

På en liten farm i **Malibu i Kalifornien** har svenska **Helene Henderson en hemmarestaurang** där hon bjuder sina gäster på en extraordinär middagsupplevelse. Här är hennes populäraste recept! Allt är ekologiskt och närodlat – och perfekt buffémät.

AV STEPHANIE BJELKSTAM FOTO: MARTIN LÖF

# SVENSK MATSUCCÉ *i Malibu*



## Meny

- Tomat- och mozzarella-sallad med paprikapesto
- Rökt auberginedipp
- Quesadillas med kyckling
- Majssoppa med paprikagoules
- Getost- och blomkålspizza på tunnbröd
- Chunky gårds-hummus
- Morots- och rucolasallad
- Fikon-balsamerad ryggbiff
- Kålsallad med parmesandressing
- Svart och vitt ris
- Sojamarinerad fisk
- Senapskyckling med fänkålssallad
- Marängrulle med bär
- Basilikaglass



Som perfekt planterade blommor spirar Malibus fashionabla lyxvillor upp ur jorden längs med kusten, strax norr om Los Angeles. Men så växer där plötsligt en vildblomma i den kaliforniska idyllen.

Ovanför en enkel, grusad garageuppfart och bakom två stora plank ligger Malibu Farm. Den slarvigt handskrivna skylten i plywood vittnar om att något genuint väntar. Här finns två bortskämda getter, en fet gris, 23 snabbfotade hönor, två adoperade hundar, en liten vinodling, 300 hallonbuskar, 36 fruktträd, grönsaksodlingar, 28 högljudda påfåglar och en betagande havsutsikt.

På farmen bor svenska Helene Henderson med sin familj. Här tar hon omsorgsfullt hand om sina grödor, djur – och gäster. För ett tiotal gånger om året fyller hon sin "bondgård" med betalande middagsgäster, som får avnjuta en gedigen och ekologisk meny med tillhörande viner och magisk stämning.

Så även denna junikväll, då Malibu visar upp sin vackraste sida med kalifornisk sol och skön värme. Det har dukats upp till middag i trädgården, och 75 gäster tar snart plats vid ett enda långbord med vita dukar och dignande fat av läckerheter. Den fantastiska miljön förhöjer verkligen feststämningen.

**BAKOM DEN LUGNA** och lantliga kulissen sker febril aktivitet. Inne i det låga huset, som andas 1950-tal, råder lugn och stress på samma gång. Här samsas köksor, uppässare, kockar, servitörer och andra glada matlagare om trånga utrymmen och massor av sysslor. Det sköljs, skärs, läggs upp, kokas, grillas, skrattas och jobbas hårt. På bänkarna ligger färsk rucola som väntar på att införlivas i någon rätt.

Mitt i köket hittar vi en lång, brunbränd värdinna i trasiga



## Helene Henderson

**Bor:** På en farm i Malibu.

**Familj:** Maken John och tre barn.

**Gör:** Driver Malibu Farm med ekologiska odlingar och djur, där hon anordnar middagskvällar för förbokade gäster, fester och events samt matlagingskurser.

**Karriär:** Ägde och drev cateringfirman Lavender Farms Catering i Los Angeles. Har lagat mat till Hollywoods celebriteter såsom Kiefer Sutherland, Madonna, Barbra Streisand, Seal m fl. Har skrivit kokboken "The Swedish Table". ❀

### Tomat- och mozzarellasallad med paprikapesto

⌚ 20 MIN

Det är viktigt att använda mogna tomater och att de är rumstempererade, då smakar de så mycket mer. Peston kan förberedas 3–4 dagar före servering.

**Till 12 pers på buffé:**

- 6 stora mogna tomater, gärna olika färger
- 2 mozzarellaostar (à 125 g)
- ½ msk olivolja
- ½ tsk salt

**Röd paprikapesto:**

- 1 rostad röd paprika
- ½ dl nötter, t ex cashewnötter
- 2 msk riven parmesanost
- 1 vitlöksklyfta
- 2 msk hackad basilika eller rucola
- 2 msk olivolja
- ½ tsk balsamvinäger
- 1 krm salt

**Garnering:**

- basilika- eller rucolablad

**Gör så här:**

1. Skär tomater och ost i skivor. Varva skivorna på ett fat. Ringla över olja och strö över salt.
2. Mixa ingredienserna till peston i matberedare tills nötterna är knappt finhackade, inte längre.
3. Ringla peston över tomater och ost och toppa med basilika- eller rucola. ❀

### Rökt auberginedipp

⌚ 30 MIN

Röran får en kraftig röksmak av den rökta auberginen. Den går perfekt att förbereda dagen före servering.

**Till ca 3 dl:**

- 1 stor aubergine
- ½ gul lök
- 1 vitlöksklyfta
- 1 msk rapsolja
- 1 msk gula senapsfrön
- 2 dl krossade tomater från burk
- ½ tsk salt
- ½ msk pressad lime
- 2 msk hackad dill, koriander eller persilja

**Gör så här:**

1. Lägg auberginen i en torr järnpanna med lock eller på grill med

lock och rök på hög värme. Lyft på locket och vänd på auberginen med jämna mellanrum tills den faller ihop, efter ca 20 min.

2. Skala och finhacka lök och vitlök. Bryn löken i olja tills den är mjuk. Tillsätt senapsfrön och tomater och krydda med salt.

3. Mixa auberginen tillsammans med tomatblandningen till en krämig konsistens. Rör i limesaft och örter och låt kallna. ❀

Rökt auberginedipp

### Att dricka till

*Vitt vin:*

**McManis Viognier 2011 (6290) USA, 89 kr.** Ett ganska smakrikt vin med drag av tropiska frukter, citrus och en lätt blommig ton. Lite drusötmä i eftersmaken.

*Rött vin:*

**Bonterra Zinfandel 2010 (22620) USA, 139 kr.** Ekovin med

generös fruktighet, kryddor, färska örter och vanilj i smaken. Balanserade syror.

*Alkoholfritt:*

**Kiviks Fläderblomsvin muserande fruktvin (1938) Sverige, 37 kr.** Fläderblomstener med citrusdrag och lättsam sötmä.

Tomat- och mozzarella-sallad med paprikapesto

► jeans och vitt linne. Svettpär-lorna i pannan speglar både köksvärmen och det höga arbetstempot. Helene är en kvinna med superkoll och grym förmåga att få varenda detalj att falla på plats. Tidigare har hon drivit en av Hollywoods mest framgångsrika cateringfirmor. Idén att arrangera de här middagar föddes för bara ett par år sedan.

– Det hela började med mina matlagningskurser, berättar Helene. De kvinnliga kursdeltagarna föreslog att jag även skulle arrangera middagar där deras män fick vara med. På den vägen är det. I början var det mest vänner och bekanta, men nu har vi haft gäster från så långt bort

som Arizona och San Diego. I kväll bjuds det på det bästa som den lilla farmen har att erbjuda. Pinfärskt, nyskördat, direktplöckat och uppgrävt. Från jord till bord.

På farmen finns ett överflöd av frukt och grönt – rucola, betor, morötter, kål, tomater, sparris, alla örter, hallon, persimoner, druvor, fikon, aprikoser, persikor, honung och ägg.

Det som inte gården kan tillhandahålla köps in lokalt från närliggande ekogårdar, som extra grönsaker, viner, olivolja, kött, fisk och råvaror från mjölkriket.

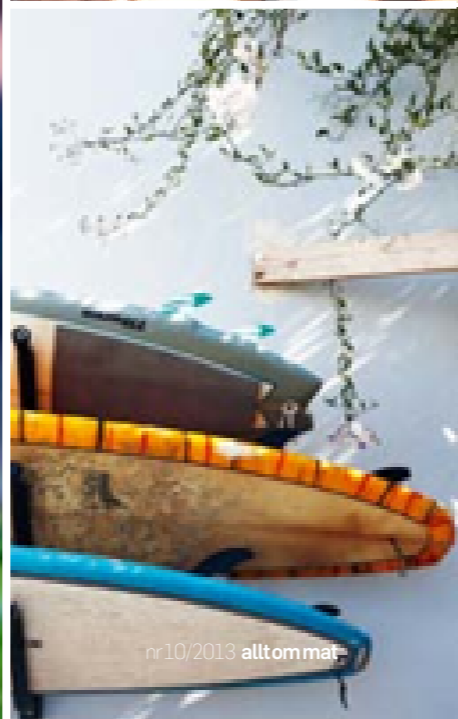
Fruktträdgården stoltserar med persiko-, körsbärs-, apelsin-, plommon-, aprikos- och

granatäppelträd och ett litet bestånd av druvor.

Passionen för mat har Helene med sig sedan barnsben. Hennes mamma var servitris på en krog i Sverige, och när Helene var 12 år började hon jobba där under helger och skollov. Hon lockades snabbt till köksregionerna.

Helenes matfilosofi är enkel, och det handar egentligen bara om att hitta fina råvaror och våga göra så lite som möjligt med dem.

– En skvätt god olja, några varv med salt och några droppar citron är egentligen allt som behövs för att piffa till en råvara, vare sig det är en bit färsk fisk, färskpotatis, mogna tomater eller lite rucola. ❀



## Quesadillas med kyckling

⌚ 25 MIN

Srirachasås är en asiatisk, stark sås som säljs i asiatiska butiker och välsorterade livsmedelbutiker.

### Till 12 pers på buffé:

- 300 g grillat kycklingkött
- 3 dl riven, lagrad ost
- 4 salladslökar
- 1 plommontomat
- 1 kruka koriander
- 6 fullkornstortillabröd
- 2 msk rapsolja

### Topping:

- 1 dl majonnäs
- 1 msk srirachasås

### Gör så här:

1. Skär kycklingen i bitar. Mixa kyckling och ost i en matberedare till en grov massa. Ansa och strimla salladslöken. Kärna ur tomaten och skär den i små bitar. Hacka koriandern. Blanda ner lök, tomat och koriander i kycklingröran.
2. Stansa ut små rundlar ur tortillabröden, ca 8 cm i diameter. Lägg ihop tortillarundlarna två och två med röra emellan.
3. Stek rundlarna i olja i en stekpanna tills de fått fin färg, ca 1 minut på varje sida.
4. Blanda majonnäs och sås och klicka det på quesadillas. Servera dem nystekta. ❀

## Majssoppa med paprikacoulis

⌚ 50 MIN + 20 MIN I UGNEN

Soppan blir ganska tjock, mer som en chowder. Servera med paprikacoulis, som är ganska stark och passar bra i den söta soppan.

### Till 12 pers på buffé:

- 4 färska majskolvar
  - 1 stor gul lök
  - 2 msk smör
  - ½ tsk salt
  - 7 dl vatten
  - 1 ½ hönsbuljongtärning
- Paprikacoulis, ca 2 ½ dl:**
- 1 röd paprika
  - 1 plommontomat
  - 1 msk stark sås, t ex habanero eller sriracha
  - 1 msk balsamvinäger
  - 2 tsk olivolja
  - 1 tsk worcestersås

- 1 tsk strösocker
- 1 krm salt

### Gör så här:

1. **Paprikacoulis:** Sätt ugnen på 250°. Halvera paprikan och ta bort kärnorna. Lägg paprika och tomat i en ugnssäker form. Rosta dem mitt i ugnen ca 20 min, tills skalet på paprikan och tomaten börjar svartna. Dra bort skalet.
2. Lägg paprika och tomat i en matberedare. Tillsätt övriga ingredienser och mixa slätt
3. **Majssoppa:** Skär bort majsen från kolvarna men spara kolvarna. Skala och hacka löken. Fräs löken i smör i en kastrull tills den är mjuk och genomskinlig. Krydda med salt. Lägg i kolvarna, häll över vattent och tillsätt buljongtärningarna. Låt koka under lock ca 20 min.
4. Tillsätt majsen och låt koka ca 5 min. Ta upp kolvarna och mixa soppan slät med mixerstav.
5. Servera soppan i små glas och garnera med röd paprikacoulis. ❀

**TIPS!** Paprikacoulis som blir över är god att servera till pasta.

## Getost- och blomkåls-pizza på tunnbröd

⌚ 15 MIN + 8 MIN I UGNEN

Mycket gott med knaprig botten och saftig fyllning. Godast nygjord.

### Till 12 pers på buffé:

- ½ blomkålshuvud (å 700 g)
- 100 g chèvreost
- 1 dl crème fraiche
- 1 äggula
- 2 dl riven, lagrad ost
- 2 tunna pitabröd (libabröd) eller tortillabröd



- 2 tsk olivolja
- 2 krm salt
- 2 krm nymald svartpeppar

### Gör så här:

1. Sätt ugnen på 250°. Hyvla blomkålen tunt, gärna på mandolin. Skär bort kanterna på osten och smula den i bitar. Blanda ihop chèvre, crème fraiche och äggula.
2. Lägg bröden på en plåt med bakplåtspapper. Bred chèvrebland-

ningen över bröden. Strö över riven ost och toppa med blomkål. Drop-pa över olja och krydda med salt och peppar.

3. Grädda mitt i ugnen tills brödet börjar få färgade kanter och blir krispigt, ca 8 min. Skär i munsbitar och servera.

**TIPS!** Det här receptet fungerar också med tunt skivad brysselkål eller broccoli. ❀

## Chunky gårdshummus

⌚ 15 MIN

Hummusen går utmärkt att göra dagen före servering.

### Till ca 3 dl:

- 1 burk kikärter (400 g)
- 3 msk sesamfrön
- 1 vitlöksklyfta
- 2 msk olivolja
- 2 msk vatten
- 1 msk pressad citron
- 1 tsk sesamolja
- 1 tsk salt
- 1 krm nymald svartpeppar

### Garnering:

- olivolja
- svarta sesamfrön

### Gör så här:

1. Spola av kikärterna med kallt vatten och låt rinna av. Rosta sesamfröna i torr, het stekpanna.
2. Skala vitlöksklyftan. Mixa sesamfrön, vitlök, olivolja, vatten, citronsaft och sesamolja i mixer eller matberedare. Tillsätt kikärterna och mixa lite slarvigt. Krydda med salt och peppar. Garnera med olja och sesamfrön. ❀

## Morots- och rucolasallad

⌚ 15 MIN + 20 MIN I UGNEN

Sötsyrlig morotssallad med pepprig rucola. Smakar perfekt till alla rätter på buffén.

### Till 12 pers på buffé:

- 500 g morötter
- 2 msk olivolja
- 1 tsk salt
- 2 krm nymald svartpeppar
- 1 msk flytande honung
- 1 msk pressad citron
- 150 g rucola

### Citronett:

- 1 msk pressad citron
- 1 ½ msk olivolja
- 1 vitlöksklyfta
- ½ krm salt

### Gör så här:

**1.** Sätt ugnen på 250°. Skrapa eller skala och halvera morötterna på längden. Lägg dem på en plåt med bakplåtspapper. Ringla över olja och krydda med salt och peppar.

**2.** Tillaga mitt i ugnen ca 20 min, tills morötterna fått fin färg och känns mjuka.

**3. Citronett:** Blanda citronsaft och olja. Skala och pressa i vitlöken. Krydda med salt.

**4.** Ringla honung och citronsaft på morötterna. Blanda dem med rucola och citronett. ❀



Fikonbalsamerad ryggbiff



Morots- och rucolasallad

## Ryggbiff med balsamicoglaze

⌚ 15 MIN + 24 TIMMAR I KYLEN

Balsamicoglazen kan ersättas med någon annan fruktig balsamvinäger, till exempel mango eller hallon, men då behövs dubbel mängd.

### Till 12 pers på buffé:

- 6 skivor ryggbiff (à 150 g)
- 1 tsk salt
- 3 vitlöksklyftor
- ½ dl + ½ dl balsamicoglaze med fikonsmak (Matric)
- 1 dl + 2 msk olivolja
- 1 msk hackad rosmarin
- 2 rödlökar

### Gör så här:

**1.** Krydda köttet med salt. Skala och skiva vitlöken. Blanda vitlöken med ½ dl glaze, 1 dl olja och rosmarin. Häll marinaden över köttet och marinera i kylen ca 24 timmar.

**2.** Skala och skiva löken. Fräs löken i 2 msk olja tills den mjuknat. Häll över ½ dl glaze och låt den koka in. Lägg löken på ett serveringsfat.

**3.** Stek eller grilla biffarna 2–3 min på varje sida. Låt dem vila ca 5 min.

**4.** Skär köttet i tunna skivor och lägg dem på rödlöken. ❀



Helene Henderson



Caesarsallad med kål



Sesamris



## Kålsallad med parmesandressing

⌚ 15 MIN

Krispig kål med knapriga krutonger. Dressingen kan göras dagen före servering.

**Till 12 pers på buffé:**

- 2 knippen svartkål eller paksoi (500 g)
- 2 msk olivolja
- ½ tsk salt
- ½ romansallad eller isbergssallad
- 2 dl brödkrutonger

**Dressing:**

- 1 vitlöksklyfta
- 3 msk rivna pannesost
- 3 msk olivolja
- 2 msk majonnäs
- 1 msk pressad citron
- ½ tsk worcestersås
- 2 krm salt

**Gör så här:**

1. Strimla kålen. Blanda den noga med olja och salt. Strimla salladen. Lägg kål och sallad i en salladsskål.
2. **Dressing:** Skala och finhacka vitlöken. Blanda den med övriga ingredienser till dressing. Blanda dressing med kål och sallad och strö över krutongerna. ✨

## Sesamris

⌚ 15 MIN

Citron och sesamolja är en god kombination som passar perfekt till riset.

**Till 12 pers på buffé**

- 2 ½ dl kokt svart ris eller vildris
- 2 ½ dl kokt vitt ris
- 1 purjolök
- 150 g frysta haricots verts
- 1 msk sesamfrön
- 2 msk sesamolja
- 1 vitlöksklyfta
- 1 tsk salt
- 1 krm nymald svartpeppar
- ½ citron, rivet skal
- 1 msk pressad citron

**Garnering:**

- 2 msk hackade örter, t ex persilja

**Gör så här:**

1. Ansa och strimla purjolöken. Tina och grovhacka bönorna. Rosta sesamfröna i en torr, het stekpanna.
2. Fräs purjolöken i olja i en stekpanna tills den mjuknat. Skala och



Soja- och ingefärs-marinerad fisk

pressa i vitlöken. Tillsätt riset och stek tills det känns krispigt och hett. Krydda med salt och peppar. Blanda i citronskal och -saft. Rör i bönorna.

3. Strö över sesamfrön och örter och servera. ✨

## Soja- och ingefärs-marinerad fisk

⌚ 20 MIN + 30 MIN MARINERING

Fisken får en fin söt och god hetta av ingefära och chili.

**Till 12 pers på buffé:**

- 600 g vit fiskfilé med skinn
- 1 kvar, t ex gös
- ½ tsk salt

**Sojamarinad:**

- 1 vitlöksklyfta,
- 1 bit ingefära (ca 2 ½ cm)
- 1 ¼ dl honung
- ¾ dl japansk soja
- ½ dl risvinäger
- 1 tsk chiliflakes
- 1 dl hackad koriander eller persilja
- 3 msk rapsolja

**Garnering:**

- skivad inlagd ingefära (gari)
- hackade örter, t ex dill eller persilja

**Gör så här:**

1. Skala och finhacka vitlöken. Skala och riv ingefära. Mixa ihop alla ingredienser till marinaden i en matberedare.
2. Häll marinaden över fisken och låt marinera i kylan ca 30 min.
3. Ta upp fisken ur marinaden och krydda den med salt. Grilla i halster eller stek filéerna, börja med skinnsidan nedåt, tills fisken fått fin färg och är genomgrillad, ca 3 min på varje sida. Garnera med ingefära och örter. ✨

## Senapskyckling med fänkålssallad

⌚ 20 MIN + 24 TIMMAR I KYLEN + 30 MIN I UGNEN

Kycklingen kan stekas dagen före servering och värmas på grillen.

**Till 12 pers på buffé:**

- 6 kycklingfiléer, gärna med skinn
- 1 tsk salt
- 1 ½ dl dijonsenap
- 3 msk hackad rosmarin
- 2 msk pressad citron
- 2 msk olivolja

Senapskyckling med fänkålssallad



**Sallad:**

- 2 fänkålsstånd
- ½ dl pressad citron
- 3 msk olivolja
- 2 msk gula senapsfrön
- ½ salt
- 80 g rucola

**Gör så här:**

1. Krydda kycklingen med salt. Blanda ihop senap, rosmarin, citronsaft och olja. Häll marinaden över kycklingen och marinera i kylan ca 24 timmar.
2. **Sallad:** Ansa och skiva fänkålen tunt, gärna på mandolin. Blanda fänkål, citronsaft, olja, senapsfrön och salt. Låt stå i kylan ca 2 timmar.
3. Sätt ugnen på 225°. Lägg kycklingen i en ugnssäker form och stek den mitt i ugnen 25–30 min, tills den är genomstekt, 68° inner-temperatur.
4. Skär kycklingfiléerna i bitar och lägg dem på ett serveringsfat. Blanda den marinerade fänkålen med rucola och lägg salladen vid sidan om kycklingen. ✨



## Marängrulle med bär

⌚ 20 MIN + 20 MIN I UGNEN

Mandeln blir lite rostad i ugnen, vilket ger marängen karaktär. Marängen kan bakas dagen före servering.

### Till 12 pers:

- 3 äggvitor
- 1 ¾ dl strösocker
- ½ dl mandelspån
- 3 dl vispgrädde
- 250 g bär, t ex, hallon, blåbär, jordgubbar

### Garnering:

- 100 g bär
- citronmeliss eller mynta

### Gör så här:

1. Sätt ugnen på 175°. Vispa äggvitorna till fast skum. Tillsätt sockret, lite i taget, under vispning. Bred ut marängsmeten på en plåt med bakplåtspapper, ca 25 x 30 cm. Strö över mandelspån.
2. Grädda mitt i ugnen 15–20 min, tills den känns färdig och har fått lite färg.
3. Vänd upp marängbotten på ett bakplåtspapper och dra av papperet den gräddats på. Låt kallna under en bakduk.
4. Vispa grädden och rensa bären. Bred grädden över ¾ av marängen. Strö över bär och rulla ihop med hjälp av bakplåtspapperet. Förvara rullen i bakplåtspapperet i kylen fram till servering.
5. Toppa rullen med bär och garnera med citronmeliss eller mynta. ❀

## Basilikaglass

⌚ 10 MIN + 30 MIN I KYLEN  
+ TID I GLASSMASKIN

Så enkelt och så gott. Den lite kryddiga basilikasmaken piggas upp med citron.

### Till 1 liter:

- 1 kruk basilika eller vanlig basilika
- 2 ½ dl strösocker
- 200 g naturell färskost
- 3 ½ dl grekisk yoghurt
- 1 citron, rivet skal
- 1 msk pressad citron
- 2 ½ dl vispgrädde

### Tillbehör:

- ev bär

### Gör så här:

1. Mixa basilika och socker i matberedare. Tillsätt färskost, yoghurt, citronskal och -saft. Vispa grädden och vänd ner den i smeten.
2. Ställ krämen i kylen ca 1 timme, så att den blir riktigt kall. Frys blandningen i glassmaskin. Servera ev med bär. ❀



Marängrulle  
med bär



Basilikaglass