



vi kan grillat



**BBQ  
recept**



## Grillad kotlett med halumi och tomat

– 4 personer –

800g kotlettrad, benfri  
4 msk **Caj P. BBQ Oil**, välj Din favorit  
1-3 tsk Sambal Oelek, gärna Lucullus  
2 dl crème fraiche

1 bit halumi  
1 liten aubergine  
2 st biffotomat  
blandade salladsskott

Lägg köttet i en påse och slå på grilloljan, låt marinera i kyl, gärna 2-4 timmar. Ta upp köttet, låt det rinna av och grilla sedan på låg värme, gärna med locket på. Låt köttet grilla tills det är genomstekt men absolut inte överstekt. Vispa samman en sås av crème fraiche och sambal, smaka av med flingsalt, svartpeppar och eventuellt en nypa socker. Skiva ost och aubergin, pensla med grillolja och grilla hastigt. Skiva köttet och servera det med ost, grönsaker och en klick sås.



Sacha Lichine Le Poule Blanche,  
SB art. nr. 85785. Pris: 82 kr.  
Alkoholfritt: Isvatten smaksatt  
med citronmeliss.

## Balsamicoburgare

– 4 personer –

500g nötfärs, gärna grovmalen  
1 st ägg  
2 msk rostad/friterad lök  
2 msk **Caj P. BBQ Oil Balsamic**  
2 dl crème fraiche

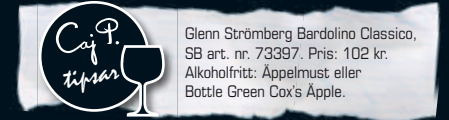
4 msk riven parmesanost  
8 skivor vitt bröd  
salladsgrönsaker

Blanda färs med lök, ägg och några matskedar grillolja, smaka av med flingsalt och vitpeppar. Forma fyra jämna hamburgare, pensla ytan med grillolja och grilla på medelvarm grill. Vispa samman en sås av crème fraiche och riven parmesanost, smaksätt med svartpeppar och flingsalt. När burgarna är klara rostas brödet hastigt på grillen. Montera samman bröd, sås, grönsaker och burgare, sedan är det klart att njuta!



**GRILLOLJA** är originalet inom sk grillkryddning, den första grilloljan i Sverige producerades av Caj Pontán 1962 efter att han under resor i USA upptäckt de amerikanska grilltraditionerna. Caj P. Original BBQ Oil tillverkas fortfarande efter exakt

samma recept och är en klassiker med många trogna användare. Grillolja passar både som marinad och för att pensla på vid grillning.



Glenn Strömberg Bardolino Classico,  
SB art. nr. 73397. Pris: 102 kr.  
Alkoholfritt: Äppelmust eller  
Bottle Green Cox's Apple.



## Grillat kycklingspett

– 4 personer –

800g kyckling, lårfilé  
 4 msk **Caj P. Marinad**, välj Din favorit  
 8 st grillspett, blötlagda  
 4 msk crème fraiche  
 1-3 tsk het chilisås, gärna Frank's  
 4 port. grekisk sallad (sallad, grönsaker, fetaost, oliver, olivolja och vinäger)



Lägg filéerna i en påse, slå på marinad och låt marinera 1-4 timmar. Ta upp dem, rulla ihop och trä upp på dubbla spett. Pensla med lite grillolja och grilla dem sedan på medelvarm grill. Blanda crème fraiche med chilisås och smaka av med flingsalt och eventuellt en nypa socker. Servera spetten tillsammans med sallad och sås.



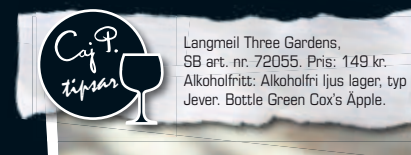
**MARINAD** ger ett mörkt, saftigt och smakrikt kött oavsett om det är nöt, fläsk, fågel eller fisk. Precis som när man marineras med grillolja, bör köttets tjocklek avgöra hur länge marinaden får verka. Är det fisk eller skaldjur som marineras, räcker det

## Grillad fläskkarré med tortillas

– 4 personer –

4 skivor fläskkarré  
 4 msk **Caj P. Marinad & Grillolja Wild Garlic**  
 4 stora tortillabröd  
 2 dl riven smakrik ost  
 tomat, skivad  
 ruccola  
 tomatsalsa

Lägg köttet i en påse och slå på marinaden, låt marinera 1-4 timmar. Ta upp köttet ur marinaden och låt det rinna av innan grillning. Grilla på medelhög värme tills köttet är färdigt men inte överstekt. Lägg ut bröden, bred på färskost och strö på riven ost. Lägg på tomat och sallad, rulla ihop och grilla försiktigt tills osten smält. Servera kött och tortilla tillsammans med tomatsalsan.



med en halvtimme till en timme. Är det en nötkött bör den marineras i kylen över natten i en plastpåse som vänds då och då. Caj P.'s marinader är alltid utan olja, vilket ger ett magrare alternativ än grillolja.

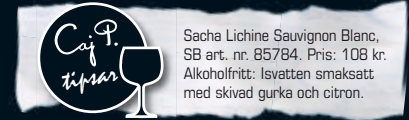




## Lax i pita

– 4 personer –

400g laxfilé  
8 st pitabröd  
1 påse **Caj P. Glaze**, välj Din favorit  
salladsgrönsaker  
aioli eller vitlöksdressing



Pensla bröden med lite matolja. Grilla laxen, pensla upprepade gånger med glaze under grillningen. Grilla bröden på hög värme, de är klara när de fått fin färg och blåst upp sig. Fyll bröden med lax, grönsaker och sås.



## Grillad kyckling med tatar potatissallad

– 4 personer –

600g	kycklingfilé	1-2 msk	dijonsenap
800g	kokt färskpotatis	2 dl	crème fraiche
2 msk	kapris		<b>Caj P. Sprayglaze</b> , välj Din favorit
3 msk	hackad ättiksgurka		blandad sallad
2 msk	hackad kruspersilja		



Blanda potatis, kapris, gurka, persilja, senap och crème fraiche, smaka av med flingsalt och svartpeppar. Grilla kycklingen, spraya upprepade gånger med glazern under grillningen. Skär filén i bitar och servera tillsammans med potatissallad och en blandad sallad.



**GLAZE** penslas på under grillning och kräver inga förberedelser vilket underlättar spontangrillning även på vardagskvällar efter jobbet. Glaze ska penslas

eller sprutas på efter att köttet legat på grillen någon minut – då uppnår man den där perfekta "sticky fingers"-känslan med lite klabbig finish.





## SBR taco style

– 4 personer –

600g kycklingfilé  
**Sweet Baby Ray's BBQ Sauce®**  
 tacoskal & -sås  
 grönsaker, t ex majs, gurka, lök och sallad

Grilla kycklingfiléerna och pensla med BBQ sås under grillningen. Skär sedan köttet i strimlor. Värm skalen försiktigt på grillen. Montera fina tacos och toppa dem med en fin klick BBQ sås.



**BBQ SAUCE** – Caj P. är ensam återförsäljare i Sverige av den omåttligt populära, amerikanska BBQ såsen Sweet Baby Ray's som var den BBQ sås som köptes allra mest i Sverige under 2010. BBQ sås är framför allt en bordssås som



Sacha Lichine Le Coq Rouge,  
 SB art. nr. 85777. Pris: 82 kr.  
 Alkoholritt: Ljus alkoholfri lager,  
 typ Carlsberg.



## Biff på bröd

– 4 personer –

600g biff, filé, rygg eller entrecôte  
 1 bit gorgonzola eller annan grönmögelost  
 4 msk crème fraiche  
**Sweet Baby Ray's BBQ Sauce®**  
 4 skivor lantbröd  
 grillade grönsaker och sallad



Langmeil Valley Floor Shiraz,  
 SB art. nr. 72057. Pris: 179 kr.  
 Alkoholritt: Granatäpplejuice med  
 mycket is.

Mosa osten och blanda den med crème fraiche, smaka av med flingsalt och svartpeppar. Grilla biffarna, pensla med BBQ sås under grillningen. Grilla brödet tills det blir krispigt. Bred ostkrämen på brödet och toppa med biff, servera med sallad och grillade grönsaker.



serveras varm eller kall som tillbehör till grillat, men den kan också användas under den sista delen av grillningen som glaze t ex till grillade tunna revbensspjäll.

## Rubbat grillspett

– 4 personer –

300g fläskfilé  
300g smakrik korv  
8 stora schalottenlökar  
2 st röd paprika  
8 st bambuspett, blötlagda  
1 påse **Caj P. Rub**, välj Din favorit  
4 st bakpotatis  
smör  
**Sweet Baby Ray's BBQ Sauce®**  
färska grönsaker

Skär kött, korv, lök och paprika i lagom stora bitar. Trä upp allt på dubbla grillspett. Gnugga in kryddorna och grilla på medelhög värme. Baka potatisarna i ugn, 175° i ca. 45 minuter. Servera grillspetten med bakpotatis, smör, BBQ sås och sallad.



Langmeil Hangin Snakes Shiraz/Viognier,  
SB art. nr. 72056. Pris: 164 kr.  
Alkoholfritt: Ljus alkoholfri lager,  
typ Carlsberg.



## Biff med oliver och rosmarinstekt potatis

– 4 personer –

4 st biff, entrecôte  
4 port. färskpötatis  
4 msk olivolja  
1 knippe rosmarin, färsk

1 påse **Caj P. Rub**, välj Din favorit  
2 st citroner  
2 dl skivade gröna och svarta oliver  
färska grönsaker



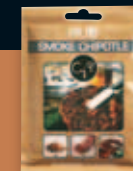
Sacha Lichine Cabernet Sauvignon/  
Merlot,  
SB art. nr. 85776. Pris: 108 kr.  
Alkoholfritt: Bottle Green Fläder.

Tvätta och borsta potatisen, lägg i en ugnsfast form och ringla på 2 msk olivolja, flingsalt, peppar och några nypor rosmarinblad. Baka potatisen i ugn, 200° i ca. 20-25 minuter. Gnugga in kryddorna i köttet och grilla biffen till önskad stekningsgrad. Dela citronerna och strö lite flingsalt och socker på ytan, grilla dem sedan någon minut tills de får fin gyllenbrun färg. Ställ en liten stekpanna på grillen, hetta upp 2 msk olivolja och oliverna. Lägg biffen på tallriken, skeda upp oliverna över och servera tillsammans med potatis, citron och färska grönsaker.



**RUBS** är torra kryddblandningar för snabb smaksättning – det senaste inom grillkryddning. Rubs fungerar ungefär som en glaze genom att sätta fin färg och ge mycket smak snabbt. Man täcker grillytan med ett tunt lager av kryddmixen och sedan

”rubbar” eller masserar man in kryddorna strax innan grillning. Viktigt att anpassa mängden rub efter storleken på det som ska grillas, om det blir för mycket kryddor i förhållande till kött så blir det överkryddat och kan upplevas som för salt.

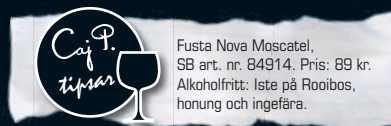




## Foliepaket med frukt

– 4 personer –

- 2 små bananer
- 2 st äpplen
- 2 st passionsfrukt
- 2 små apelsiner
- 1 påse **Caj P. GrillStrössel**, välj Din favorit
- aluminiumfolie
- vaniljglass
- 4 port.

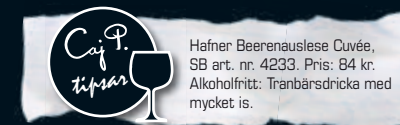


Skala och tärna frukten. Lägg i en bunke och strö på grillströsslet, spara lite strössel till serveringen. Fördela frukten på 4 folieark och vik samman till fina paket. Lägg dem en stund på grillen tills frukten är varm. Ta av dem från grillen, öppna och strö över det sista strösslet. Servera tillsammans med glass.

## Ananasspett med hallonmjukglass

– 4 personer –

- 1 st ananas, väl mogen
- grillspett, blötlagda
- 1 påse **Caj P. GrillStrössel**, välj Din favorit
- 2 dl vaniljglass
- 2 dl hallon, frysta
- färska bär



Skala och skär ananassen i bitar. Trä upp på spett och strö på grillströssel, tryck till så att det fastnar och grilla sedan på medelvarm grill. Mixa glass och hallon till mjukglasskonsistens och servera genast med det varma spettet och lite färska bär.



**GRILLSTRÖSSEL** är den perfekta avslutningen på en trevlig grillmåltid. Med smak av sött, salt och lite chili passar grillströsslet

utmärkt till frukt, bär och andra desserter. Läckert att strö på och gnugga in i ytan på frukt som skall grillas eller strö över fruktsallad för fin smak och underbar doft.





## PEPPARSÅS

2 dl Caj P. BBQ Oil Original  
2 dl matlagingsgrädde,  
2 tsk grovmalen svartpeppar.  
Skaka oljan, häll i en kastrull  
och sjud med grädde i ca. 20  
minuter. Tillsätt pepparn mot  
slutet av koktiden. Om såsen  
skär sig fixas det med några  
droppar grädde och vatten.



## LÄSKANDE

Ett naturligt smaksatt  
vatten i två uppfriskande  
varianter, Cox's Äpple och  
handplockad Fläder.  
Innehåller inga  
artificiella tillsatser.

**"good things last"**



## Vad är en grillafton utan chips...?

Prova dessa fantastiska  
KETTLE® Chips. Premium-  
chips som är handgjorda  
och utan tillsatser.

**NYHET** inför våren  
Honey & BBQ!



## NYHET - BBQ Selection

Gourmetflingsalt i special-  
designad 125g förpackning.  
Dessa BBQ inspirerande  
smaker finns endast i  
begränsad upplaga.



## Scan + Caj P. = SANT

Scan Nötskiva och  
Grillskiva Caj P. Original.  
Svenskt kött kombinerat  
med sveriges mest  
omtyckta grillsmak!



## Black Pearl - BÄST-I-TEST 2010

3 st exklusiva klotgrillar  
med patenterade OptiHeat-  
systemet. Läs mer på:  
[www.landmann.se](http://www.landmann.se).



## TIPS - Caj P. Glaze

– Ont om tid? Då är Caj P.  
Glaze räddningen. Spraya  
eller pensla kött och  
grönsaker direkt på  
grillen för oemotståndlig  
smak och läcker yta.



## SKOGENS

mer än bara kol



## GRILLA SVENSKT!

Med grillkol och briketter av  
högsta kvalitet. Tillverkas i  
Kilafors av Skogens Kol som  
är certifierade enligt SIS  
(svensk standard).

## Panthera

Hetaste nyheten från  
Landmann. Gasolgrill för  
compact living, kan användas  
med stor gasolflaska eller  
liten campinggasolflaska.  
Läs mer på: [www.landmann.se](http://www.landmann.se)



## TIPS - Caj P. Rub

Prova våra torra kryddor,  
sk Rubs som snabbt och  
enkelt ger köttet eller  
fisken god smak och fin yta.

Grilla på medelvarm grill så  
kryddorna inte bränns vid.



## NYHET - Caj P. Glaze Honung

Pensla köttet under grill-  
ning eller tillagning i ugn  
för fin smak och yta. Finns  
i två varianter Honung  
samt Honung & Timjan.





## SMÅTT & GOTT!

### Grilla lök

Lök är en perfekt grönsak att grilla. Pensla ytan med Din favorit Caj P. BBQ Oil och grilla dem sedan på försiktig värme. Passar som tillbehör till allt!



### Skagenmacka

Varför inte grilla ett gott snacks till gästerna när de väntar? Gör en skagensmet (räkor, dill majonnäs eller crème fraiche) som Du sedan lägger på nygrillat bröd, jättegott!



### Korv med bröd

Skulle det inte vara trevligt med en "väntekorv"? Grilla starka, smakrika korvar och gott lantbröd. Skär dessa läckerheter i lagom munsbitar, montera ihop tillsammans med mosad avokado och torkade tranbär. Klart att servera!



### Grillad paprika

Grilla en eller två paprikor hårt, låt dem svalna något och dra sedan av skalet. Dessa paprikor kan Du använda till många olika saker, som tillbehör med god olivolja, mixade i såser eller till pasta.



vi kan grillat

Recept av vår Kock & Matkreatör Anders Tegnér

Marknadsförs av: Haugen-Gruppen AB  
Telefon 011-36 29 00  
[www.haugen-gruppen.se](http://www.haugen-gruppen.se) [www.cajp.se](http://www.cajp.se)

