mycket fläsk eller lite fläsk, eller vetemjöl eller inte, ägg i eller inte ägg i osv osv... Finns iallafall en liten tumregel att tillgå;

10 kg potatis (min favoritsort är Asterix)
vetemjöl
salt

1 kg sidfläsk
4 gul lök
1 dl stötta kryddpepparkorn

Man brukar blanda smeten enligt följande:

1 del kokt, pressad potatis och 4 delar råreven och urvriden potatis, lite vetemjöl, lite salt och potatismjöl!

Skala, riv och vrid:

Skala potatisen och riv i matberedare på finaste skivan. Det finns särskilda rivskivor för kroppkakor till bland annat Philips och Bosch vet jag. Det är pyttsmå runda hål i en sån skiva, inte den finaste skivan med avlånga hål alltså. Har du ingen sån matberedare så bör du använda en gammeldags hushållsassistens med kvarn, eller riva för hand. Låt den rårivna potatisen få rinna av i ett durkslag över en bunke efterhand den rivs. Ta sedan lagom stora nävar av den rårivna potatisen och fyll i en kökhandduk och vrid ur vätskan. (Finns även särskilda sildukar man vrider med.) Det ska bli ganska så torr och trådig deg kvar när du kramat färdigt. Blanda den urvridna potatisen med den kokta pressade i en rejäl bunke. Knåda till en formbar deg och knåda väl. Tillsätt ca hälften av det potatismjöl som bildats på botten av bunken. Ett par nävar vetemjöl också! Salta sedan smeten med en nypa salt!

Fläsket:

Fläsket kan du förbereda och skära dagen innan, det blir godast då det får stå till sig lite och dra åt sig kryddpepparn! 1 kg sidfläsk mycket fint skuret kryddas med nystött kryddpeppar och finhackad gul lök. Förvara i kylskåp i en skål med plastfolié över natten.

Dags att rulla:

Forma små bollar och gör en urgröpning i mitten och fyll med mycket fläsk. Nyp ihop och släta till och rulla den jämn i handflatan. Bra att ha lite vatten på händerna. Lägg i kroppkakorna saltat kokvatten och låt småsjuda ca 45 min – 1 timme! Servera med lingon, grädde och smör!

(Kryddbunken.se)

Öländska kroppkakor

4 portioner
8 råa potatisar
6 kokta potatisar
1 dl vetemjöl
1,5 tsk salt

Fyllning:

3 hg lättsaltat fläsk skuret i tärningar

1 gul lök
1 tsk grovstött kryddpeppar

Till kokning:

1 tsk salt per liter vatten

Skala, skölj och riv den råa potatisen, lägg den i en handduk och krama ur vattnet. Mosa den kokta potatisen och låt den kallna. Blanda potatisen med vetemjöl samt tillsätt salt. När smeten är väl blandad, tillsätt mera vetemjöl om den verkar lös. Blanda fläsktärningarna med löken och kryddpepparn.

Forma lagom stora bullar av smeten och gör en fördjupning i var och en som sedan fylles med fläskfyllningen. Tryck samman smeten över fyllningen och rulla kroppkakorna runda och jämna.

Kroppkakorna läggs i en rymlig kastrull med kokande saltat vatten och kokas utan lock. Koktid ca 60 minuter.

Servera med grädde och lingonsylt eller smält smör.

Fredrikssons öländska kroppkakor

45-50 st

10 kg potatis, t ex Asterix
1 kg sidfläsk
4 gula lökar
1 dl stötta kryddpepparkorn

3 dl vetemjöl
2 dl potatismjöl
2 msk salt

Dag 1:

Skär fläsket i fina tärningar, blanda med kryddpeppar och finhackad lök.

Dag 2:

Skala och koka 2 kg potatis och pressa den genom en potatispress.

Skala och riv 8 kg potatis i matberedare eller på ett rivjärn, använd den raspiga sidan. Potatisen ska bli finfördelad, inte strimlad. Lägg rivet i en kökshandduk, vrid och pressa ut vätskan.

Blanda kokt och rå potatis, tillsätt vetemjöl, potatismjöl och salt. Knåda ihop till en deg.

Koka upp saltat vatten i stor gryta, låt sjuda.

Rulla kroppkakorna genom att forma små bollar, gör en urgröpning i mitten och fyll med fläskblandningen. Nyp ihop, släta till och rulla den jämn i handflatan. Det går lättare om man har vatten eller lite mjöl på händerna.

Lägg kroppkakorna i det sjudande vattnet, låt dem sjuda 45 minuter – 1 timme.

Servera med lingonsylt, vispgrädde och smör.

Öländska kroppkakor

ca 30 st

3 hekto potatis(ar), kokt

1 msk salt

4 dl mjöl

6 hekto rimmat fläsk

1 st gul lök(ar), hackad

2 tsk kryddpeppar, krossad

5 kg potatis(ar), okokt

Skär ner fläsket i små bitar, hacka löken och blanda med fläsket, tillsätt kryddpepparen och låt stå i kylen över natten så att fläsket får ta åt sig smaken.

Mal ner den råa potatisen antingen i en beredare eller om inget annat finns att tillgå ett rivjärn.

Krama ur potatissaften och lägg den färdiga potatisen i en annan bunke, (du kommer antagligen inte behöva stärkelsen som blir över, men kör alltid en test innan du slänger iväg den).

Blanda sedan den råa rivna potatisen med den kokta, tillsätt mjölet så att de blir en fin deg/smet.

Platta sedan ut potatisen i handen, så de blir som en plätt, en nypa av de rimmade fläsket och vira sedan in fläsket så att de blir som en fin potatisboll med fläsk i mitten.

Sen är det bara att köra dom i vattnet. De brukar ta cirka en timme innan dom är klara.

Och vattnet bör ni sätta på i god tid, med saltet i. Hoppas dom smakar

(Tasteline)

Kroppkakor – en maträtt med historia!

Öländska kroppkakor nämns redan 1775 av en ölandsresenär och beskrivs som "en mycket välsmakande rätt". Den har nära "släktingar" på andra sidan östersjön och kanske de flitigt sjöfarande öländska bönderna förde med sig kroppkakakan till östeuropa.

Den betraktades redan på 1700-talet som en typisk öländsk rätt, men på den tiden var receptet något annorlunda. Degen gjordes av kornmjöl och vete. Av den gjordes kakor som fylldes med t.ex. fårkött, griskött eller gåskött och kokades. Potatisen började under 1800-talets mitt att ersätta kornmjölet. Fyllningen kunde variera med tillgången, ål och sill var inte ovanligt, och de fattiga gjorde ibland kroppkakor utan fyllning, s.k. "blinningar". Kroppkakakan äts då som nu oftast på lördagar och ibland tillsammans med "kaffekask" eller brännvin.

Att den alltid varit viktig på Öland förstår man när man hör berättas att öländska studenter i Kalmar Läroverk på 1800-talet kokte kroppkakor på studentrummet. Vid Kalmar nation i Lund har kroppkaksfester hållits sedan 1897. Festen "Storaste kroppkakakan" firas årligen.

Kroppkaksälskande ölänningar tog också med seden att äta kroppkakor till Amerika, där den fortfarande lever kvar. Många ord och talesätt förekommer kring kroppkakakan, t.ex. "Ingen timme är så lång som kroppkaketimmen", som syftar på barnens väntan på att koket skulle bli färdigt. Om du kan giss hue mång' kroppkaker ja har i mi påås', ska du få all ååt", har ofta hörts som kommentarer till frågor med självklara svar.

Varje år firas kroppkakedan i Borgholm där våra kroppkakor serveras. Bl.a. anordnas tävlingar om vem som kan äta flest kroppkakor. Ur Guinness Rekordbok -76 kan man läsa att svensk mästare i kroppkaksätning blev Ove Nilsson, Råpplinge, den 27 juli 1975. Han åt 17 kroppkakor på 8 minuter. Förmodligen är han också världsmästare.

Dagens kroppkakor kan delas in i två grupper som är vanligast:

- Fina, som innehåller kokt potatis och som blivit ett måste på det svenska smörgåsbordet.

- Grova, som innehåller råreven potatis och är den som oftast tillagas i de öländska hemmen.

Fyllningen brukar bestå av finskuret fläsk med hackad lök och vitpeppar eller kryddpeppar. Mjöl eller gräddde och lingon är vanligt att äta till.