



**09**  
jun 2023

# Matresan - kokbok till mobilt kök

Skribent: **Vin & Matguiden**

Matresan - kokbok för matlagning i mobilt kök - passar alla som älskar att resa och laga mat. 90 recept, tips och trix för matlagning med få resurser och liten plats.

Matresan är en kokbok med över 90 recept och bra tips för matlagning i mobilt kök när vi är på resande fot. Boken är skapad av matkreatören och matstylisten Sanna Ohlander tillsammans med hennes man, fotografen Torbjörn Lagerwall.

I Matresan guidar Sannas recept dig i matlagning av goda måltider på ett bekvämt sätt, trots ett begränsat kök.

Alla bilder nedan är pressbilder och copyright Ohlala Produktion.



Matresan - som är en kokbok för mobilt kök passar perfekt för alla som älskar att resa med husbil, husvagn eller har andra mobila kök och för de som älskar att upptäcka nya smaker och rätter under sin resa.

Kokbokens recept bjuder på allt från härliga frukostar till läckra middagar och desserter - såklart utformade för att passa i det mobila köket.

Att laga god mat är en utmaning när köket är begränsat. Ofta måste man också spara på både vatten, gasol och plats i kylskåpet. Men det betyder inte att man måste avstå från att njuta av god och variationsrik mat. Idén kring boken kom utifrån Sanna och Torbjörns erfarenheter av att under många år resa både kort och långt med sin husbil.



Hur började det?

? Första gången jag skulle försöka laga mat i ett litet kök var långt innan vi skaffade vår första husbil. Då spenderade vi en sommar i en gammal Chrysler och hade med oss ett litet bärbart gasolkök och en dunk med vatten. Sen köpte vi vår första husbil och insåg att här vill vi vara! Köket var litet med en tvålågig gasolspis och ingen ugn. Där började vår resa till att kunna laga bra och god mat på ett sätt som är hållbart i



husbilen. Och då pratar jag hållbart utifrån att spara på vatten, disk och gasol, samtidigt som förvarings- och kylmöjligheterna är små. Det var en utmaning som jag kastade mig in i och sedan bara har fortsatt att utveckla genom åren, berättar Sanna Ohlander.



Förutom alla kokbokens recept får du också en mängd tips och trix, baserade på Sannas och Torbjörns gedigna erfarenhet. Hur maximerar du utrymmet i det lilla köket? Hur maxar du matlagningen med dina begränsade resurser?



Författarna till kokboken:

Sanna Ohlander, matkreatör & matstylist. Sanna har skrivit alla texter och recept i boken. Planerar det mesta av maten inför alla resor och lagar mycket av den på vägen. Älskar matiga sallader och whiskey.

Torbjörn Lagerwall, fotograf. Torbjörn har tagit alla bilder från deras resor och på all mat. Älskar sötsaker och whiskey.

Hösten 2017 skrev de sin första bok? Husbilsboken, en bok för dig som är nybörjare

på husbil.

Länk till recepten på korvtoppingarna på bilden nedan!

