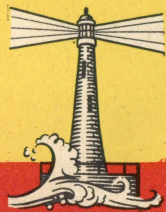




*Från smörgåsbordet  
till desserten*



FYRTORNETS *nya* RECEPTBOK



Våra ansjovis-  
och sillinläggningar,  
fiskbullar och skaldjur  
är alla tillverkade  
av de finaste råvaror.  
Genom omsorgsfull  
inläggning är smak och  
arom väl bevarade  
och ytterligare förhöjda  
genom väl avvägd  
smaksättning.

*Hälsningar Tuga-Maj Lundqvist*  
**Från smörgåsbordet**  
 till desserten

FYRTORNETS *nya* RECEPTBOK



Utgiven av  
 AB SVERIGES FÖRENADE KONSERVFABRIKER  
 GÖTEBORG

1994/95:7F

## INNEHÅLL

Vad Fyrtornet kan bjuda Er .....	3
Hur man förvarar konserver hemma .....	4
Hur man öppnar en konservburk .....	4
Vad Ni kan göra med Fyrtornets	
Ansjovis .....	6
Sillinläggningar .....	13
Smörgåsfinesser .....	15
Fiskbullar och fiskkött .....	23
Grönsakskonserver .....	29
Svampkonserver .....	34
Ättiksinläggningar .....	37
Molinders såser .....	37
Frukt- och bärkonserver .....	39
Läckra smörgåsar med Fyrtornets pålägg .....	44
Matsäckstips .....	46
Receptförteckning »Från smörgåsbordet till desserten»	48

*Till alla som tycker om god mat  
överlämnas denna broschyr från*  
SVERIGES FÖRENADE  
KONSERVFABRIKER

## Vad Fyrtornet kan bjuda Er

Vi vet alla vad näringsrik, omväxlande och aptitretande mat betyder för vår hälsa och trevnad. Men vi vet också, att det kostar både tid och arbete att åstadkomma den. Tid och arbetskraft är det ont om i de flesta hem i våra dagar, men ändå får vi inte pruta av på våra anspråk på maten. Men det behöver man heller inte göra, ty Sveriges Förenade Konservfabriker ställer hela sitt moderna storkök till alla svenska hushålls förfogande. Med Fyrtornets olika konserver och inläggningar kan man nu utan större besvär alltid bjuda på god mat både i vardagslag och vid festliga tillfällen.

### *Från smörgåsbordet till desserten*

kan Ni lita till Fyrtornets konserver och inläggningar. Ni börjar med något av våra välkända ansjovismärken eller sill, kaviar och sardiner och fortsätter hela skalan utefter med musslor, svamp, kejsarhummer och räkor, av vilka man kan laga en massa läckerheter. Så har vi fiskbullar

i buljong samt i olika såser, inkokt samt även rökt makrill, grönsaker av alla möjliga slag såsom ärter, morötter, haricotsverts, sparris, sockerärtskidor, spenat, nässelkål, grönkål, allt av bästa sort och inlagt friskt och nyskördat.

Molinders såser, majonnäs, tomatketchup och M.K.-biffsteksås, ger piff åt anrättningarna liksom också våra ättiksinläggningar, rödbetor, gurka, syltlök och pickles. När Ni så kommer fram till desserten, har Ni Fyrtornets härliga inläggningar av frukt och bär att välja bland: äpplen, päron, plommon, hallon, jordgubbar, krusbär och körsbär, vilka alla är färdiga att servera.

### *Ha alltid Fyrtornets konserver hemma*

Ett litet förråd av Fyrtornets konserver hjälper Er att rationalisera både inköp och matlagning. I denna broschyr får Ni en hel del goda råd hur Ni kan förenkla Ert hushåll och variera matsejden genom att utnyttja de re-

surser Fyrtornet sätter i Er hand. I anvisningarna har namnen på en del rätter kursiverats. Kursiveringen betyder, att det finns recept på rätten. I förteckningen i slutet av broschyren är rätterna ordnade i grupper, så att Ni lätt kan finna smörgåsbordsrätter, varma smörgåsar, desserter etc. Men Ni kan säkert själv komma med egna idéer och komponera andra goda rätter. Skriv då gärna några rader till oss. Ju livligare kontakten är med Fyrtornets många vänner, desto större är våra möjligheter att betjäna dem.

### *Hur man förvarar konserver hemma*

Alla konserver skall förvaras torrt, så att plåtburkarna icke angripes av rost, samt helst svalt. De bör dock icke utsättas för frost, då innehållet kan skadas. De flesta av våra konserver, såsom fiskbullar, sardiner, skalldjur, musslor, grönsaker, svamp, frukt och bär kan förvaras längre tid på detta sätt. Ansjovis, sill, kaviar och ättiksinläggningar, som icke är steriliserade — s.k. halvkonserver — och därför begränsat hållbara, bör däremot endast köpas hem för den närmaste tidens förbrukning. An-

sjovis- och sillburkar bör vändas varje vecka, så att sås och lake alltid jämnt fördelas. Kom ihåg att ansjovis- och sillinläggningar icke bör serveras kylskåpskalla, då deras fina smak icke kommer till sin rätt! Det kan nämnas att lätt jästa halvkonserver är fullt användbara; det finns finsmakare som t.o.m. föredrar jäst ansjovis.

### *Hur man öppnar en konserverburk*

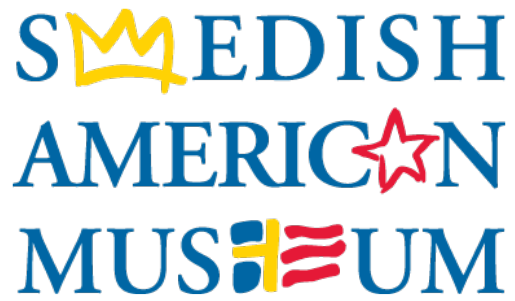
Först och främst skall man se till att man har en bra konserveröppnare. Hemmens Forskningsinstitut, som gjort jämförande undersökningar av de konserveröppnare, som finns i handeln, rekommenderar särskilt de på sid. 47 avbildade typerna.

### *Innehållet i en öppnad konserverburk bör helst användas genast*

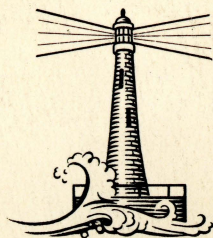
Man bör ej öppna en konserverburk förrän strax innan innehållet skall användas. Blir det något över av konservern, häller man upp den i ett kärl av glas, porslin e.d. Om den får stå kvar i burken, kan den ta smak av plåten.

*Avsnitt av stort smörgåsbord. Bilden visar från vänster: Smör, bröd och ost, Syltlök, Frukt sallad, Köttbullar, Korvfat, Sparrisomelett, Blandat grönsaksfat, Ansjovis, Sillgratin, Kaviar, Grönsaksmajonäs. På den »salta brickan»: Sill, Sardiner och Pickles. Nederst till höger: Sill i remouladesås med färsk potatis.*





This archival record has been partially scanned, including covers and initial pages for each issue. For more information about a particular issue of this publication, please contact the Swedish American Museum Curator.



*De svenska hushållens  
favoritmärke*

# Fyrtornets konserver

Fabriker i: GÖTEBORG · LYSEKIL · GREBBESTAD  
GULLHOLMEN · HAMBURGSUND · STRÖMSTAD · KRISTIANSTAD

AB SVERIGES FÖRENADE KONSERVFABRIKER