

## Squashkaka

3 ägg	¼ tsk bakpulver
2½ dl matolja	1 tsk bikarbonat
6½ dl socker	1 tsk salt
5 dl squash, riven	3 tsk kanel
3 tsk vanillinsocker	7½ dl mjöl

Vispa ägg, matolja och sockret väl. Blanda övriga ingredienserna och slå allt i 2 väl smorda brödformar. Grädda i 175 grader 60-70 min. När ovansidan är riktigt torr, grädda 10 min till – det är väldigt lätt att kakan blir dödbakad. Gott till kaffe eller te.

## Squash Relish

(Liknar Bostongurka)

8 dl ättiksprit (12%)	4 gula lökar, hackade
6 dl socker	2 röda paprikor
2 msk salt	1 grön paprika
2 msk gult senapsfrö	2 kg squash

Koka upp ättiksprit, socker, salt, senapsfrö och hackade lökar. Låt koka i ca 5 min. Hacka paprika och squash.. Lägg alltsammans i ättikslagen och låt sjuda ca 15 min. Slå upp i rena burkar. Förvara svalt. Ger ca 3 liter relish.

**TIPS:** Det går bra att hacka allt i en matberedare med kniv.

Har du själv några bra recept eller tips, som du gärna vill dela med dig av, skicka dem till:

## Louie's Pumpkin Patch

Louis Lehmann  
Poppelvägen 6B  
541 48 Skövde

Har du frågor, ring gärna:

070-512 4142

Du når oss via e-mail:

[info@PumpkinPatch.se](mailto:info@PumpkinPatch.se)

[Louis.Lehmann@PumpkinPatch.se](mailto:Louis.Lehmann@PumpkinPatch.se)

Titta gärna på vår hemsida:

[www.PumpkinPatch.se](http://www.PumpkinPatch.se)



*Louie's Pumpkin Patch*

## Receptsamling

## Sommarsquash

(t.ex. zucchini)

## Råkost

Sommarsquash går alldeles utmärkt att använda som råkost. Den behöver inte skalas och kan användas precis som slanggurka.

## Råkostsallad

5 dl squash, rivn  
1 burk krossad ananas  
1 dl russin

Blanda och servera

## Louie's Sommarsallad

isbergsallad	slanggurka
plocksallad	rädisor
grön/gul zucchini	morötter
majrova	persilja
blekselleri	gräslök
paprika	kokta ägg, skivade

Ta de ingredienser som är lätt tillgängliga för tillfället. Blanda och njut. För att få det att se festligt ut garnera med äggskivorna.

**Salladsdressing:** Lika delar olivolja, ketchup, matättika (3%). Krydda med lite vitlök och salladskrydda.

## Sommarsquash i Mikron

2-3 små gula squash eller 1-2 gröna zucchini  
1-2 msk margarin  
salt efter smak

Smält margarinet i en glasform och lägg i saltet (salta ej direkt på squashen, då man får bruna fläckar). Lägg i squashen i tunna skivor. Täck med lock eller plastfolie och ställ i mikron på högsta effekt i 5-10 minuter eller tills squashen är mjuk. Den goda squashen smälter sen i munnen! Det går så klart även att tillaga på vanlig spis.

Som variation kan man lägga i tomater och lök. Rätten är då härlig att både se och smaka på..

## Snabb Mousaka

500 g köttfärs	1 burk champinjoner
1 lök	1 burk krossade
tomater	
½ tsk salt	3 msk tomatpuré
vitlök	ost till gratinering
½ tsk oregano	1 zucchini, skivad

Fräs köttfärs och lök i en stekpanna. Krydda efter behag eller som ovan. Blanda i champinjoner, krossade tomater och tomatpuré. När köttfärsen är klar, lägg squashskivorna ovanpå. Strö på osten och låt puttra över svag värme tills squashen är mjuk, ca 5-10 minuter. Ät och njut.

## Fylld Zucchini

1 stor zucchini	1 burk krossade tomater
500 g kött	3 msk tomatpuré
1 lök	½ tsk oregano
½ tsk salt	ost till gratinering
vitlök	

Halvera squashen och ta bort kärnorna om de är för stora. Gröp ur squashen och blanda inkråmet med de övriga ingredienserna. Använd blandningen som fyllning. Strö rivn ost över. Gratiner i 175 grader ca 35 minuter.

**TIPS:** Använd gärna ditt eget favoritrecept för köttfärssås och blanda med inkråmet från squashen!

## Stekt Ris med Zucchini

(På kinesiskt vis)

Kokt ris för 4 personer	2 dl ärtor
2 ägg	1 zucchini, strimlad
Purjolök	1 burk champinjoner
2-3 skivor kassler, skuren i tärningar	

Koka riset. När riset är klart, stek purjolöken, kassler, ärtor, zucchini och champinjoner i separat stekjärn under konstant omrörning. Tillsätt äggen och låt fräsa under omrörning någon minut. Tillsätt riset och låt allt puttra över svagt värme en liten stund tills allt är genomvärt. Rör om med jämna mellanrum. Smaksätt med sojasås när det är dags att servera.