Färskost

1. 5 dl Ekologisk Filmjölk
2. 2 knippen Färska örter (perslija, oregano)
3. 1 st Citron
4. 1st större sil
5. 1 st kaffefilter
6. ½ dl rapsolja från Segmons gård
7. Salt o lite Peppar

Gör så här

1. Värm filmjölken i en kastrull. 45 grader.
2. Sätt ett filter i silen och sätt silen över en lämplig bunke.
3. Häll i den uppvärmda filmjölken och låt den hänga i ca 1 timme
4. Hacka örterna och blanda dem med oljan. Riv i lite citronzest. (det gula yttre skalet på citronen)
5. När filmjölken fått karaktären av ost, så blanda i örtoljan. Vill du ha osten slät, så använd elvisp.
6. Smaka av med salt och peppar
7. Servera till gott bröd.

Senapscrème

1. 3 rågade matskedar Turkisk yoghurt från Wermlands mejeri
2. 2 dessertskedar Gudruns honungssenap
3. ev. lite salt

Gör så här

1. Blanda ingredienserna i en bunke. Vispa inte, rör/vänd med en sked
2. Smaka av med salt om det behövs. Annars fungerar crèmen bra som en cooler till salt mat.

Skrädmjölsstuvade morötter med Kils falukorv

1. 2 st morötter från N.a Ölmhults Naturprodukter
2. 1/2 ring Kils Falukorv
3. 3 dl mjölk 3%
4. ½ dl Skrädmjöl från Stöpafors kvarn
5. purjolök
6. 1 dessertsked Gudruns honungssenap
7. salt och peppar
8. smör

Gör så här

1. Skala morötterna och skiva dem i ½ cm tjocka slantar
2. Värm smör i en stekpanna och häll i morotsslantarna
3. Värm det hela en liten stund. OBS! Inte för varmt så du bränner morötterna.
4. Pudra över lite skrädmjöl och tillsätt mjölken. Rednings tjocklek avgörs av mängden mjöl.
5. Hacka ca 4 cm purjolök fint och häll när i stekpannan.
6. Vänd ner senapen i stuvningen
7. Smaka av med salt och peppar
8. Skär falukorven i skivor och stek på medelvärme
9. Lägg upp på en tallrik tillsammans med liten klick senapscrème och pimpa med ett snyggt blad av persilja