

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 kokbok – Laga svamp.



Copyright/fotograf: Oskar Falck

Martin Nordins intresse för mat har funnits med sedan barnsben då han hängde mycket med mamma, mormor och farmor i köket. Men han började inte själv laga mat på allvar förrän efter gymnasiet. Det mesta är självlärt, förutom en kort utbildning i lumpen där han hade en tjänst som kock.

– Jag var länge hemmatlagare med ett stort intresse som jag delar med mina polare. Vi ses ofta på helgerna och lagar mat tillsammans och det var egentligen så det hela började.

Han har en bakgrund som visuell kreatör i reklambranschen. I dag arbetar han fortfarande inom kommunikation, men också med att styla och bistå företag i deras varumärkesstrategi- och produktutvecklingsarbete samt med att skapa egna recept.

– Jag fotograferar mina böcker själv vilket har lett till att jag har fått i uppdrag att plåta mat även för andra. Alltifrån jobb för stora varumärken till mindre saker och reportage.



Flera böcker om vegetariskt

Det finns en genomgående tråd i de tre böcker som Martin har skapat hittills – alla är inriktade på vegetarisk mat.

– Jag är ursprungligen köttätare, men har mycket kompisar som är vegetarianer. Vi vände på tanket när vi träffades för att laga mat tillsammans – vi utgick från det vegetariska och sedan kunde de som ville lägga till kött eller något annat. För min del ledde detta till att jag började laga mer vegetariskt själv och minskade köttätandet på vardagarna.

Med stort engagemang började Martin att experimentera i köket och använda olika tekniker och sitt vanliga matlagningstänk för plantbaserade råvaror i stället för kött.

– Min utgångspunkt var att sänka köttkonsumtionen med tanke på hur industrin ser ut.

Han la ut bilder på sina rätter på Instagram och fick allt fler följare. En förläggare från Bonniers började följa kontot och för fem-sex år sedan blev han tillfrågad om att ge ut en bok med några av sina recept. Diskussionerna med Bonniers handlade om varför han som åt kött valde att laga så mycket vegetariskt.

Resultatet blev boken Gröna burgare som innehöll recept såsom aubergineburgare och hemgjord ketchup eller svart bönburgare med baba ganousch och rostade pinjenötter. Boken kom 2018 och redan ett år senare (april 2019) var det dags för nummer två – Eld rök grönt: vegetariska rätter för grillen.

Nyligen släppt sin tredje bok

Och nu i sommar (juli 2021) har han släppt sin tredje kokbok: Laga svamp.

– Det vegetariska har blivit lite av min profil, förklarar han.

Just svamp har alltid varit en av Martins stora favoriter, ända sedan han var liten.

– Mammans svampsoppa eller krustader med svamp var något av det bästa jag visste. När jag fyllde år eller om det var fest önskade jag alltid att vi skulle ha något med svamp.

I sin egen matlagning använder han svamp både som huvudråvara och som smaksättare.

– Man kan till exempel tillsätta svamp i vegetariska grytor för att få fram den mustiga umamismaken som man annars får av kött.

Smaken som lockar snarare än en fascination för skogen

Martin pratar snabbt och engagerat om hur otroligt gott det blir av att använda svamp på varierande sätt i massor av olika rätter. I boken finns recept med såväl kokt, stekt, ugnstrostad, grillad och friterad svamp som picklad och torkad samt tips på hur det går till att torka den i ugnen. Hans stora intresse kommer snarare utifrån smakupplevelsen än en lockelse till naturen och långa skogspromenader, även om han gärna tar med sig svampkorgen ut på en runda.

– Som de flesta andra som är intresserade av mat och råvaror romantiserar jag också om att gå ut i skogen och hitta en svampskatt. Men kärnan i boken handlar mer om hur man lagar mat med svamp än hur man hittar den. Det finns så många andra som har gjort bra böcker om vilka svampar som man kan plocka och var.

Många av de svampar som Martin använder är odlade och har kommit till Sverige på senare år, som exempelvis kejsarhatt och ostronskivling. Han poängterar dock att den går mycket bra att byta ut mot egenplockad skogssvamp, även i de asiatiska rätterna.

Många som inte gillar svamp har framför allt svårt för konsistensen. Har du några generella tips till dem?

– Det är alltid viktigt med texturer i matlagningen, inte bara i svamp utan i hela i rätterna. I det mesta som jag gör är min ingång dels balansen i smakerna, dels balansen i texturerna. Det kan till exempel vara schysst att steka svampen hårt så att den får en hård och lite krispig yta och ändå har kvar det mjuka i svampköttet. Och sedan servera med någon sås, till pommes eller något annat.

Han beskriver också hur man kan riva eller skiva ostronskivling och kejsarhatt tunt, steka och då få som tunna chips.

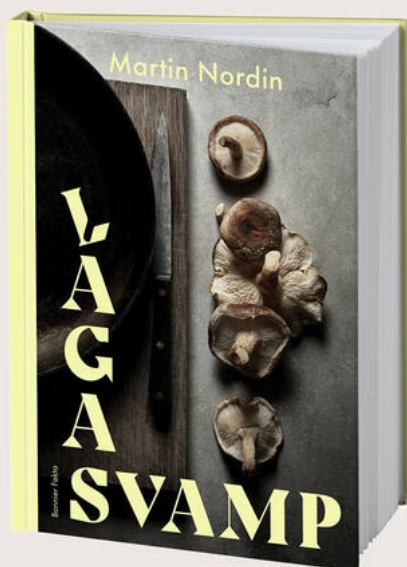
– Då har du en annan typ av textur – inte alls det där svampiga mjuka. Och smakerna blir lite nötiga.

I svampsoppa föreslår han olika varianter. Antingen att ha i bitar eller skivor, hacka svampen väldigt fint eller till och med köra den i mixer så att soppan blir riktigt krämig.

– Jag använder dessutom ofta svamp i buljonger som smaksättare, säger han.

En av storfavoriterna är att rosta svampen och fylla hattarna med buljong.

– Jag har med ett recept på det i boken med lök- och ölbuljong. Det blir väldigt gott, avslutar han med inlevelse.



Faktaruta

Namn: Martin Nordin

Ålder: 44 år

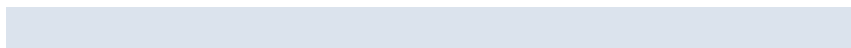
Bor: I Malmö

Jobbar med: Mat i olika former, som fotograf, kokboks författare, varumärkeskonsult, produktutveckling med mera.

Aktuell med: Kokboken Laga Svamp som ges ut av Bonnier Fakta

Tidigare böcker: Gröna burgare samt Eld rök grönt: vegetariska rätter för grillen.

Se också





Vinn ett exemplar av boken "Laga Svamp".

Vi lottar ut tre exemplar av kokboken "Laga Svamp" av Martin Nordin. Skicka in ditt svar senast 18 augusti 2021. Lycka till!

[Läs mer](#)



Vit pizza med kantareller, pumpa och schalottenlök.

Martin Nordin visar ett otroligt gott recept på vit pizza med svamp, syrad gul tomatsås och pumpa från sin kokbok "Laga Svamp".

[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](#)



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](#)
