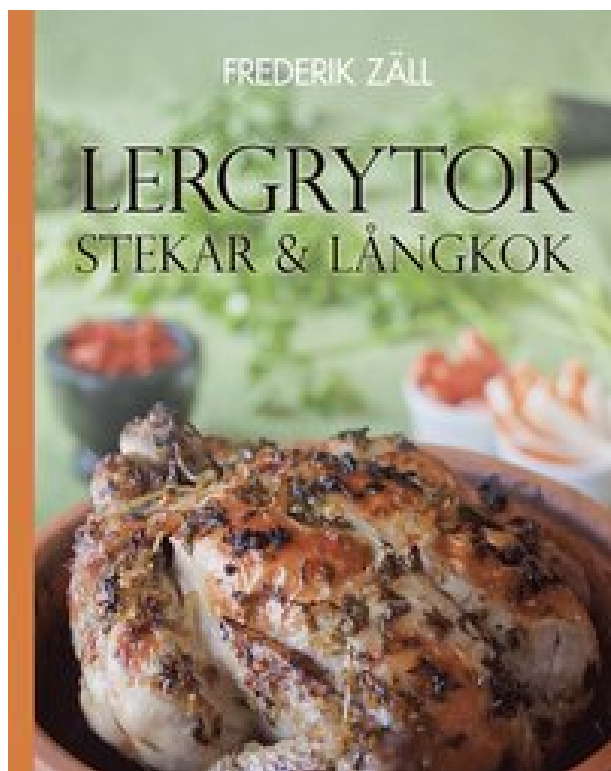


# Lergrytor, stekar och långkok



<b>ISBN:</b>	9789186287160
<b>Antal sidor:</b>	239
<b>Upplaga:</b>	1
<b>Utgivningsdatum:</b>	2011-09-30
<b>Författare:</b>	Frederik Zäll
<b>Förlag:</b>	Stevali
<b>Kategori:</b>	Mat & dryck

[Lergrytor, stekar och långkok.pdf](#)

[Lergrytor, stekar och långkok.epub](#)

Få saker är så lätta att lyckas med som matlagning i lergryta. Låt dig inspireras till denna hälsosamma, smakrika och enkla kökskonst av livsnjutaren Frederik Zäll matbloggare, författare till en rad storsäljande kokböcker och, inte minst, gitarrist i Eskobar. Matlagning i lergryta har alltid legat nära Frederiks hjärta, och han har tidigare delat med sig av sina favoritrecept i storsäljaren Lyxlagat i lergryta. Nu kommer en större, uppdaterad samling recept som innehåller en rad olika varianter på lergrytor, som till exempel Tagine, den afrikanska lergrytan. Bland de 110 recepten finns dessutom en mängd favoriter för gjutjärns gryta såväl som läckra stekar och mustiga långkok. Självklart bjuder Frederik även på sina bästa tips och råd för att du ska bli en riktig mästare vid grytorna. Slutligen genomsyras boken av Frederiks egen livsnjutarfilosofi: maten ska vara lyxlagad. Att lyxlaga innebär att ha en lyxig tid i köket, vad som än tillagas. Som alltid bjuds läsaren därför på ett fint stycke musik att lyssna till medan man lagar mat och även tips på vad som passar bra att smutta på under tiden löken hackas och lammbogen putsas.

Allt för att kockens välbefinnande ska hålla samma nivå som gästernas! OM FÖRFATTAREN Frederik Zäll har ett stort intresse för matlagning och delar med sig av detta både i denna hans sjätte bok för Grenadine, och sedan tidigare även på en blogg hos tidningen Allt om mat (blogg.alltommat.se/lyxlagat). Han är författaren bakom den mycket populära Lyxlagat-serien som inleddes 2009 med Lyxlagat hemma.

Här kan också nämnas att Lyxlagat i lergryta har nominerats i World Cookbook Awards. Slutligen, förutom att skapa njutning för gom och öga, är Frederik även gitarrist i rockbandet Eskobar med över en halv miljon skivor sålda.

Laga mat i lergryta - det kan inte bli enklare. Laga mat i lergryta - det kan inte bli enklare. In med alla ingredienser i grytan och skjuts in i ugnen, sedan sköter det sig helt själv. In med alla ingredienser i grytan och skjuts in i ugnen, sedan sköter det sig helt själv. In med alla ingredienser i grytan och skjuts in i ugnen, sedan sköter det sig helt själv. In med alla ingredienser i grytan och skjuts in i ugnen, sedan sköter det sig helt själv. Laga mat i lergryta - det kan inte bli enklare. Laga mat i lergryta - det kan inte bli enklare. Laga mat i lergryta - det kan inte bli enklare. Laga mat i lergryta - det kan inte bli enklare.

In med alla ingredienser i grytan och skjuts in i ugnen, sedan sköter det sig helt själv. In med alla ingredienser i grytan och skjuts in i ugnen, sedan sköter det sig helt själv. Laga mat i lergryta - det kan inte bli enklare. In med alla ingredienser i grytan och skjuts in i ugnen, sedan sköter det sig helt själv.