



Kanelbullen närmar sig de 100, men egen dag fick den 1999. Läs ledaren på sidan 2!

# HEMBAKAT



Nyhetsbrev från Hembakningsrådet · Nr 33 · September 2004

## Anki Nyström Årets Hembakare 2004

Fem år gammal bakade hon sin första rulltårta själv. Hon kunde läsa, men tyckte vissa ord var svåra att förstå.

– Pösig är ett sådant konstigt ord som mamma fick förklara, minns hon när vi en torsdagskväll träffas på Ronald McDonald Hus på Universitetssjukhuset i Lund.

Här har hon som volontär bakat med barnen varje torsdagskväll sedan juli 2003. Med barn som längtar efter glada Anki och hennes bakning.

– Kanelbullar är standard. Det älskar alla!, säger Anki som även väglett några lite äldre barn i kladdkaksbak.

– För en del år sedan bodde några kompisar från Värmland med sitt sjuka barn på Ronald McDonald Hus i Göteborg. Jag hälsade på dem och träffade volontärer där. Då bestämde jag mig för att när tillfälle kom skulle jag också ställa upp och hjälpa till.

### Psykologprogrammet

För sex år sedan flyttade Anki till Lund från föräldrahemmet i Karlstad. 2002 fick hon veta att Huset skulle byggas och redan före invigningen hade hon anmält sig att baka med barnen, för baka är något hon gillar och ofta gör.

– Jag fortsätter så länge jag är kvar i Lund, säger Anki som nyligen klarat examen på psykologprogrammet men har sin uppsats kvar.

– Torsdagskvällarna är stimulerande. Barnen är härliga och det är trevligt att träffa deras familjer – samt givetvis de som arbetar här. Min kille studerar i Växjö och veckopendlar, så nu stannar jag ibland lite längre.

### Familjeboende

På Ronald McDonald Hus i Lund bor familjer från Norrland, Stockholmstrakten samt givetvis

närområdet, vilka har sjuka barn som vårdas på Universitetssjukhuset. Ibland bor de sjuka barnen här. Oftast är det föräldrar och syskon som skall vara nära den sjuke.

Carina Wittström, verksamhetschef, har ambitionen att det skall vara en familjevänlig atmosfär och då spelar bakdoften en viktig roll.

– Anki är underbar på många sätt. Häromveckan bakade hon tårtor och bjöd släktingar till en svårt sjuk pojke som inte själv kunde vara med och fira sin sexårsdag. Sen fixade hon att kompisar ställde till med en gycklarafton. Det blev sprutande eld och spektakel utanför hans fönster, berättar Carina, som även har kakor i frysen till besökare när Anki varit i köket.

### Köksmästeri

Anki är duktig i köket över huvud taget.

– Mamma är kanonduktig på att laga mat och hitta på egna recept. Min moster är fantastisk på att baka. Och jag tycker det är skönt att sätta händerna i en deg, att knåda igenom ordentligt, säger Anki. Det visar sig att hon varit köksmästare på Wärmlands nation och då gäller det att fixa god billig mat till ofta väldigt många.



Vi återkommer med recept från Anki i kommande "Hembakat". Nu bjuder vi på bilder där Anki bakar med 7-åriga Felix Mårtensen och Albin Westholm samt Julia Zedig, 8 år och Ida Johansson, 3 år.



## Kanelbullens Dag för 6:e året

**Tiden flyger när man räknar födelsedagar.** Som att det är sex år sedan Kanelbullens Dag introducerades vid Hembakningsrådets 40-årsjubileum.

Förslaget om en speciell dag för kanelbullen möttes med skepsis av en del. Men, det svenska folket tog genast informationen till sitt hjärta. Ja redan före den 4 oktober 1999, alltså före den allra första DAGEN, hade många visat att det finns ett stort intresse för att fira vår så nostalgiskt läckra och med barndomsminnen späckade snäckformade vetebulle.

Som en kaneldoftande informationsspiral sökte sig nyheten från vårt kontor i Malmö kors och tvärs över landet.

Hemkunskapslärare och dagispersonal laddade förråden och bakade med barn och ungdomar så att glädjen stod högt i tak. Dessa bak var ofta till glädje för många fler, som bjöds på smakprover. Unga som gamla gladdes och smaskade.

Radio, TV och tidningsredaktioner spred nyheten att Kanelbullens Dag fått ett eget datum. Ja, ryktet om dagen flög runt jordklotet. Namnet kanelbulle virvlade glatt in i hjärnornas doftminnen.

I Nya Zeeland, Australien, Singapore, Afrika och Amerika såldes det extra mycket jäst och vetemjöl till svenskar för bak av hemlandets läckraste minnessnurra.

När Kanelbullens Dag funnits i fyra år tog ett marknadsundersökningsföretag tag i händelsen och frågade runt för att få svar på hur känd dagen verkligen var. Och det var den!

Mer än halva befolkningen kände till dagen och många, många svarade att visst åt de kanelbullar och alldeles särskilt många den 4 oktober.

När Kanelbullens Dag skulle firas femte gången, upp-vaktade bagare och konditorier från hela landet Hembakningsrådet och ville vara med i firandet. Så gärna, så gärna! Proffsigt bakade bullar, med extra omtanke denna dag, är ju alldeles utmärkt för den som inte hinner eller kan själv.

Så fortsätter denna dag att glädja oss svenskar och dem som vill smaka vår egen speciella kanelbulle. Elever bakar hela veckan för att kunna bjuda alla på skolan, dagis eller fritids på kanelbullsfest. Idrottsföreningar sätter fram en stor korg med kanelbullar som morot denna dag, som energipåfyllning med ett glas kall mjölk. Seniorerna plockar fram sina kanelbullar i paus mellan canastaspel och andra gemensamma aktiviteter. Kanske t.o.m. mor Anna som inte bakat på många år lockas plocka fram degbunken och bjuda grannarna på bullfest.

Kanelbulle på dig!



*Kaetta*

*PS. Hur skall du fira Kanelbullens Dag i år? 25 förkläden och 50 bakdukar väntar på att sändas till dig som har något alldeles speciellt att berätta.*



## Sommartårta chokladm

Denna tårta är god året runt. Kakaon lyfter fram smaken på sommarbären.

Nu frossar vi i hallon, blåbär och jordgubbar. På vintern kan tårtan bli exotisk med de bär som finns då, t ex kiwi, sharonfrukt eller vindruvor och mandarinklyftor.

Som extra elegans har bären fått en glasyr med det nya Gelésocker Multi.

### Ingredienser:

300 g mandelmassa, 3 msk kakao, 3 ägg

Ca 2 dl vaniljkräm

Bär till dekoration

Glasering: 1 dl Gelésocker Multi, 1 dl vatten

### Gör så här:

1. Sätt ugnen på 175°. Smörj och bröa en form 20-25 cm i diameter
2. Dela mandelmassan i mindre bitar. Kör den i mixern till en slät massa.
3. Häll i kakaon.
4. Tillsätt äggen, ett i taget medan mixern arbetar.
5. Häll smeten i formen och grädda nederst i ugnen 15-20 minuter.
6. Låt svalna några minuter innan kakan stjälpes upp på ett fat.
7. Bred ut vaniljkrämen på botten.
8. Dekorera med bär.
9. Koka upp gelésockret med vatten. Låt svalna en minut ca innan du skedar geléet över bären.



# Årta med andelbotten

## Eleganta kakglasyrer med Gelésocker Multi

Med Gelésocker Multi gör du snabbt en elegant garnering till bakverk eller fixar läckra desserter t ex en Panna Cotta. Gelésocker Multi ger också stadga åt sylt eller relish.

Det är en ny helt vegetabilisk produkt från Danisco Sugar. Samtidigt lanserades Inläggningslag med ättika och strösocker i en ny praktiskt bordsströare.

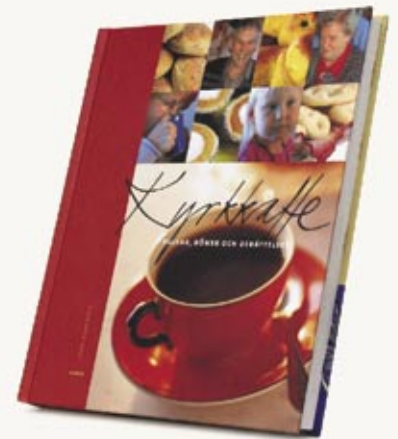
Förutom socker består Gelésocker Multi av geleringsmedlen karragenan (E 407) och frukt-kärnmjöl, vilket framställs av johannesbröds-trädets frön (E410).

Gelésocker Multi stelnar mycket snabbt och kan användas i både vatten och mjölkprodukter, men måste kokas. Använd det alltså inte i kalla fromager t ex.

Inläggningslag med ättika presenteras framför allt till matlagningen, men lite av den i äggvitan och du får ett fast bra skum snabbt till marängen.

Recept till såväl Gelésockeret som Inläggningslagen finner du på

[www.dansukker.com](http://www.dansukker.com).



## Kyrkkaffe, bullar, böner och berättelser

● Man känner doften av nybakat redan när man bläddrar i denna läckra och läsvärda bok, som jag fick i present före sommaren. Boken är fylld med mer än 200 väl beprövade recept på bröd och kakor av varierat slag. Berättelser visar att de är bakade med omtanke, serverade med glädje på olika platser runt om i världen.

Att kyrkkaffe är en svensk företeelse vittnar bl a Ingrid Ydén Sandgren. Hon berättar hur söndagens kyrkkaffe i St Franciskus katolska församling i Jönköping vuxit till en samlingspunkt för medlemmar från många olika länder. En person som bidragit till kanelbullens segertåg världen över är Siv Johansson med mer än 30 år i Svenska kyrkan i utlandets tjänst.

Första receptet "Alldeles vanligt vetebröd" är från Årets hembakare 2003, Siv Florén. Sedan följer släktrecept och nya varianter på gamla bekanta, en del moderniserade, andra omgjorda bl a med tanke på allergiker.

Insprängt mellan recepten finns berättelser samt bordsböner och en del tips och fakta kring bakningen. Innehållet har Anna Braw, redaktör på bokförlaget Libris, sammanställt efter upprop till kyrk-Sverige, vilket gav en otrolig respons.

– Vi vill peka på en varm gemenskaps betydelse när andra pekar på ensamhetens faror och egoismens framfart, skriver Anna Braw i förordet.

En god bok, som jag gärna rekommenderar och vilken inte enbart blir en blädderbok utan verkligen inbjuder till bakning i många fler sammanhang än just kyrkfikat.

KAETH GARDESTEDT

## Electrolux introducerar en ny Assistent® line

● Electrolux Assistent® är en hjälpredda för den som ofta och gärna arbetar i köket.

En bastant köksmaskin som går och går, vilket många av de som ringer till oss på Hembakningsrådet vittnat om.

Med tanke på de mindre hushållen och dem som inte använder köksmaskinens alla tillbehör erbjuder Electrolux nu en serie med fyra nya produkter, nämligen:



**Electrolux, AFP750 All in One**  
– den kompletta matberedaren, som passar alla kök, Mixer, beredare, kniv, visp – allt finns på plats i maskinen. Ca-pris 1290 kr.

**Electrolux, ASB2600 Ice Crush**  
– den enda mixer du behöver. Ca-pris 695 kr.

**Electrolux, ASM450 2 Motors**  
– den flexibla vispen och degblandaren för varje hem. Ca-pris 695 kr.

**Electrolux, AHM310 Cord Fix**  
– en stabil och stark elvisp. Ca-pris 399 kr.

## Kanelbulle till lunchgästerna

● Den 4 oktober bjuder Elisabeth Nyrehag (bilden), Café & Restaurang Kajkanten på Bohusläns museum i Uddevalla alla lunchgäster på kanelbulle.

Ett besök rekommenderas både för andlig och lekamlig spis!



## Kanelbulle med lakritsfyllning

● Vår gamla klassiker kanelbullen har fått en spännande kusin, en lakritsbulle! Den bakas under varumärket Bonjour, som dessutom har tagit fram en kanelbulle med lägre fett- och sockerinnehåll.



● **Jean Paul Gaultier** har en "bakad", välgräddad utställning på Fondation Cartier (pour l'art contemporain) i Paris fram till den 10 oktober. Adressen 261, boulevard Raspail i Montparnasse.

Välkänd kläddesigner, mycket matintresserad, har han kreerat med mjöl, vatten, salt och jäst. Här finns fantastiska bakade föremål. Modeller bär kläder bakade av bröddegar när de rör sig mellan våningarna och säljer andra konstfärdiga bröd till besökarna att ta hem och njuta av medan man begrunder upplevelserna under besöket.

## Vi bakar kanelbullar på IKEA

● För femte året bakar Hembakningsrådets representanter kanelbullar på olika IKEA-varuhus inför Kanelbullens Dag.

Lördagen den 2 oktober hittar ni oss i köksavdelningen – följ den goda doften av nybakat – på IKEA Jönköping, Kungens Kurva, Malmö, Uppsala och Örebro.

Välkomna att smaka!



## Hembakningsrådet

bildades 1959 med uppgift att hålla vårt fina kulturarv att baka hemma levande. Vår ambition är att sprida moderna trevliga recept som frestar till bak för både nybörjare och de redan frälsta.

## Intressenter

Bakom Hembakningsrådet står Cerealia Foods AB, Danisco Sugar AB, Electrolux Small Appliances, Jästbolaget AB och Svenska Smör AB, som alla producerar viktiga ingredienser till bakningen. Styrelsen utgörs av representanter från respektive företag. Ordförande är Angela Everbäck, Danisco Sugar AB.

## Nyhetsbrevet

utkommer med fyra nummer per år. Prenumeration på Nyhetsbrevet är kostnadsfritt. Skriv ett kort eller e-post och ange namn, skola/företag, adress och telefonnummer så sätter vi upp dig på vår utskickslista. Detta gäller alla bakintresserade, alltså även konsumenter. Anger du vilken kategori du tillhör, t.ex. hemkunskapslärare, forskollärare, journalist, konsument, så är det lättare för oss att sända rätt information om vi gör extrautskick.

## Användning

Vårt material står kostnadsfritt till förfogande – i undervisning såväl som för pressen. Givetvis skall Hembakningsrådet anges som källa!

## Bakråd eller produktfrågor?

Några nyttiga kontaktnummer när du vill ha svar på frågor eller beställa material:  
Danisco Sugar, 020-74 02 00  
Jästbolaget, 020-98 27 86  
Kungsörnen, 020-84 84 84  
Svenska Smör, 08-788 03 94

HEM  
BAKNINGEN  
RÅDET

Box 5259  
200 72 Malmö  
Tel. 040-98 22 11  
Fax 040- 269 555  
www.hembakningsradet.nu  
e-post: info@hembakningsradet.se

Kanel-  
bullens  
Dag  
4  
oktober

Projektansvarig:  
**Kaeth Gardestedt**

Produktion:  
**InfoProduktion AB**

Upplaga 6.000 ex