

# Baka en Sfp-kaka!

Kom med i tävlingen för alla bakkunniga med rent mjöl i påsen!

På initiativ av Svenska folkpartiet i Österbotten utlyser Medborgarbladet tävlingen: **Baka en Sfp-kaka.**

Det gäller att baka en smaskig kaka som vi i fortsättningen kan kalla "Sfp-kakan". Sfp-kakan kommer sedan att bakas/produceras för att finnas vid olika Sfp-tställningar.

## Tävlingsregler:

- ★ Sfp-kakan kan i princip se ut hur som helst och kan antingen vara i form av tårta, torrkaka, bakelse eller småkakor.
- ★ Receptet på Sfp-kakan skall vara eget recept eller någon familjemedlems. Receptet kan ha gått i arv eller uppsnappats på en resa. Det viktiga är att källan (historien bakom receptet) anges om receptet inte är bagarens eget.
- ★ Receptet måste vara tydligt vad gäller måttangivelser och ingredienser.

★ Receptet med åtföljande foto eller teckning (gärna i färg) **SENAST 10 FEBRUARI 1995** till Medborgarbladet, Rådhusgatan 21 B, 65100 VASA.

Jury som bedömer både smak och utseende består av:  
Ole Norrback Svenska folkpartiets ordförande  
Marianne Ivars Marthadistriktets ordförande  
Bertel Lindvik Köksmästare  
Carola Sjödahl Yrkeslärare vid Vasa Yrkesinstitut  
Sture Erickson Kretsombudsman för Sfp i Österbotten

**SILJA LINE**  **SCHILDTS**  
FÖRLAGS · A · B



De tio bästa recepten väljs ut av juryn för att sedan provbakas av elever på hushållslinjen vid Vasa Yrkesinstitut. Därefter avsmakas de tio "Sfp-kakorna" av juryn för slutlig bedömning. Den smakligaste och mest lockande utkoras sedan till "Sfp-kakan" av en enhällig jury.

Den vinnande Sfp-kakan presenteras tillsammans med upphovsmakaren i MBL 3/95 som utkommer 10 mars.

## Fina priser

1:a pris: Vinnaren får förutom ett hedersdiplom, boken "Finlandssvenska Matboken" och sist men inte minst en Silja Line-kryssning för två personer till Stockholm från Åbo/Helsingfors (valfritt: Vasa—Umeå—Vasa) vari resan och hytt ingår.

2:a pris: Boken "Finlandssvenska Matboken" samt en Silja Line-kryssning för två personer till Stockholm från Åbo/Helsingfors (valfritt: Vasa—Umeå—Vasa) vari resa och hytt ingår.

3:e pris: Samma som 2:a priset.

4:e pris: Boken "Finlandssvenska Matboken".

5:e pris: Boken "Finlandssvenska Matboken".  
För ytterligare information: Medborgarbladets redaktör Elisabet Rantschukoff, NMT: 949 468 672.



# Sfp-kakan för stora valvakan!

■ Kerstin Lönnqvist-Vanhanen från Bennäs utgick med segern i tävlingen "Baka en Sfp-kaka". Hennes marängkaka med rivet äppel emellan, fick flest poäng i juryn som gav poäng för utseende, smak och ändamålsenlighet. Marängkakan kommer nu att för första gången kunna avsmakas av en bredare publik söndagen den 19 mars på Sfp:s valvaka på SAS Royal Hotel.



□ Kakjuryn som bestod av fr.v. köksmästare Bertel Lindvik, Marthadistriktets ordförande Marianne Ivars, partiordförande Ole Norrback, kretsombudsman Sture Erickson och yrkeslärare Carola Sjö Dahl, hade en välsmakande men svår uppgift att välja ut de tre bästa av de tio kakorna som syns på bilden.

**I pris**  
Insänt av Kerstin Lönnqvist-Vanhanen, Bennäs

## Marängkaka

|                   |             |
|-------------------|-------------|
| 1 dl socker       | } vispas    |
| 125 gr margarin   |             |
| 2 äggulor         | } nedröres  |
| 1 1/2 dl vetemjöl |             |
| 2 tsk bakpulver   | } tillsätts |
| 5 msk mjölk       |             |

Smeten breddas ut i långpanna och äggvitorna vispas och 1 dl socker + 1 tsk vaniljsocker tillsätts. Blandningen breddas över kakan + 100 gr mandelspån som strös över. Grädda i 175° i ca 20 minuter.

Kakan delas sedan på mitten och riven äppel (3 stora äpplen) breddas över den ena halvan. Andra halvan lyfts ovanpå med marängsidan uppåt. Marängkakan skall helst gräddas i en långpanna med lite högre kanter. Undvik att sätta den i rund form. Kakan håller att stå framme en god stund eftersom den inte innehåller grädde.

**II pris**  
Insänt av Stina Engelqvist i Närpes

## Gräddtårta — Svartbäck special

4 ägg  
2 1/5 dl strösocker  
2 tsk vaniljsocker  
2 dl vetemjöl  
1,5 dl potatismjöl  
4 tsk bakpulver

Ägg, socker och vaniljsocker vispas pösigt. Tillsätt de båda mjölsorterna blandat med bakpulver. Grädda i 175° graders ugn cirka 30 minuter tills kakan känns torr.

Tårtans ingredienser samt dekorerings:

400 gr jordgubbssylt  
saft till blötläggning  
6 dl grädde  
200 gr ofärgad marsipan  
100 gr röd marsipan  
En tub chokladsås

Dela kakan i tre bottenar, blötlägg med saft på varje botten innan man lägger ett rejält lager av sylften (cirka 1 cm) och lika mycket av vispad grädde. Gör likadant med alla bottenar. Bred lite grädde runt själva tårtan till sist.

Kavla ut den vita marsipanen tunt och ta ut ett mått av en rund cirkel som läggs ovanpå tårtan. Spritsa grädden runt kanterna och i kanten ovanpå tårtan.

Kavla ut den röda marsipanen och ta ut i form av nyckelpigor som man dekorerar tårtan med. Nyckelpigornas prickar och antenner gör man av chokladsåsen.

Tårtan räcker till 12 personer och görs i en form som mäter 24 cm i diameter.



□ Kerstin Lönnqvist-Vanhanen i Bennäs

□ Marängkakan med rivet äppel utgick som segrare i kaktävlingen.

— Jag borde byta bransch, var partiordförande Ole Norrbacks första spontana kommentar när han tillsammans med den övriga kakjuryn lät sig väl smaka av de tio kakor som gått till finalen.

Tävlingen lockade totalt 38 bak-kunniga att skicka in sina kakrecept.

Många av recepten hade en känd stomme vad gäller själva kabbotten men sedan hade fantasin tagit vid. Recepten omspände allt från smaskiga gräddtårter, fruktiga torrkakor, rulltårter övertäckta med marsipan, läckra småbröd till syrliga gräddfilskakor.

Kakjuryn bedömde kakorna utifrån utseende, smak och ändamålsenlighet där man tog i beaktande att Sfp-kakan skall kunna bakas av både bagerier och enskilda partiaktivister till partidagar, årsmöten, valtillställningar och andra Sfp-evenemang. Kakan skall se lockande ut och förknippas i färg eller tillbehör till

Sfp. Den skall vara enkel att baka både i stora mängder typ långpanna men även i mindre formar.

Kerstin Lönnqvist-Vanhanen berättar att receptet kommer från hennes mor som ofta bakade den dryga marängkakan. Modern hade hittat receptet i tidningen Land för många år sedan.

På senare år och när Kerstin själv fick familj, tog hon upp traditionen och bjuder på kakan till födelsedagar och när barnen vill ha fest. Kerstin har tre barn — en pojke på 11 år och två flickor på respektive 5 år.

— För en mamma som har bråttom och inte alls kommer ihåg att köpa hem grädde, är kakan perfekt, menar Kerstin som arbetar som servitris. Att kakan är så populär bland familjen och andra, beror till stor del på att den annars så söta marängkakan får en syrlig prägel tack vare de rivna äpplena. Kerstin som är 34

år deltog för första gången i en kaktävling med det vinnande receptet.

Stina Engelqvist som bor på Svartbäckvägen i Närpes, bakar gräddtårten på beställning med hemtransport i Närpesområdet.

Cirka 30—40 "Svartbäck Special"-tårter per år gör Stina, 34 år.

Särskilt till större helger kommer det många beställningar till Stina som till vardags arbetar som lokalvårdare för Närpes stad.

Det är första gången som Stina Engelqvist deltagit i en kaktävling. Receptet kommer ursprungligen från hennes mor

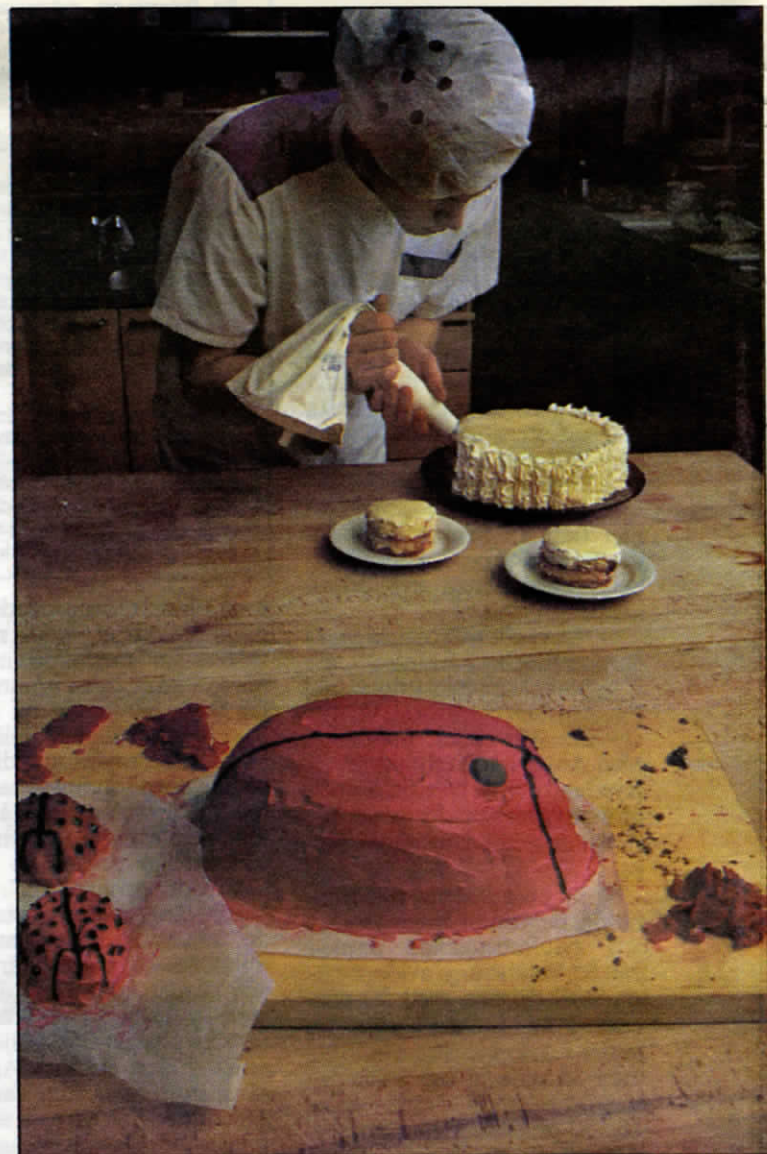
**III pris**  
Insänt av Margareta Häggman i Kyrkslätt

## Toscakaka med lingon

2 ägg  
1 1/2 dl socker  
50 gr smör/margarin  
2 dl halvgrovt vetemjöl  
1 tsk bakpulver  
2 msk rågade lingon (lingonsylt)

**Glasyr:**  
100 gr smör  
1 dl socker  
2 msk vetemjöl  
150 gr mandelspån  
1 dl Valios kinuskisås  
2 msk grädde

Vispa ägg och socker pösigt, tillsätt vetemjölet blandat med bakpulvret, sedan det smälta, av-svalnade smöret. Rör sedan försiktigt med några tag i lingonen eller lingonsylten. Grädda i 200 grader tills kakan är färdig och ljusbrun. Häll sedan över den kokta glasyren och grädda åter tills glasyren pöst och satt sig tjockare och ljusbrun cirka 15 minuter. Låt den därefter svalna lite och skär med en tunn kniv längs kanterna. Denna är gräddad i en järnstekpanna, 26 cm i diameter med 5 cm höjd. Bra med bakplåtspapper i botten. Glasyren kokas och ingredienserna läggs i den ordningsföljd som är uppräknade. Vill man göra kakan i långpanna, tar man dubbelt av alla ingredienser. Använd även då bakplåtspapper under kakan. Lingonen i kakan symboliserar Sfp:s nyckelpigor.



□ Av de 38 fina kakrecept som deltog i tävlingen, provbakades tio kakrecept av kockeleverna i årskurs 2—3 kosthållslinjen vid Vasa Yrkesinstitut under yrkeslärare Ingrid Westers sakkunniga ledning.



□ *Gräddtårten med jordgubbssylt emellan påminner i smaken om en god prinsess-tårta.*



□ *Stina Engelqvist*

men har förbättrats av Stina vars två pojkar, 5 och 13 år, låter sig lockas till flera tårtbitar när kaffebordet står dukat.

**Margareta Häggman**, 66 år, deltar även hon för första gången i en kaktävling. Receptet är hennes eget och hon kom på idén med lingonen när hon funderade på hur hon skulle få den annars så söta toscakakan lite syrligare.

Margareta är pensionerad sjuk-sköterska. Tidigare arbetade hon på Nickby sjukhus, specialiserad inom psykiatri. Till Röda Korsets basarer brukar Margareta, själv aktiv inom Finlands Röda Kors, baka den lingonsmakande toscakakan.

□ *Toscakakan med hela lingon ger en härlig syrlighet till en annars ganska söt kaka.*



□ *Margareta Häggman*



## Här är alla pris-tagarna och vinsterna

1:a pris "Marängkaka"  
Insänt av Kerstin Lönnqvist-Vanhanen i Bennäs

Priser: Hedersdiplom, Silja Line-kryssning för två personer till Stockholm samt "Finlandssvenska Matboken"

2:a pris "Gräddkaka"  
Insänt av Stina Engelqvist i Närpes

Priser: Silja Line-kryssning för två personer till Stockholm samt "Finlandssvenska Matboken"

3:e pris "Toscakaka med lingon"  
Insänt av Margareta Häggman i Kyrkslätt

Priser: Silja Line-kryssning för två personer till Stockholm samt "Finlandssvenska Matboken"

4:e pris "Sfp-stubbe"  
Insänt av Leena Brunell i Karleby  
Pris: "Finlandssvenska Matboken"

5:e pris "Kaka med kanel"  
Insänt av Berit Nyman i Böle  
Pris: "Finlandssvenska Matboken"

På 6:e plats kom "Plommon-russin kaka"

Insänt av Annika Snellman i Jakobstad

På delad 7:e plats kom "Pias gräddfils-kaka"  
Insänt av Anna-Lena Holmberg i Hangö

På delad 7:e plats kom "Citrus-hallon tårta"

Insänt av B. W. i Vasa  
(redaktionen ber B. W. kontakta oss, eftersom adressuppgifterna inte fanns med i tävlingskuvertet)

På 9:e plats kom "Drömtårta"  
Insänt av Siv Heinonen i Kyrkslätt

På 10:e plats kom "Banankaka"  
Insänt av Margit Torström i Tjock

I årets följande nummer av Medborgarbladet, kommer vi att publicera recepten på de kakor som landade på hedervärda 4:e-10:e plats.

E. R.

Foto: Bosse Mäkinen

**SILJA LINE**



**SCHILDTS**  
F Ö R L A G S · A B

# Flera kakrecept

■ Varsågod! Här är recepten på de kakrecept som kom på hedrande 4:e och 5:e plats i Medborgarbladets tävling "Baka en SFP-kaka".

IV plats  
Insänt av Leena Brunell i Kaarleby

## SFP-stubbe

Ingredienser:  
4 ägg  
2 dl socker  
2 dl vetemjöl  
2 tsk bakpulver  
1/2 dl hett vatten  
Fyllning:  
3 dl vispgrädde  
2 tsk socker  
1 tsk vaniljsocker  
2 dl hallonsylt  
Dekoration:

250 g gul marsipan  
vimplar eller marsipannyckelpigor  
av röd marsipan (cirka 50 g)  
smält choklad

Värm ugnen till 225 grader och lägg bakpapper i ugnsplåten. Blanda alla ingredienser till tårtanslaget **utom vattnet** i matberedarens skål, med kniven monterad. Kör smeten jämn cirka 30 sekunder.

Häll det heta vattnet genom matarröret i tunn stråle medan maskinen går. Kör ytterligare i 30 sekunder. Häll smeten i lång-



□ **Läcker och mycket lätt att baka, om man tar hjälp av matberedaren, är "SFP-stubben" med hallonsylt som fyllning.**

pannan. Jämna till lite. Grädda på andra falsen nerifrån cirka 8–10 minuter. Stjälp upp kakan på torr bakhandduk. Låt kakan svalna lite under plåten. Ta bort pappret innan.

Vispa under tiden grädden. Bred ut sylten på kakan och 3/4 av grädden därpå. Rulla ihop kakan (ta handduken till hjälp). Bred ut resterande grädde tunt över kakan.

Kavla marsipanen mellan plastfolie så den täcker kakan

(om marsipanen är torr, hacka ned i matberedare och tillsätt några teskedar eller vatten, forma till boll och kavla). Placera marsipanen på kakan och tryck lätt till vid sidorna. Dekorera med små pappersvimplar i rött och gult som symboler för svenskheten eller kavla röd marsipan till små bollar. Dekorera som nyckelpigor med hjälp av smält choklad som prickar.

V plats

Insänt av Berit Nyman i Böle



Foto: Bosse Mäkinen

□ **Knäckig, kryddig och gammaldags är denna goda kanelkaka.**

## Kaka med kanel

Ingredienser:  
2 1/2 dl gräddfil  
1 tsk bikarbonat  
175 g smör eller margarin  
2 1/2 dl socker  
2 ägg  
4 1/2 dl vetemjöl  
2 tsk vaniljsocker  
1 tsk bakpulver  
1/2 tsk salt  
Fyllning:  
1 dl socker  
2 msk kanel

Blanda gräddfil och bikarbonat i en skål. Rör smör och socker vitt och pösigt. Tillsätt ett ägg i taget under omrörning. Blanda vetemjöl, vaniljsocker, bakpulver och salt. Rör ner blandningen i äggsmeten omväxlande med gräddfilen. Varva smet och fyllning i en smord och brödbeströdd form. Avsluta med att strö socker och kanel över ytan. Gräddas i 200 grader i en timme.

E. R.

# Mera kakrecept



□ En god, kryddig och magnyttig kaka med russin och plommon i, är "SFP-kakan" som placerade sig på 6:e plats.



□ Citron och hallon är en frisk smakkombination i denna tårta som har kokt potatis i botten.



Foto: Bosse Mäkinen

□ Enkel att laga men utsökt i smaken är denna gräddfilskaka, där fyllningen kan varieras med blåbär och rabarber.

Här finns recepten på de kakor som placerade sig på 6:e och delad 7:e plats i Medborgarbladets tävling "Baka en SFP-kaka". Baka och låt dig väl smaka!

**VI plats**  
Insänt av Annika Snellman i Jakobstad

## Sfp-kakan

Ingredienser:  
3 dl vatten  
1 1/2 dl finsocker  
1 dl russin  
200 g margarin  
3 dl vetemjöl  
1 tsk kanel  
1 tsk ingefära  
1 1/2 dl havregryn  
2 tsk bakpulver

1/2 dl farinsocker  
3 ägg  
1 1/2 dl plommon (kärnfria, syltade)

Koka russin, finsocker och vatten i en kastrull cirka 10 minuter. Tillsätt margarinet i den heta blandningen och låt det smälta. Blanda kryddor, mjöl och havregryn med bakpulvret och rör ner det i blandningen. Rör försiktigt ner äggen, ett i taget och sist röres de skurna plommonbitarna i. Häll smeten i en smord, bröad (gärna med havregryn), rund flatbottnad form som rymmer cirka 2 liter. Grädda i 175 grader i ungefär en timme.

**Delad VII plats**  
Insänt av Birgit Westblom i Helsingby

## Citrus-hallon tårta

Ingredienser till bottnarna:  
200 g smör eller margarin (rums-

varmt, mjukt)  
200 g kokt potatis (skalad, mosad)  
200 g vetemjöl

## Fyllning:

2 dl gräddfil eller kvark  
saft från en pressad citron  
150 g florsocker  
2-3 dl hallon (mosa lätt)

## Garnering:

2 dl vispad grädde  
Hela hallon

Blanda ihop ingredienserna till en jämn deg. Dela den i 3-4 lika stora delar och kavla ut varje del till tunna bottnar, runda eller avlånga. Grädda bottnarna på bakplåtar i 10 minuter i 225 grader. Bottnarna skall bli gyllenbruna. Låt bottnarna kallna helt och gör fyllningen under tiden.

Blanda ihop gräddfil, citronsaft, florsocker och hallon till en

kräm. Bred ut krämen på de kalla bottnarna och rada dem ovanpå varandra. Sätt ingen kräm på den översta botten. Till garneringen behövs 2 dl vispad grädde och hela hallon så mycket man vill ha.

**Delad VII-plats**  
Insänt av Anna-Lena Holmberg i Hangö

## Pias gräddfilskaka

Ingredienser till botten:

150 g margarin  
1 1/2 dl socker  
1 ägg  
3 dl vetemjöl  
1 tsk bakpulver

## Fyllning:

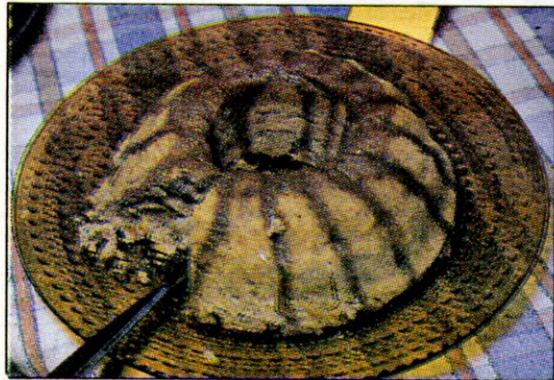
2 dl gräddfil  
1 ägg  
1 dl socker  
2 tsk vaniljsocker

Margarinet och sockret röres

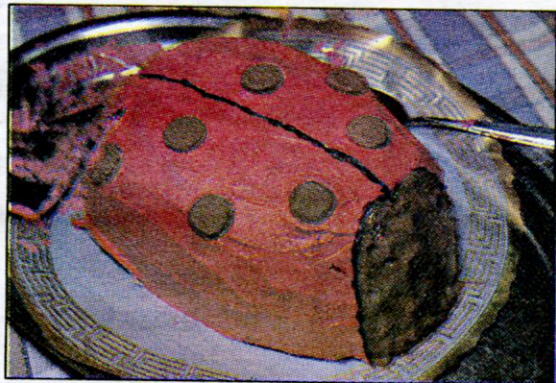
pösigt. Tillsätt ägget och blanda smeten väl. Tillsätt slutligen vetemjöl och bakpulver. Platta ut degen i en form varefter fyllningen röres ihop och hålls över. Kakan grädda i 175 grader i 30-45 minuter. Fyllningen kan varieras. Det går bra att fylla kakan med rabarber (lite socker till) eller blåbär (lite bakpulver och socker till).

## Grädden fattas

Grädden hade hamnat på avvägar i receptet på "SFP-stubben" som publicerades i senaste numret av MBL. Så här skall texten lyda: (om marsipanen är torr hacka ned i matberedare och tillsätt några teskedar grädde eller vatten, forma till boll och kavla).



□ Hasselnötterna i denna banankaka ger en extra smaknjutning.



□ Som en stor nyckelpiga ser denna vidunderligt goda drömtårta ut.

## Sista kakorna går . . .

■ Så har vi då kommit till de sista finalisterna i Medborgarbladets tävling "Baka en SFP-kaka". Båda dessa kakor har banan som ingrediens — mums. Baka och låt dig väl smaka!

### IX plats

Insänt av Siv Seinonen i Kyrkslätt

#### Drömtårtan

Ingredienser:

- 5 ägg
- 2,5 dl socker
- 1,5 dl potatismjöl
- 1 msk bakpulver
- 4 msk kakao
- 2 dl Hyla-vispgrädde
- 2—3 mosade bananer
- 2-3 dl äppelsylt

Garnering:

- 1/2 kg marsipan eller mandelmassa + röd karamellfärg
- 100 g mörk choklad

eller:  
2 dl vispgrädde + röd karamellfärg

bruna pastiller

Tillverkning:

#### Kakan:

Vispa ägg och socker pösigt. Blanda mjölet, bakpulvret och kakaon och blanda försiktigt ner i smeten. Bred ut smeten i en långpanna ca 40 x 50 cm och grädda i 200—225 °C 5—10 minuter (det beror på ugnen). Prova med en sticka att kakan är färdig. Bred ut ett smörpapper på bordet och sockra det. Stjälp upp den gräddade kakan på pappret och låt den svalna.

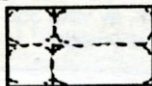
#### Fyllning:

Vispa grädden. Mosa bananer så att du får ca 2 dl. Blanda grädde, bananer och äppelsylt.

Skär kakan enligt bilden i 4 delar,

runda hörnen

→ 2 st A  
och 2 st B



Tag 1 st botten modell A och sätt på fyllning. Sätt på den andra A-delen. Sätt på fyllning och sätt på del B + fyllning + den sista delen.

Jämna kakan med resten av fyllningen så att den blir rund.

#### Dekorering:

a) Färga marsipanen röd. Kavla ut den på ett smörpapper (med hjälp av lite potatismjöl så fastnar marsipanen inte i kavlarna) till en ca 30 x 40 cm stor platta. Stjälp plattan över kakan och skär bort överflödiga marsipan. Smält chokladen i vattenbad och dekorera till en nyckelpiga.

b) Vispa grädden + karamellfärgen. Täck kakan och dekora med pastillerna.

Kakan smakar allra bäst om den får stå och dra 10—24 timmar innan den serveras.

### X plats

Insänt av Margit Torlström i Tjööck

#### Banankaka

Ingredienser:

- 100 g smält smör
- 3 ägg
- 250 g socker
- 400 g mjöl