

Husmanskost på veganskt sätt

Gustav Johansson blev vegetarian 2008 och han upptäckte ganska snabbt att han inte behövde äta kött för att må bra eller bli tillfredsställd. Han började allt mindre se kött som synonymt med mat, utan istället för vad det faktiskt är – kroppsdelar från djur. Det som blev svårare för honom var tanken på att aldrig någonsin få äta de maträtter som han var van vid från sin uppväxt.

Det var då han började experimentera i köket med olika sätt att återskapa pappans husmanskost och goda hamburgare. Idag livnär han sig på att hålla utbildningar i växtbaserad matlagning, han har flera stora restaurangsamarbeten, driver en stor matblogg och har sitt eget tv-program. Det är uppenbart att det är fler än Gustav som vill fortsätta äta maten man älskar, fast på ett hållbarare och djurvänligare sätt!

Själv har jag varit vegetarian sedan 1980 och har under lång tid saknat vissa rätter från min ungdom. I denna bok (och i hans första bok) får jag min saknad tillfredsställd på många sätt. För vad sägs om att få möjligheten att själv tillaga och få äta vegansk Pasta Bolognese, Fish'n'chips, Mac'n'cheese med fejkon, Biff Wellington, Skagentoast eller Ungersk Gulasch med klimp.

Redan för ett år sedan kom Gustav Johansson med sin första bok *Vegansk husmanskost* och redan där så visade han sina kulinariska konster på ett utmärkt sätt. I denna nya bok har han även skruvat upp miljötanket genom att räkna ut klimatavtrycket för varje maträtt och han avslutar sitt förord med följande meningar: *"Min förhoppning är att den här boken ska kunna hjälpa oss att äta lite klimatsmartare och djurvänligare i väntan på att politiken ska hinna i kapp. Och jag hoppas du kommer tycka att det är jävligt gott!"*

Om du vill testa Gustavs recept innan du köper boken kan du gå in på hans blogg som heter just [Jävligt Gott.](#)

Peter Roth

Klassiska rätter på veganskt vis

Hållbara recept på maten du inte kan vara utan

Gustav Johansson

Bonnier fakta

Vegansk husmanskost

Vardagsrätter - Klassiker - Högtidsmat

GUSTAV JOHANSSON



Bonnier Fakta