



Kungens beräkningstips för Din festbuffé

More is more! I alla fall när det gäller att beräkna hur mycket mat som går åt på festen. Här är några tumregler att utgå från när Du ska planera mängderna till Din bjudning.

Finns det någon värre partydödare än när mat och dryck tar slut på festen? Snopet för gästerna, för att inte tala om att Du riskerar att framstå som en snål värd. Var därför rejält generös när Du beräknar mängden mat och dryck. Ta även med i beräkningen vad är det för slags gäster som kommer samt tillfälle och tidpunkt för bjudningen. Unga tonåringar äter ofta betydligt mer än äldre och små barn.

Så mycket mat går det åt på buffén!

Måtten gäller per bufféportion. En lagom mängd av kött, fisk och fågel är 200g i rå vikt utan ben. Räkna med ungefär den dubbla mängden på benprodukter.

Kött

Kött utan ben (t ex biff, oxfilé, fläskfilé): 50g

Kött med ben (t ex revben, lammracks): 100-150g

Benfritt kött i gryta: 75-100g

Fisk och skaldjur

Fiskfilé: 50-75g

Lax, kallrökt eller gravad: 50g

Lax, varmrökt eller inkokt: 75g

Räkor med skal: 100g

Räkor utan skal: 50g

Fågel

Fågel (filé): 50g

Fågel med ben: 125g

Ost och chark

Hårdost: 25g

Dessertost: 20g

Chark/kallskuret: 50g

Paté: 50g

Pasta och potatis

Om Du bara serverar en pastasallad så behöver Du 75g okokt pasta/pp eller 150g potatis/pp).

Pasta (kokt): 75g

Pastasallad (kokt pasta plus övriga ingredienser): 100g

Kokt potatis: 125g

Potatissallad: 125g

Potatisgratäng: 125g

Paj och grönsallad

Paj: 150g Grönsallad: 30g

Bröd

Mjukt bröd: 25g Hårt bröd: 15g

Sås

Varm eller kall sås/röra: ½ dl/portion.

Dessertsås (t ex saftsås, vaniljsås): 1 dl/portion

Dressing/vinägrett: 2-3 msk/portion

Vispadgrädde: ½ dl/portion

forts...



5 bra tips för buffén

1) Plockmat

Sex till åtta plock per person är lagom när det handlar om fingermat och mingelfest.

2) Hur många rätter?

Sex till åtta rätter räcker på en buffé. Den bör innehålla ett par matiga rätter, några tillbehör, någon dipp, sallad, bröd och alltid minst ett vegetariskt alternativ.

3) Fyll ut med ost och bröd

Bulla upp ordentligt med mat som inte kräver någon tillagning; charkuterier, ostar, frukt, grönsaker och bröd. Då finns det alltid något att erbjuda även senkommande eller kanske till och med oväntade gäster.

Tips: Börja först med brödet, sedan salladen, efter det pasta/potatis och sist proteinerna och eventuell sås. På så sätt börjar Du med det som är billigt. Bra va!

4) Duka smart

Vid bufféserving, duka så att det Du har minst av kommer sist på bordet. Presentera gärna mat och dryck med lappar eller skyltar, så kallade bordsryttare.

5) Allergianpassad buffé

Tänk på att flagga för om Du serverar något med nötter, eller andra ingredienser som en eller flera av gästerna kan vara allergiska eller intoleranta mot, t ex mjölkprotein, laktos, gluten och ägg. Bäst är att fråga vid inbjudan, så det inte kommer som en överraskning.

Beräkna dryck till festen

Exakta mängder på hur mycket dryck som går åt beror helt på vad det är för slags fest, vilka gästerna är, tid på året och om festen är inom- eller utomhus.

Ett ungefärligt mått är en halv flaska vin per person eller två flaskor öl à 33 centiliter.

En bag-in-box rymmer i regel tre liter, vilket brukar vara lagom till åtta personer.

Alkoholfritt alternativ

Glöm inte bort alkoholfria alternativ och tänk lite längre än saft och läsk. I dag finns det ett brett utbud av rusfria drycker som passar utmärkt till mat. Olika slags must, cider, nektar, juice och lemonad, men även alkoholfri öl och alkoholfritt vin samt även lågalkoholhaltiga drycker som smakar bra.

För övrigt är vartannat glas vatten ingen dum princip, så se till att det finns gott om vatten.

Hur många glas per flaska?

På en flaska champagne eller mousserande vin som välkomstskål går det cirka sju glas. På en flaska starkvin, t ex till avec, går det minst 12 småglas. En flaska sprit à 75 centiliter räcker till cirka 20 drinkar. Ett paket (500g) bryggkaffe ger 45-50 koppar.

Olika åtgång

Ju längre festen pågår desto mer dryck lär gå åt, likaså om gästerna själva förser sig med dryck jämfört om de blir serverade.

Anpassa efter säsong

Räkna med att gästerna föredrar vitt vin och öl under vår och sommar. På vintern mestadels rött vin.

Dryck som blir över

Öppnad dryck från Systembolaget som inte går åt kan Du lämna tillbaka, så spara kvittot.

Lycka till med festen!