

SENSOMMAR-

ZOOM

"Män beundrar gärna duktiga kvinnor — bara de själva inte är i samma bransch."

SICKAN CARLSSON



Stora och små piroger för picknicken

Vad passar bättre en solig september-söndag än att göra en utflykt i naturen?

Packa en matsäck med smått och gott. Till exempel med de här pirogerna som kan göras som 2 stora eller 10 stycken portionspiroger.

8-9 dl matbrödsmjöl av vete
1 tsk salt
1 pkt jäst
50 g smör
3 dl mjölk
1 ägg
Till pensling: 1 ägg

Sätt ugnen på 200

grader. Häll mjöl och salt i en skål och smula ner jästen. Smält smöret, häll i mjölken och värm till 37 grader. Häll i mjölkblandningen och arbeta samman degen. Täck över och låt jäsa ca 30 min.

Tag upp degen på bakbordet och dela i fyra delar. Kavla ut varje del till en rund kaka, 25-30 cm i dia-

meter. Lägg två av delarna på plåt med bakpapper. Lägg på fyllningen och täck med de andra rundlarna. Tryck till med gaffel i kanterna.

Låt pirogerna jäsa övertäckta ca 20 min. Grädda ca 20 min i 200 grader.

Den här köttfärsfyllningen passar bra i pirogerna:

2 gula lökar, hackade
300 g blandfärs
1 burk krossade tomater
2 hg champinjoner, skivade
2-3 vitlöksklyftor
2-3 msk tomatpuré
chilipeppar
salt, peppar
oregano

Fräs löken i litet olja, tillsatt köttfärsen och hacka i färsen under stekningen. Blanda i krossade tomater, vitlök, skivade champinjoner och smaksätt med kryddorna. Smaka av. Låt köttfärsröran koka in så att den inte är alltför lös när den ska fyllas i pirogerna.



Olivolja — den bästa hudkrämen.

Matolja i stället för dyr kräm

Glöm bort alla dyra hudcremer med obegripliga innehållsförteckningar! Det naturliga är ändå ofta både billigast och bäst.

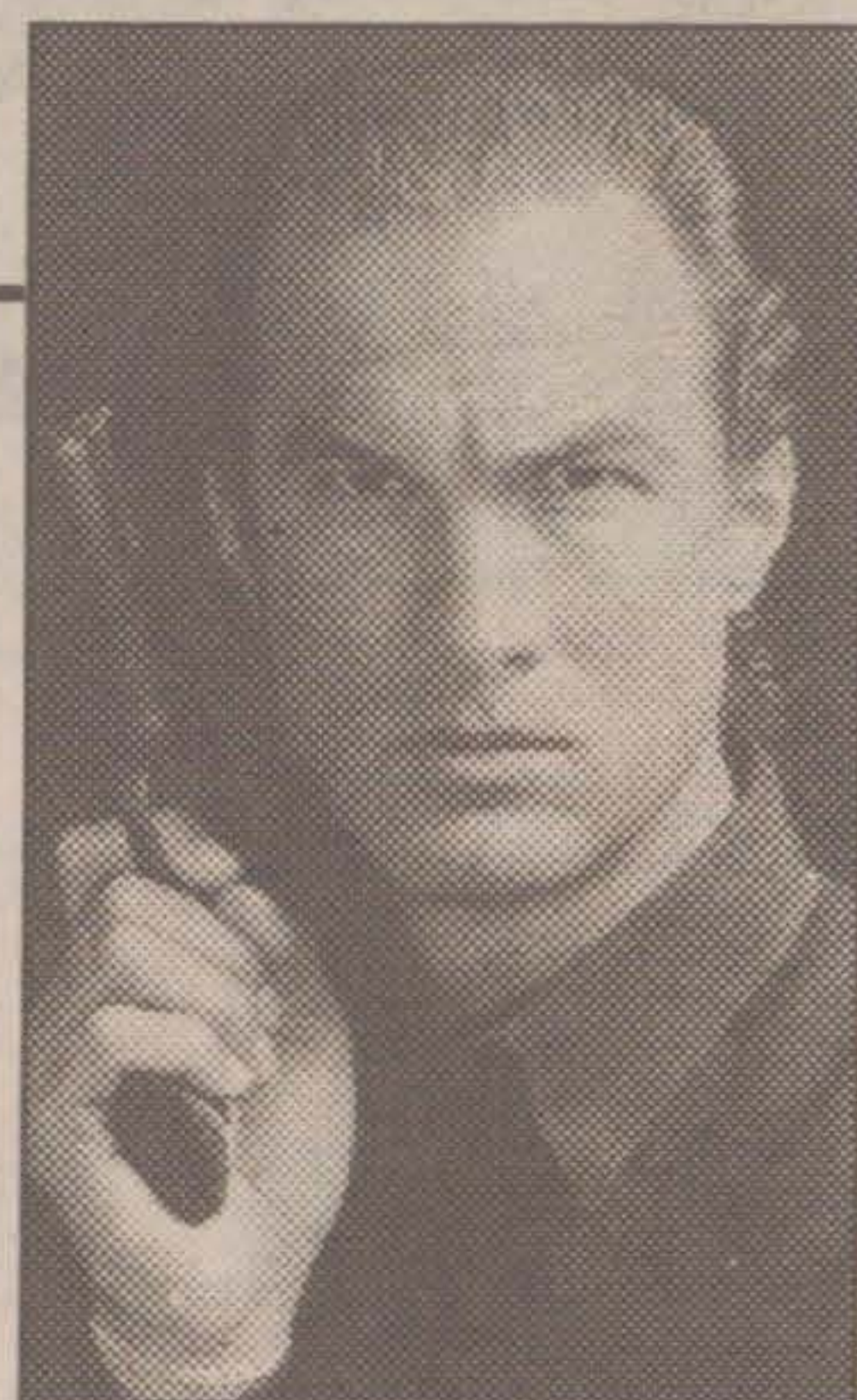
Vanlig olivolja går alldeles utmärkt att använda till torra ben och nariga fötter. Gör snabbt huden smidig igen, dessutom är en flaska olivolja väldigt dryg och räcker länge.

Farligast i Hollywood

Steven Seagal är måhända inte Hollywoods bästa skådespelare — men han är definitivt den farligaste.

Say-Gahl (för er som har problem med uttalet) är expert på skytte, duktig fäkta-re och mästare i orientaliska kampsporter som karate, judo, kendo, kung-fu och aikido.

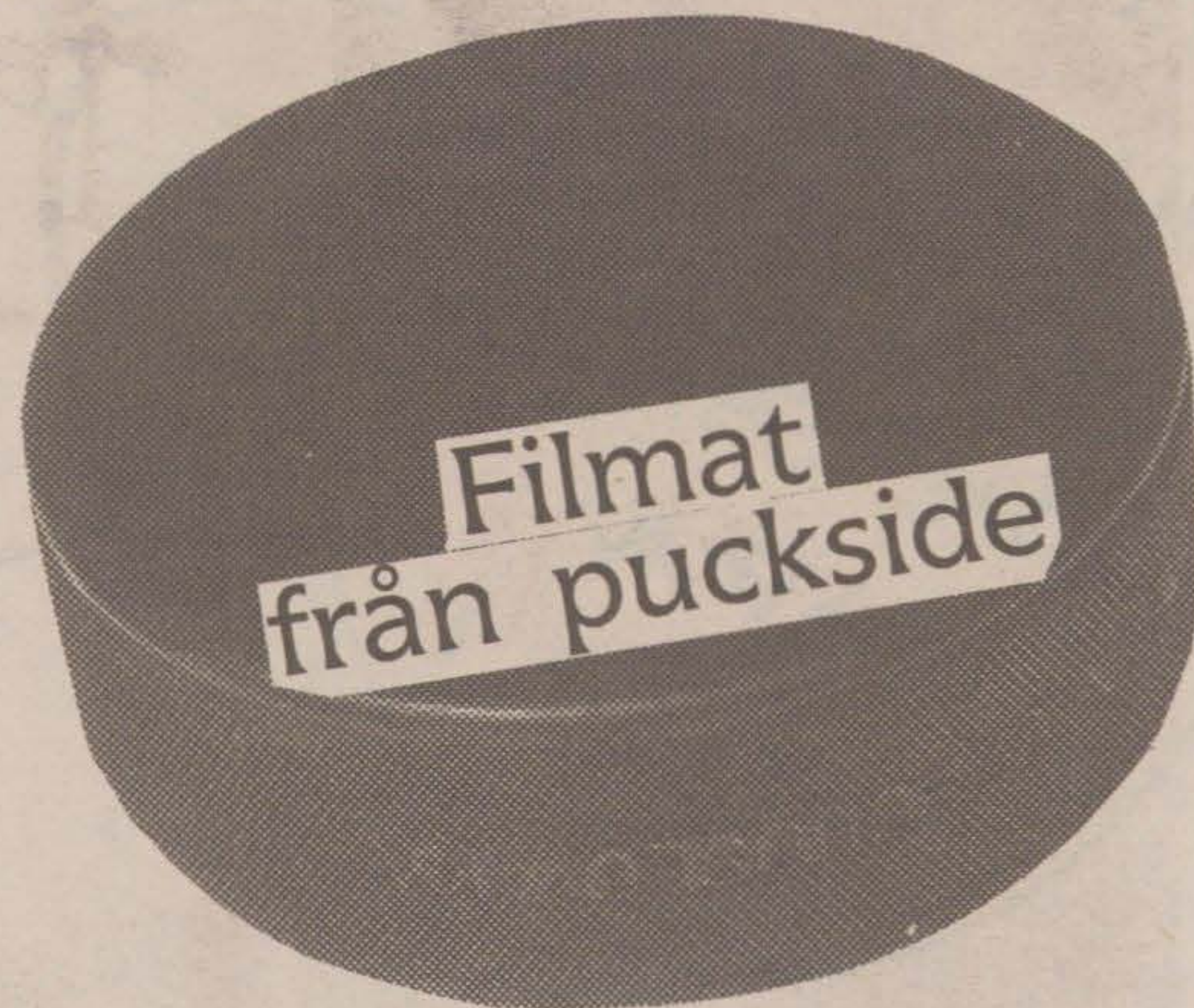
Han har dessutom arbetat som säkerhetsvakt för bl a shahen av Iran. Desmond Tutu är en av de många som



Kampsportexpert

kan tacka Seagal att han fortfarande är vid liv.

Seagals senaste film heter för övrigt *Hard to kill*. Knapptast någon överdrift...



I USA vet TV-tekniken inga gränser. Efter ett lyckat experiment med att direktsända en stock car-tävling inifrån förarhytten provar man sig nu fram inom andra sportgrenar.

Försöket att montera en kamera på caddyn under en golftävling fungerade dock inte lika bra. Kameran som var fastsatt på huvudet gav TV-tittarna bilder på allt annat än var själva golfbol-len tog vägen.

Ännu mer avancerat var ett TV-team som lyckades fästa en minikamera på en ishockeypuck. Men det enda de lyckades bevisa var att en puck definitivt inte är det rätta stället att sitta på om man vill följa slutspelet i ett VM...

"Att uppleva den eviga kärleken tar inte lång tid."

HENRIK TIKKANEN

IDAG SÖNDAG

CHEF: Stig-Eric Einarsson

ADRESS: IDAG SÖNDAG, 205 26 Malmö.

TEL: 040-28 16 00

FAX: 040-93 92 24

REDAKTIONEN I MALMÖ: Bimbi Aminoff, Stellan Bergsten, Björn Björnskar, Bertil Falk, Torsten Pamp, Eva Sandberg, Mats Ternblad, Evastina Törnqvist.

REDAKTIONEN I GÖTEBORG: Håkan Boström, Petra Jisland, Kicki Lindbergh, Karl-Henrik Sax, Jan Sprangers, Torbjörn Westlin.

ADRESS I GÖTEBORG: IDAG SÖNDAG, BOX 417, 401 26 GÖTEBORG. TEL: 031-63 90 00.

För insänt men ej beställt material ansvaras ej.

CHEFREDAKTÖR OCH ANSVARIG UTGIVARE:
Bengt Hansson

Tryckt på Göteborgs-Posten TEKNIK 1990

SOMMAR BUBBLAN

Veckans bubbelvinare — och den sista för i sommar — är Jan Olausson i Göteborg som får ett IDAG-bad-lakan för sitt förslag. Fyra andra sommarbubblor belönas med vussin T-shirt. De går till Lennart H Forsell i Fjärås, Lars Düberg i Svedala, Helen Andersson i Göteborg och Johnny Svensson i Ystad.

OH DU INTE UPPFÖR DIG, SÅ KOMMER MARGARET THATCHER OCH TAR DIG!

