*Sveriges vardagskockar presenterar nya favoritrecept med utvalda potatissorter i säsong varje månad. Månadens recept i januari presenteras av Karolin Jörgensen Kardell som var finalist i tävlingen Årets Studentkock – tema potatis 2011*. *Alla bilder och recept är fria för publicering.*  
  
**Månadens recept januari 2012: Potatis och morotssuffléer**Vad är bättre att börja året med än en riktigt enkel och festlig sufflérätt. Tillaga i en stor form eller små suffléformar till var och en. God att äta till både fisk och kött.

  
Receptmakare: Karolin Jörgensen Kardell  
Bild: Staffan Andersson  
 **Potatis och morotssuffléer**

*4 personer*

700 g mjölig potatis, gärna King Edward,  
tillagade med skalen på   
2 rivna morötter   
25 g smör   
4 msk färska brödsmulor   
3 separerade ägg   
2 msk apelsinjuice   
Salt och peppar

Morotstrimlor  
  
1. Sätt ugnen på 200 grader.  
2. Pensla fyra stycken suffléformar med smör och lägg i ¾ av brödsmulorna i formarna, sprid ut dem i formarna så att både botten och kanter är täckta.  
3. Dela potatisen i halvor, gröp ur köttet och lägg i en skål.  
4. Tillsätt morötter, äggulor, apelsinjuice och muskot. Salta och peppra.  
5. Vispa äggvitorna i en separat skål tills det bildas mjuka toppar, vänd försiktigt ner i potatisen med en metallsked tills det är väl blandat.  
6. Skeda försiktigt upp blandningen i formarna och strö över resten av smulorna på toppen av formarna.  
7. Tillaga i ugnen i 40 minuter tills sufflén rest sig och är gyllene.  
  
**OBS!** Öppna inte ugnsluckan under tiden då suffléerna lätt kan sjunka ihop.  
Garnera med morotstrimlor.

*Månadens recept är ett samarbete mellan branschorganisationen Svensk Potatis och Studentkrubb.se. Vinnare har utsetts i tävlingen Årets Studentkock – tema potatis som arrangerades av Studentkrubb.se och Svensk Potatis. Kockarna presenterar nya favoritrecept med utvalda potatissorter i säsong varje månad. Syftet är att väcka intresse och lust att laga mat med potatis. Aktiviteten är en del av projektet Merpotatis.nu som finansierats med stöd från Europeiska Unionen och Lantbrukarnas riksförbund. www.svenskpotatis.se*

Kontaktperson: AnnaKarin Hamilton, [annakarin@svenskpotatis.se](mailto:annakarin@svenskpotatis.se) 0705 – 34 90 63