

Vinn ett exemplar av boken "Laga Svamp".

Martin Nordin har skrivit kokboken "Laga Svamp" som på många sätt är den perfekta råvaran då många letar efter ett alternativ till kött. Svamp har djupa och maffiga umamismaker med tydlig struktur och kan tillagas på oändligt många sätt.



Kokboken "Laga Svamp" är kokboken både för dig som älskar att gå ut i skogen och plocka svamp och för dig som undviker det av rädsla för att snubbla över något oätligt. Martin Nordin guidar dig till det stora utbudet av olika svampar som finns i butikerna idag, som champinjoner, ostronskivling, shiitake, enoki och portabello.

Här finns recept på allt från soppor och buljonger till svampspett, pizzor och svampmackor, gärna med spännande kryddningar eller inslag av något syrat, picklat eller rökt.

Tävla om kokboken Laga Svamp



Vi lottar ut tre exemplar av kokboken. Tävla genom att svara på frågan nedan och mejla oss svaret på info@folkofolk.se. Skriv "Laga Svamp" i ämnesraden och ange svar samt adress dit vi kan skicka boken.

Vilken är Sveriges mest odlade svamp?

- 1. Portabello
- X. Champinjon
- 2. Shiitake

De tre vinnarna kommer meddelas via mejl och presenteras här. Vi vill ha ditt svar senast **onsdag 18 augusti 2021**.

Recept ur Laga Svamp med våra vintips



Karljohansrisotto med cashewsmör.

Här får du ett gott och krämigt recept på svamprisotto gjord på karljohanssvamp och cashewsmör från kokboken "Laga Svamp" av Martin Nordin.

[Läs mer](#)



Krämig pasta med stekta champinjoner och brysselkål.

Ett krämigt och gott recept på svamppasta från kokboken "Laga Svamp" av Martin Nordin.

[Läs mer](#)



Martin Nordin om boken Laga svamp.

För några år sedan fick en förläggare på Bonnier upp ögonen för Martin Nordins Instagramkonto och nu har han nyligen släppt sin tredje vegetariska kokbok – Laga svamp.

[Läs mer](#)
