



TOUCH of TASTE

– 2020 Edition –



TOUCH OF TASTE NEWS

TRE GRÖNA NYHETER

JUBILEUM FÖR BONG

DEN FEMTE SMAKEN





TRE SMAKRIKA GRÖNA NYHETER

För 130 år sedan grundades Bong och en bit svensk livsmedelshistoria tog sin början. För att fira jubileet lanseras tre nya smakrika fonder. De nya fonderna är helt veganska och passar perfekt som smaksättare i både såser, grytor, marinader och soppor.

Bong Touch of Taste's tre nya fonder har smakerna Umami, Brynt Lök och Svamp. Genom att fråga kockar och kostchefer vad de saknade i sortimentet och samtidigt titta på aktuella trender föddes idéerna till de nya smakerna, berättar brand manager Johan Rimmenstedt på GB Foods. – Efterfrågan på veganska produkter ökar hela tiden. Vi tycker att skiftet mot en mer växtbaserad kost inte bara ska gälla maten som finns mitt på tallriken utan även smaksättare.

Målet med lanseringen av de nya fonderna är att kunna erbjuda ett komplett sortiment under ett och samma varumärke.

UMAMI – DEN FEMTE SMAKEN

När kemiprofessorn Kikunae Ikeda upptäckte den underliga buljongsmaken som fick det att vattnas i munnen så gjorde han det lätt för sig. Smaken döptes helt enkelt till umami vilket kan betyda både "välsmakande" och "god smak" på japanska.

I väst ansågs länge våra grundsmaker vara sött, salt, surt och beskt medan man i det österländska köket länge räknat in en femte smak. Den japanska kemiprofessorn Kikunae Ikeda, vid Kejsarliga universitetet i Tokyo, kunde 1908 konstatera att glutaminsyra är vad som ger upphov till den femte, lätt salta och buljongaktiga, smaken. Umami är känt för att förstärka smakupplevelsen och få maten att smaka fylligare, tjockare och mildare.

Umami förknippas ofta med asiatisk mat, till exempel miso-buljong eller fisksås, men är även vanligt förekommande i västerländska livsmedel som tomater, lagrad ost eller vissa köttprodukter. Generellt kan man säga att ju längre lagrat ett livsmedel är desto mer

umami innehåller det. Ett klassiskt knep är att använda en buljong eller fond för att höja smaken på maten. När balansen mellan de fem grundsmakerna är perfekt förstärks och förtydligas maträttens smakbild. Att tillsätta umami är ett snabbt och enkelt sätt att göra grytan mustigare, såsen rundare eller tomatksåsen fruktigare.

Nyheten Bong Touch of Taste Umami gör det ännu enklare att laga mat med den femte grundsmaken. Fonden är en fyllig smaksättare med naturlig salta som passar perfekt till veganska rätter men precis lika bra till kött, fågel eller fisk.

Använd t.ex. gärna fonden i en somrig och svalkande gazpacho (se recept till höger).



10 PORTIONER

2 kg tomater
2 st gurkor
1 st gul lök
2 st röda paprikor
0,75 dl äppelcidervinäger
2 dl olivolja
1 l vatten
0,5 dl Touch of Taste Umamifond
5 g mald svartpeppar
25 g socker

Kärna ur tomaterna och paprikan. Skala gurkan och löken. Skär alla grönsakerna i mindre bitar. Lägg grönsaker, vinäger, olivolja, vatten och fond i en mixer. Mixa till en slät soppa och smaka av med salt, peppar, socker och eventuellt vinäger. Ställ den i kylan i minst 2 timmar. Servera med brödkrutonger, olivolja samt nymald svartpeppar.

Sämrig Gazpacho

EN SVALKANDE MÅLTID



Vegan Köfte

Blanda färsen med den rivna löken, persiljan, fond och kryddorna. Forma till 10 st biffar. Tillaga på grill eller stekhäll. Grilla eller stek ca 3 minuter på varje sida. Pensla biffarna med olja under tillagningen. Servera med valfria tillbehör.

10 PORTIONER

1 kg formbar veganfärs
(gärna gjord av ärtprotein)
2 st rivna lökar
1 dl hackad persilja
10 ml mald kummin eller mortlade
kumminfrö (inte spiskummin)
10 ml chilipulver
30 ml Touch of Taste Umamifond
30 ml olja att pensla biffarna med
vid tillagning



Löktarte

– Ca. 10 portioner på Buffé –

5 st gula lökar
1 ark smördeg (ca 250 g)
3 msk Touch of
Taste Brynt Lökfond
2 kvistar timjan
3 msk olivolja
Salt och peppar
Färska örter

Skala och skiva löken i tunna skivor. Bryn löken i en stekpanna, utan att den tar färg, i ca. 10 minuter. Krydda med timjan och Brynt Lökfond, smaka av med salt och peppar. Rulla ut smördegsplattan över stekjärnet (ca. 20 cm i diameter) och tryck till längs med kanterna. Baka i ugn, 225 grader i ca. 15 minuter. Stjälp upp tarten på ett smörpapper så att smördegen hamnar underst och låt svalna. Garnera med färska örter. Servera hel eller i bitar med crème fraiche och forellrom.

Krämig Svampfyllning

10
PORTIONER

Hacka svampen och fräs den i oljan. Slå på grädde och låt koka på medelvärme i ca. 10 minuter. Smaksätt med Svampfond, salt och svartpeppar. Om stuvningen är lös, red av med majsstärkelse. Fyll krustaderna med svampkrämen och toppa med forellrom, dill och svartpeppar.



10 st krustader
2 dl vispgrädde
40 g ostronskivling
40 g champinjoner
40 g kastanjechampinjoner
20 ml Touch of Taste Svampfond
100 g forellrom
30 ml olivolja
Ev. majsstärkelse
Salt och svartpeppar
Dill

10 PORTIONER

2 st schalottenlökar
2 st rödlökar
8 st vitlöksklyftor
800 g aubergine
800 g grön zucchini
2 st röda paprikor
1 st gul paprika
1 dl olivolja
45 ml tomatpuré
30 ml Touch of Taste Brynt Lökfond
4 dl vitt torrt vin
1 kg krossade tomater av god kvalitet
Timjankvistar och lagerblad
Salt och svartpeppar



Ratatouille

Skala, ansa, kärna ur och skölj grönsakerna. Strimla rödlök, lök och vitlök. Skär resten av grönsakerna i 1,5 x 1,5 cm bitar. Fräs lök och vitlök sakta i oljan ca. 10 minuter. Tillsätt resterande grönsaker och stek ytterligare 10 minuter. Tillsätt tomatpuré och fräs den någon minut. Slå i fond, vin och krossade tomater och lägg i kryddor. Slå upp på bleck och baka i ugn, 200 grader i ca. 30 minuter. Smaka av med salt, peppar och fond.

BRYNT LÖK

– EN ÄLSKAD KLASSIKER

En av kökets mest mångsidiga smaksättare är utan tvekan lök. Rå lök kan innehålla ända upp till 10 % sockerarter, vilket faktiskt är lika mycket som ett äpple. När löken bryns på låg värme blir sockret lätt brunt och ger den en vacker gyllenbrun färg och söt smak.

I Kina har lök odlats i mer än 3000 år och lök finns till och med avbildad i pyramidernas gravkammare. Romarna odlade lök i speciella lökgårdar som sköttes av en lökträdgårdsmästare. Det var även romarna som tog löken till Europa medan Columbus var den som introducerade den i Amerika. Ända sedan medeltiden har lök varit vanligt förekommande i svensk matlagning och omnämns bland annat i landskapslagarna som är några av våra äldsta bevarade skrifter.

Lök har en utmärkt förmåga att förhöja andra smaker och utgör grunden i många älskade utländska och svenska maträtter. Hur hade t.ex. klassiker som pannbiff, köttbullar, stekt fläsk eller inlagd sill smakat om inte löken

funnits där för att spela en av de viktigaste huvudrollerna?

Brynt Lök är en mångsidig fond med flera smaknyanser som näst intill påminner om en kraftig oxfond men samtidigt är helt vegansk. Den påtagligt söt-salta smaken lyfter även fram de övriga fyra grundsmakerna (sött, salt, surt och beskt) och hjälper till att göra maträtterna både fylligare och smakrikare.

Nya Bong Touch of Taste Brynt Lök lyfter smaken på allt från vegetariska grytor och soppor till stuvningar, pannbiffar och köttbullar.

Fonden gör sig helt perfekt i bl.a. en mustig ratatouille med paprika, tomat och zucchini (se recept till vänster).



– *Gustaf Bong* –

130 ÅR AV SVENSK MATTRADITION

Redan 1890 öppnade Gustaf Bong sin speceri- och delikatessaffär i Ystad.

Det lilla skånska familjeföretaget var redan från början känt för sina kvalitetsprodukter. Bong var tidig med att sälja inläggningar så som ärtor, karotter, syltlök och inte minst surkål som var en specialitet.

1903 startade Bong en liten konserverfabrik för att mer effektivt kunna konservera grönsaker. Satsningen lyckades och efterhand utökades verksamheten med egna odlingar av bland annat sparris, ärtor, bönor och frukt. I början av 1950-talet lanserades den klassiska köttsoipan som blev en omedelbar succé och gjorde varumärket Bong känt över hela Sverige.

Företaget togs över av Blå Band 1960. Sedan dess har flera ägarbyten skett och idag ägs både Bong och Blå Band av GB Foods. På så vis lever det anrika skånska varumärket Bong kvar på marknaden.

Basting/Moping Sauce

– Ca. 1 liter –

45 ml Touch of Taste Umamifond
950 ml äppelcidervinäger
225 ml Worcestershiresås
75 ml citronjuice
150 g ljust muscovadosocker
5 g grovmalen svartpeppar



Blanda alla ingredienser i en gryta och koka ihop i 10 minuter på svag värme. Smaka av med fond, salt, peppar, citron och socker. Pensla i rikliga mängder på fläskkött, rotsaker, lök eller annat valfritt under grillning.

Champinjonsoppa

1 kg champinjoner
2 st gula lökar
1,5 dl Touch of Taste Svampfond
2 l vatten
6 dl vispgrädde
Ev. majsstärkelse
Färska örter till garnering
Salt och svartpeppar



10
PORTIONER

Skala och finhacka löken och skiva champinjonerna tunt. Fräs lök och champinjoner i en gryta tills vätskan har försvunnit. Slå på fond, vatten och grädde. Koka upp och låt koka ca. 15 minuter. Red soppan med majsstärkelse till önskad konsistens. Smaka av med fond, salt och peppar. Garnera soppan med färska örter.



RECEPT PÅ
BAKSIDAN

SERVERA GÄRNA MED NYBAKT FOCACCIA



10 PORTIONER

3,5 l vatten
1,5 dl Touch of Taste Umamifond
0,75 dl risvinäger
0,75 dl mirin
30 ml sesamolja
100 g misopasta
10 st kokta ägg
1 kg ramennudlar
5 st salladslökar
2 st schalottenlökar
0,75 dl svarta sesamfrö
10 st kastanjechampinjoner

Ramen med Miso & Kastanjechampinjor

Koka upp vatten och Umamifond med risvinäger, mirin, sesamolja och misopasta. Låt koka i ca. 2 minuter. Sänk värmen och håll buljongen varm. Skala de kokta äggen och dela på längden till två halvor. Skiva salladslök, kastanjechampinjon och schalottenlök tunt. Koka nudlarna al dente, detta tar 1-2 minuter beroende på vilken sorts nudlar som används. Häll av vattnet. Lägg nudlarna i 10 st djupa skålar. Häll på buljongen och toppa med de tunt skivade grönsakerna, ägg samt svarta sesamfrö. Servera genast.

DEN GRÖNA TRENDEN

År 2017 bröts en långlivad trend och köttkonsumtionen i Sverige minskade jämfört med föregående år för första gången någonsin. Men den växande gröna trenden började faktiskt redan runt 2010 och vi blir hela tiden fler som väljer att avstå från kött och andra animaliska produkter.

Det har sedan länge varit den yngre generationen som driver den gröna trenden framåt. I åldersgruppen 15-24 år ser sig hela 15% som vegetarianer eller veganer. Även för befolkningen i stort ökar andelen och mer än en femtedel ser sig antingen som vegan, vegetarian eller flexitarian. Den största gruppen, flexitarianer, definieras som någon som huvudsakligen äter grönt men även kan äta kött eller fisk ibland.

Dessutom ökar andelen av de som äter vegetariskt en dag i veckan till 57%. Hälsa och miljöhänsyn anges som de främsta skälen till varför fler och fler väljer grönt.

Källa: Matrapporten 2019, Food & Friends

SVAMP – EN MÅNGSIDIG SMAKSÄTTARE

Att svamp är en fantastisk ingrediens och krydda i maten var välkänt i det antika Rom och Grekland. Men i Sverige var vi länge skeptiska och svamp möttes med stor misstänksamhet långt in på 1900-talet.

Samtidigt som man i 1600-talets Frankrike både odlade och använde svamp i matlagning var svenskarna helt ointresserade. Och inte ens Carl von Linné kunde se någon användning för svamp som människoföda när han namngav och systematiserade ett hundratal av dem i sin svenska flora.

När Jean Baptiste Bernadotte hämtades från Frankrike för att bli kung i Sverige tog han också med sig vanan att äta svamp. Men svampens verkliga genombrott började inte förrän på 1800-talet då man på grund av missväxt och svår hungersnöd började uppmana allmänheten att äta svamp. Tidningarna skrev om svamp, flera svampböcker publicerades och det allmänna intresset och kunskapen ökade.

Sedan flera årtionden är svampen nu en älskad och mångsidig ingrediens i vårt svenska kök. Trendspaningar tyder på att vi kommer se mer av svampen framöver då den anses lämplig att ersätta köttet med när vi går mot en mer växtbaserad kost. I det asiatiska köket har svamp länge varit en viktig bas- ingrediens. En stor trend för de kommande åren tros faktiskt bli svampkaffe. Svampen torkas och tillsätts sedan till bryggkaffe vilket gör kaffet mindre starkt och rikt på antioxidanter.

Bong Touch of Taste Svampfond har en intensiv och kraftfull smak. Fonden gör sig bra i både kalla och varma rätter som soppor, såser, grytor eller risotto. Prova den gärna i en medelhavsinspirerad pastamed svamp, vitlök och vitt vin (se recept till höger).





— Linguine —

med Svamp, Tomat och Vitt vin



10 PORTIONER

Koka upp riklig mängd vatten och salt i en gryta. Skiva svamp och vitlök tunt och fräs sedan i lite av olivoljan. Kärna ur och strimla tomaterna medan svampen fräses. Koka pasta enligt anvisning och slå av vattnet när pastan är klar. Slå på vin, svampfond och håll tomaterna i svampfräset. Koka i ca. 2 minuter. Håll pastan i grytan med svamp, vin och tomat. Rör runt och smaka av med salt och peppar. Tillsätt persilja och rör om. Servera på fat eller tallrik med riven parmesan och nymald svartpeppar.

100 g champinjoner
100 g kastanjechampinjoner
2 st portabellosvampar
500 g plommontomater
0,5 dl Touch of Taste Svampfond
2 dl vitt vin
2 st vitlöksklyftor
2 dl hackad persilja
1 dl olivolja
1 kg linguine
Salt och svartpeppar



Lök-focaccia

1/2 GASTROBLECK

Deg

550 g vetemjöl
7 g torrjäst
325 ml vatten
30 ml Touch of Taste Brynt Lökfond
30 ml olivolja

Topping

1 st bananschalottenlök
2 kvistar färsk rosmarin
1 dl olivolja
2 tsk flingsalt

Blanda mjöl, jäst, tempererat vatten (ca. 30 grader), Brynt Lökfond och olivolja i en degbunke. Kör blandaren på låg hastighet i ca. 10 minuter eller blanda ihop degen för hand och knåda degen på bakkbord i ca. 10 minuter. Ställ åt sidan och låt jäsa under lock i 40 minuter. Mjöla en rektangulär form (1/2 gastrobleck). Skala och skär löken i tunna strimlor. Lägg löken i en bunke tillsammans med rosmarinbladen. Häll på 1 msk olja och massera in oljan i lök- och rosmarinblandningen. Ta ur degen ur bunken och knåda den i ca. 1 minut. Lägg upp degen i blecket och gör små gropar i degen med fingertopparna. Strö över lök- och rosmarinblandningen samt resterande olivolja. Tryck ner lök, rosmarin och oljan med varsam hand i degen så att en del av toppingen fastnar i degen. Jäs i 45 minuter. Sätt ugnen på 200 grader. Baka av focaccian i 20 minuter, låt svalna och servera.