



# Veckans recept

## Njut av sommarens frukter och bär



### Nektarin

Nektarinen är kanske som allra godast att äta naturell. Den är saftig och söt och smaken är ibland ännu intensivare än persikans. Men den passar också utmärkt i sallader och som tillbehör till varmrätter. Våga experimentera och prova dig fram.



### Plommon

Plommon passar både att äta naturella som att tillaga i pajer, sylt och olika bakverk. För att bli av med skalet doppar du bara plommonen i hett vatten, då drar skalet ihop sig och plommonen blir lättare att skala.



### Körsbär

Att dela en påse körsbär med någon man tycker om är ljuvligt. Körsbär är också utmärkta att frysa in och använda som isbitar i drinken.



### Melon

Är melonen mogen? Det bästa sättet är att dofta på frukten. Skalets färg är nämligen inte till så stor hjälp. Doften ska vara frisk och lite sötaktig. Melonen brukar också kännas aningen mjuk i den änden där stjälken suttit.

### Plommon chutney

10 stora plommon, ca 300 g  
1 tsk salt  
2 msk ingefära, skalad och tunt skivad  
1/2 chilifrukt, finskuren  
Saften av 1 lime  
150 g farinsocker  
1 msk smör  
0,5 dl vitvinsvinäger

Dela plommonen på längden och tag ut kärnan. Lägg plommonen i en skål och håll i saltet, rör om försiktigt. Smält smöret i en kastrull och låt det bli lite brynt, tillsätt sockret och låt det karamellisera. Häll i plommonen, ingefäran och chilin, rör om försiktigt och tillsätt limesaften och vinägern. Låt chutneyn koka på låg värme i ca 5 minuter. Skumma av. Fortsätt att koka chutneyn i ytterligare 10 minuter tills blandningen får en marmeladliknande konsistens, späd med vatten om den blir för tjock.

