

Enkel pai (Quiche) med cheddarost og bacon



Det er onsdag og ukens høydepunkt for babyen min og meg. Onsdag er det nemlig barselgruppe! Og i dag var det min tur til å invitere fire flotte mødre og deres fine babyer på lunsj. Menyen var enkel, en lun pai og smakfull pai med grønn salat som tilbehør. Veldig greit fordi alt kan forberedes/lages på forhånd og jammen er det ikke veldig godt også. ☐

Du trenger:

1 paiform, ca 28 cm i diameter

1 pakke tørre erter

tinnfolie

(nok til 5-6 personer til lunsj)

Paideig:

500 g siktet hvetemel

125 g smør, iskaldt og i terninger

40 g eggeplomme (ca 1 eggeplomme)

1,25 dl iskaldt vann

1 ts salt

1 ts sukker

(NB. Dette er en raus paideig og du vil få noe deig til overs. Lag minipaier eller frys deigen ned til senere bruk. Fordelen med at deigen er stor er at det er enklere å kjevle den fint og fordele i formen.)

Fyllet:

1 dl fløte

1 dl melk

1 dl rømme

4 egg

ca 100 g revet cheddarost

2 vårløk, skivet

1 stort fedd hvitløk, finhakket

ca 200 g bacon

1 ts smør

salt, pepper og litt revet muskatnøtt

Lag deigen ved å ha alle ingredienser i en foodprosessor og kjør til deigen samler seg evt at du klarer å klemme smulene sammen med hendene til en deig. OBS viktig at smør og vann er iskaldt! Ha deigen på benken og dekk den med plast (jeg river en brødpose i to i den ene enden slik at jeg får et stort stykke plast). Kjevle deigen ut til en stor og ganske tynn leiv, stor nok til at den dekker hele paiformen og over kantene. Plastposetrikket gjør det mye enklere å kjevle uten at deigen klistrer seg. Fjern/løft deigen forsiktig fra benken og over i formen. Dytt deigen godt inn i kantene og skjær av overflødig deig langs kanten. Prikk deigen med en gaffel og sett hele formen kaldt i 30 minutter.

Sett ovnen på 200 grader. Ta formen ut av kjøleskapet og dekk den med tinnfolie. Hell over de tørre ertene og stek midt i ovnen i ca 14 minutter. Ta ut av ovnen og sett til side. Dette kalles å blindbake paiskallet.

Surr hvitløk og vårløk i smør i en stekepanne til det mykner. Ha ost, bacon, vårløk og hvitløk i paiskallet. Pisk sammen egg, rømme, fløte, melk, en klype salt, litt pepper og en god klype muskat. Hell/fordel over i paiskallet og stek videre i ovnen (på 200 grader) i ca 30 minutter. SPIS eller avkjøl og sett kaldt til du ønsker å servere den (gjerne til dagen etter). Pai kan også fryses. Lunk den gjerne før den serveres.



**Superfresh tunfisksalat med
egg og avocado**



I kveld får du et tips til en enkel, sunn og dødsgod salat som funker til både middag og lunsj (dagen etter). Jeg spiste dette to dager på rad denne uken og kjenner at dette kommer på menyen neste uke også. ☐

Du trenger:

(nok til 3-4 porsjoner)

Til tunfiskrøren:

1 stilk stangselleri, i små terninger

1 eple, kjernehus og evt skall fjernet og delt i terninger

0,5 rødløk, finhakket

3 ss hakket kapers, hakket

3 bokser tunfisk i vann, avrent

Ca 3 ss sitrønsaft

Ca 3-4 ss majones

Ca 3-4 ss lettrømme eller kesam

salt og pepper

Tilbehør:

(Per persjon)

0,5 avocado

1 kokt egg

1 tomat

noen skiver agurk

en neve grønn salat

1 skive grovbrød

evt noen sitronskiver

Ha alle ingrediensene til røren i en bolle og bland godt. Smak til med salt, pepper og sitron.

Legg opp salaten på tallerkener og KOS DEG.

PS. Tunfiskrøren kan også brukes som pålegg.

PS 2: Hiv oppi litt kokt pasta, så har du en deilig pastasalat.



Mini suksessterte med sjokoladetrekk (eller Sarah Bernard med gul krem..)



[Sarah Bernard](#) er et fast innslag i våre juletradisjoner og jeg vil i all beskjedenhet si at jeg lager de beste. Men i tillegg til den klassiske varianten har jeg i år testet en ny vri hvor sjokoladefyll er byttet ut med gult suksesstertekrem. Og nykommeren ble ikke noe mindre populær, for å si det sånn. ☐

Du trenger:

(ca 20 stk)

Bunnene:

200 g mandler

150 g melis

2 eggehviter

Kremen:

4 eggeplommer

125 g sukker

1 vaniljestang evt 1 ts vaniljesukker med ekte vanilje

1 dl kremfløte

125 g mykt meierismør i terninger

Topping:

300 g mørk sjokolade, hakket

2 ss solsikkeolje

Sett ovnen på 200 grader. **Mal mandler med mandelkvern, dette er viktig!** Jeg har prøvd med foodprosessor og fikk ikke like bra resultat. Skill eggehvite og plomme, vær meget nøye med at det ikke kommer noe plomme i hviten. Bruk også helt rene og tørre boller/redskaper. Pisk eggehviter stive, tilsett gradvis melisen. Vend til slutt inn malte mandler. Form små topper som du legger på et bakepapirkledd stekebrett. Trykk de litt ned, så de ikke er så høye. Stek midt i ovnen i ca 10 minutter. De skal være lys gyldne. Avkjøl på rist.

Slik lager du kremen:

Finn frem en tykkbunnet kjele. Splitt vaniljestang i to på langs og skrap ut frøene. Ha frø og vaniljestang i kjelen sammen med fløte, sukker og eggeplommer. Sett på middels varme og rør konstant til blandingen tykner. Det tar litt tid, men det er verdt det! La kremen avkjøle til romtemperatur. Ha over i en bolle sammen med smøret og pisk med en elektrisk visp til du har en luftig krem, det går raskt. Ha kremen i en pose som du klipper et lite hull i i hjørnet evt en sprøytepose og sett små topper på mandelbunnene. Når alle er klare, setter du dem i fryseren i minst 30 minutter, men helst en time.

Smelt sjokolade over vannbad eller i mikro og bland inn olje.

Ha sjokolade i en kopp eller liten bolle og dypp mandelbunnene med kremtoppene i sjokoladen. Fortsett til alle er dekket av sjokolade. Sett kaldt til de er stivnet og oppbevar kjølig i tett boks. KOS DEG.

Oppskriften fant jeg på den fine bloggen [Kvardagsmat](#).



Verdens beste waldorfsalat!



Er du på jakt etter den perfekte waldorfsalat? Look no further! Denne oppskriften har fulgt min familie i en årrekke og den leverer ALLTID. Og hver gang jeg lager den tenker jeg: *Fy flate så enkelt og godt! Hvorfor lager jeg ikke dette oftere?*

En perfekt blanding av smaker og konsistens. Litt søtt, litt syrlig, litt bittert og litt salt. Har fortsatt litt igjen i kjøleskapet som jeg skal kose meg med i kveld og vet du hva? Jeg deler ikke med noen så du får lage din egen! ☐

Waldorfvinneren:

3 epler

3 ananasringer, i små biter

3 stilker stang selleri, i tynne skiver

100 gram druer, delt i to

1 dl valnøtter

1,5 dl majones

1,5 dl pisket kremfløte

litt sitronsaft

2 ts sukker

Ha skårne frukt, grønnsaker og nøtter i en bolle og bland sammen. Pisk fløten med sukker, men ikke stivpisk den. Ha i majones og pisk til alt så vidt er blandet. Smak til med sitronsaft, ca 3-4 ts. Ha kremblandingen over i bollen med frukt og grønnsaker og bland alt. Sett kjølig til servering. SPIS.



Bollefrua og suppa med den skumle ingrediensen



Men, altså, det er greit. Jeg kan like gjerne innrømme det: jeg har visse matfobier. Det er liksom noen ting som ikke finner veien til min kjøkkenbenk og gresskar har tidligere vært en av dem. Det vil si, vi har skåret ut gresskar til Halloween, men der gikk altså grensen. Inntil nå. Saken er at jeg nylig fikk servert denne nydelige suppen hos min gode venninne, Ingjerd, og jeg ble umiddelbart omvendt. For en fyldig og mildt krydret smak! Og sannsynligvis verdens enkleste rett å tilberede. Super å servere som varm lunsj, middag eller kveldsmat. Så, folkens. Ikke nøl. Stol på Bollefrua og gå på flaskegresskar-jakt! (Jeg fant min hos tyrkern på hjørnet). Og av gresskarbiten du ikke bruker lager du SINNSYKT gode muffins. Oppskrift kommer snart på en blogg nær deg. ☐

Du trenger:

(Nok til tre-fire)

600 g flaskegresskar i biter

2 ss olivenolje

1 rødløk, grovt hakket

2 hvitløksbåter, hakket

1 rød chili, hakket/i skiver

1 ts malt koriander

ca 7-8 dl vann (avhengig av hvor tykk suppe du vil ha. Lurt å heller spe med mer vann om der viser seg at den blir for tykk)

1 stor hønsebuljongterning

salt og nykvernet pepper (smak til)

litt sitronsaft evt litt sitronolje (smak til)

spekeskinke, creme fraiche og godt brød til servering

Fres løk, hvitløk og chili i olje i en tykkbunnet gryte (jeg brukte jerngryte) i noen minutter til det mykner litt. Tilsett gresskar i biter og stek noen minutter til. Hell over vann, buljong og koriander og kok under lokk til gresskaret er mørt, ca 20 minutter. Kjør glatt med stavmikser og smak til med salt, pepper og litt sitron. Serveres med ønsket tilbehør. SPIS.

Superluftige kanelbolle- lussekatter



Det er snart Lucia eller “verdens beste unnskyldning for å proppe i seg luftig og deilig gjærbakst”. I vår familie er det én (vel, egentlig flere) som absolutt foretrekker kanelnurrer fremfor vanlige boller. Så i år har jeg laget en luksus variant, en skikkelig Rolls Roys Lussekatt (eller burde jeg si Lamborghini?) som jeg tror vil slå an på Lucia. Og hvis ikke? Samma det. Mer på meg! ☐

Du trenger:

(12 stk)
3 dl h-melk
en klype safran

75 gram mykt meierismør i terninger
100 g sukker
600 g siktet hvetemel
7 gram tørrgjær (evt 25 g fersk gjær)
1 egg

mykt smør til fyllet, kanel, sukker

1 egg+1 ss melk til pensling
24 rosiner til pynt (evt perlesukker)

Støt safranen i morter og ha melken i en gryte. Tilsett safran i melken og varm opp til den er lunken. Ha så alle ingredienser i en eltebolle og kjør maskinen på lav hastighet i ca 10 minutter. Hev under plast i ca en time. Ha litt mel på benken og hell ut deigen. Kjevl deigen til et rektangel, smør et godt lag med smør og dryss over sukker og kanel. Brett deigen 1/3 mot midten på langsiden. Brett den andre halvdelen over den du alt har brettet. Kjevle det nye rektangelet du nå får så den blir litt større. Skjær i 12 strimler på kortsiden. Trill/strekk hvert strimmel til lange pølser og snurr pølsen like langt inn fra hver side så du får en snirklete s. Legg de ferdig formede emnene på et bakepapirkledd stekebrett og etterhev i ca 30 minutter.

Sett ovnen på 220grader . Etter 30 minutter pisker du sammen egg og melk og pensler bollene. Pynt med rosiner og perlesukker. Deretter setter du inn brettet midt i ovnen og steker lussekattene i ca 10-12 minutter. De er ferdige når de er gyllenbrune og har en hul lyd når du banker på de. Avkjøl på rist og SPIS.



**Familiens helgerundstykker
(en deig – fire smaker)**





Samuel →
(masse ost!)

Det er fredag! Travle mennesker trekker et lettelsens sukk og ønsker pausen fra livet velkommen. Vi er en travel gjeng på fem, hvor av en et lite spedbarn. Ofte kan det gå noen dager uten at vi alle setter oss ned og spiser sammen, derfor er helgene ekstra verdifulle. Til frokost har vi ofte rundstykker, men problemet er at vi liker ulike ting. Derfor har jeg begynt å tilsette smak (fire typer frø, hasselnøtter og havsalt, revet ost) til en helt plain (og veldig god) deig, slik at alle blir fornøyde. Hallo, det er jo helg for svingende!

Disse rundtstykkene er forresten skikkelig luksusgode! Fløten og smøret gir dem en bolleaktig konsistens, nesten så gode og myke at de kan brukes som hodepute før du får i deg kaffen. ☐

Du trenger:

(12-16 stk)

500-525 g siktet hvetemel

1 ts salt

2 ts sukker

1 dl fløte

2,5 dl vann

50 g mykt meierismør

ca 0,5 pose tørrgjær

revet ost, frø, nøtter etter ønske

Ha gjær, vann, fløte, sukker og salt i en eltemaskin og la gjæret løse seg litt opp. Tilsett smør og 500 g av melet og la maskinen gå til deigen begynner å slippe kantene. (ca 7 minutter). Hvis deigen er veldig våt, kan du tilsette et par ss siktet hvetemel (ca 25 g). La deigen heve under plast i

minimum 30 minutter eller ca til dobbel størrelse. Ha deigen på benken og kna den litt sammen så luften går litt ut av den. Del i 12-16 emner (avhengig av hvor store rundstykker du vil ha) og trill til runde boller hvis du ikke ønsker å tilsette noe smak. Legg ferdige boller på et stekebrett dekket med bakepapir. Hvis du ønsker å tilsette smak, så trykker du hvert emne flat og strø over feks en spiseskje revet ost. Brett sammen og kna emnet litt før du ruller det til en bolle. Strø over litt ekstra ost før du steker rundstykkene. Gjør det samme med nøtter eller kjerner. Det går også an å dyppe en ferdig trillet bolle i litt vann og rulle den i ønskede frø før du legger dem på brettet til etterheving. Hev alle ferdig trillede rundstykker under et rent kjøkkenhåndkle i ca 30 min. Pensle med vann, melk eller pisket egg om du vil spandere ett. Strø evt over litt havsalt. Stek midt i ovnen på 225 grader i 10-15 minutter. De er ferdige når de har fått en gylden farge og du hører en hul lyd når du banker på dem. Avkjøl på rist. SPIS.





Høstens beste ostekake med oreokjeks og gelelokk



Her får du oppskriften på en deilig og frisk ostekake med oreokjeksbunn og appelsinglelelokk. Jeg laget denne til Halloween, men den passer godt til de fleste fryktelige festlige anledninger. Farlig god! ☐

NB. Viktig å beregne nok tid før denne kaken skal serveres. Den krever en del avkjøling.

Du trenger:

litt olje til å smøre kantene på formen

300 g oreokjeks

2 ss kakao

90 g smør, smeltet

Fyllet:

590 g philadelphiaost naturell

150 g mascarpone

150 g melis

3 dl kremfløte

finrevet skall av en økologisk sitron eller appelsin

1 pakke freia appelsingele

Finn frem en springform på 20 cm eller 22 cm hvis det er det du har. Kle den med folie på UTSIDEN av formen, så det ikke kan renne noe ut. (Kjopt med søl i kjøleskap). Legg bakepapir i bunnen og smør kantene med et tynt, tynt lag med olje. Kjør kjeks til smuler i en kjøkkenmaskin, evt legg kjeks i en pose og deng løs med en kjevle til du har for forbrent nok kalorier til å spise et stykke. □ Bland smulene med kakao og det smeltede smøret og press smulene i et jevnt lag utover bunnen og opp kantene på springformen. Det skal være litt ujevnt opp langs sidene, det gir et litt røft utseende. Sett kaldt. Ha philadelphia, mascarpone og melis i en bakebolle og pisk til du har en glatt røre. Tilsett kremfløte og sitronskall og pisk til blandingen blir glatt igjen og stiv. Bruk en slikkepott til å fordele osteblandingen over kakebunnen. Sett kaldt i minimum 3-4 timer, eller over natten. Når kaken er kald og har stivnet skikkelig, løser du gele. Kok opp 2,5 dl vann (dvs HALV mengde av det som er angitt på boksen) og rør ut pulveret i vannet. Når gelevæsken er kald, heller du den over den nå kalde kaken. avkjøl kaken i kjøleskap til geleen har stivnet.

SPIS.



**Luftige nugattisnurrer i
kakeform**



Har jeg noen gang fortalt deg om mammaen min? I tillegg til å være verdens beste mamma er hun en racer på gjærbakst (du vet, bolla faller ikke langt fra ovnen – eller noe sånt;). Når hun baker rundstykker eller boller legger hun dem alltid ganske tett inntil hverandre i langpanne, slik at de ligger kloss oppi hverandre når de har hevet. Teorien er at de “hjelper hverandre opp” i ovnen og det fungerer også bra i praksis! Disse sjokoladesnurrene er intet unntak og er superluftige, sjokoladete og sååååå gode!

Til deigen trenger du:

(12 stk)

350 g mel

50 g sukker

0,5 ts salt

0,5 pose tørrgjær (evt en halv pakke fersk)

50 smeltet smør

1 egg

1,5 dl melk

Fyllet:

Nugatti (ca 8 ss)

50 g hakket, mørk sjokolade

Topping (kan sløyfes):

ca 2 ss nugatti

litt melk

Smelt smør på lav varme, når smøret er smeltet så tilsett melken. Ha så alt det tørre i en eltebolle. Tilsett egg og smørblandingen og elt til en smidig deig, ca fem minutter. La så deigen heve under plast i omtrent en time.

Ha bakepapir i bunnen av en springform og smør kantene med smeltet smør.

Ha deigen på benken og kjevle til et rektangel, ca 25 x 35 cm. Smør nugatti jevnt over deigen, men la en stripe langs kanten (ca 2 cm bred) på langsiden være uten nugatti. Denne kanten pensles med litt vann. Strø over sjokolade. Rull deigen sammen på langs inn mot siden uten sjokolade. Vannet limer deigen sammen. Skjær i 12 skiver. Legg i springformen med snittsiden opp, ni langs kanten og tre i midten. Dekk med plast eller er håndkle. Etterhev i ca 45 minutter. Sett ovnen på 200 grader. Stek bollene midt i ovnen i omtrent 15 minutter. De er ferdige når de har en gylden overflate og du hører en hul lyd når du banker på dem. Løsne bollene fra springformen. Avkjøl på rist.

Lag topping/glasur ved å røre sammen nugatti og melk til en jevn blanding. Du velger selv hvor tykk du vil ha den, men en litt flytende glasur gir penere mønster. Ha glasur i en

brødpose og klipp et lite hull i det ene hjørnet (som om du skulle pynte pepperkaker). Lag dekorative striper over bollene. KOS DEG.



Doble sjokoladecookies med kokos



Finnes det noe bedre enn nystekte sjokoladecookies? Jo, rykende ferske sjokoladecookies med kokos, mandel og mokka smak! Disse smaker som den klassiske "negerbollen" (beklager FULLSTENDIG politisk ukorrekt), bare i kjeksform. Blir aldri feil det. ☐

Du trenger:

80 gram smør, romtemperert

0,5 dl brunt sukker

0,5 dl hvitt sukker

1 stort egg

0,5 ts vaniljeekstrakt

0,5 dl kakao

1,25 dl og tre ss siktet hvetemel

0,25 ts natron

0,5 ts espressopulver (instant)

75 g hakket mørk sjokolade

0,75 dl kokosflak (bruk revet kokos om du ikke får tak i flak)

Topping:

ca 0,5 dl hakkede mandler

ekstra kokos

litt havsalt (kan sløyfes)

Sett ovnen på 175 grader og dekk et stekebrett med bakepapir. Ha sukker og smør i en bakebolle og pisk luftig i ca ett minutt. Ha i egg og vanilje og pisk litt til. Bland alt det tørre minus kokos og sjokoladebiter i en annen bolle. Ha de tørre ingrediensene i de våte og pisk til alt er blandet. Vend inn sjokolade og kokos til slutt. Bruk to teskjeer og lag ca 12-14 kuler av deigen, lag dem så runde du klarer. Press hver kule litt ned og strø over kokos, hakkede mandler og havsalt. Stek midt i ovnen i ca 7-8 minutter. Ta brettet ut og la cookiesene avkjøle helt på brettet. (Oppbevar i tett boks).
KOS DEG!

Eltefrie speltrundstykker i

muffinsformer



Det er mandag, det er oktober, det er stille. I min tilværelse som nybakt trebarnsmor, er mandag den nye fredagen. Bak meg ligger en travel helg, foran meg en like travel uke. Forskjellen er disse timene på formiddagen hvor bare lillesnupp og jeg er hjemme, de andre på skole og jobb. Hver onsdag er vi i barselgruppe. Vi besøker hverandre på omgang. triller en tur og spiser lunsj. Fast innslag, hos nesten samtlige, er disse enkle og gode rundstykkene stekt i silikonformer. Så raskt at selv en barselmamma kan få det til!

Barselbakst:

(12 stk)

5 dl kaldt vann

100 g sammalt spelt, grov

50 g siktet rugmel

525 g siktet speltmel

1,5 ts salt

2 ts mørk sirup

0,5 ts tørrgjær

Ha alle ingrediensene i en bakebolle og rør raskt sammen med en sleiv eller lignende. Dekk bollen med plast og la stå på kjøkkenbenken natten over eller i ca 8-12 timer.

Når deigen er ferdig hevet, så finn frem muffinsformer (**MERK:** denne oppskriften er beregnet til 12 store muffinsformer. Jeg bruker former i silikon som ikke trenger å smøres. Etter å ha sett de andre i barselgruppa bruke dem, gikk jeg rett ut og kjøpte mine egne. Hvis du bruker vanlig muffinsbrett, bør du smøre formene godt. Vanlige, tynne papirformer vil ikke egne seg i denne oppskriften). Bruk to spiseskjeer til å klasje deigen oppi formene, ca like mye deig i hver. Sett silikonformene på et stekebrett og plasser brettet midt i stekeovnen. **NB. Ovnens skal være kald!** Skru så ovnen på 200 grader og la de stå der i 30 minutter. På denne tiden både etterhever og steker rundstykkeformene. Ta de ferdigstekte bollene ut av formene og avkjøl på rist. Spis!

Disse egner seg for øvrig godt til frysing. Jeg tar opp ved behov og varmer dem ca 50 sekunder på maks styrke i mikroen. Så enkelt og godt! ☐

Stablebrød med rabarbrafyll og nutellaglasur



For ikke så lenge siden fikk jeg litt rabarbra av noen smarte venner. De hadde nemlig klippet ned sin rabarbra rundt St.Hans og kunne ennå glede seg over denne anvendelige planten. Slik ble dette deilige stablebrødet til. Ikke for søtt, syrlig fyll, sukker og kanel og en digg nutellafinish. Hvis du ikke har rabarbra, kan du sikkert prøve å lage dette med feks eple eller pære. Eller så kan jeg kanskje tipse deg om et bra sted å gå på rabarbraslang. Neida. Joda. Neida. ☐

Til deigen:

7 dl hvetemel

4 ss sukker

1 dl melk

0,5 dl vann

55 gram meierismør, smeltet

1 pakke tørrgjær

2 egg

1 ts vaniljesukker

0,25 ts salt

Fyll:

1 pk Philadelphia ost naturell

3 stilker rabarbra, kuttet i ca 1 cm tykke biter (kokt i sukkerlake)

1 dl sukker (til sukkerlake)

2 dl vann (til sukkerlake)

sukker og kanel

Glasur:

1 ss Nutella

ca 2 ts melk

Lag deigen slik: Smelt smøret og ha i melken og vannet. Ha alle ingrediensene til deigen i en eltebolle med væsken og elt

i ca fem minutter. Tilsett evt en og en ss med mel ekstra om deigen virker veldig klissete. Legg deigen til heving i en bolle dekket med plast, den skal heve til dobbel størrelse, ca 1 time.

I mellomtiden lager du fyllet:

Kok opp sukker og vann i en kjele. etter et par minutter har du i rabarbraen. La koke til rabarbraen er myk, uten å falle helt fra hverandre. Ta rabarbraen ut av laken og avkjøl i en skål. Ha siden philadelphia osten i skålen og rør sammen. Sett til side.

Ha deigen på benken med litt mel. Kjevle deigen til et rektangel, 50×30 cm, prøv å få deigen til å ikke klistre seg til underlaget uten å bruke for mye mel. Smør fyllet utover deigen i et jevnt lag. Strø sukker og kanel på toppen.

Skjær deigen i 6 striper på kortsiden. Legg stripene oppå hverandre. (Se bilder).

Skjær haugen med deigstriper i seks deler.

Legg deighaugene med snittsiden opp i brødformen dekket med bakepapir. Strø litt sukker og kanel på toppen.



NB. Dette bildet er fra et tidligere innlegg og demonstrerer hvordan deigen skal skjæres og stables.

Etterhev i ca 30-45 minutter eller dobbel størrelse.

Stek så i midt ovnen i ca 40 minutter på 175 grader. Kaken er ferdig når den er gyldenbrun på toppen og har en hul lyd når du banker på den.

Ta kanelbrødet ut av ovnen og løft den ut av formen ved å bruke kantene på bakepapiret. Legg til avkjøling på rist uten papiret. Rør sammen Nutella og melk til en glatt glasur og ringle over brødet. SPIS.



Superenkelt grovbrød i springform



I dag gir jeg deg oppskrift på et nydelig brød som du smeller sammen på en-to-tre. Den største utfordringen er sannsynligvis at du ikke har en springform som er liten nok. MEN jeg har også prøvd å lage dette brødet i en form på 24 cm og det gikk helt fint. Brødet ble litt lavere, men smakte himmelsk!

Utstyr:

1 bakebolle

1 slikkepott

dl-mål

springform, 20 cm i diameter

bakepapir

smør til å smøre form

Til brødet:

50 g gjær eller en pose tørrgjær

4 dl lunpent vann

2 ss mørk sirup

1 ts salt

5 dl siktet hvetemel eller spelt

2 dl hvete eller spelt, sammalt grov

1 dl solsikkefrø pluss ekstra til å strø over toppen

Ha bakepapir i bunnen av springformen (jeg liker å feste den med selve ringen rundt) og smør kantene med smør. Rør sammen alle ingrediensene i en bakebolle og hell over i formen. La heve under plast på et lunt sted i 30 minutter. Forvarm ovnen til 225 grader. Stek brødet nederst i ovnen i 30 minutter. Ta ut brødet og løsne det fra formen. Skru av ovnen og legg brødet inn i ovnen igjen og la ettersteke i den fortsatt varme ovnen i 20 minutter. Avkjøl på rist. SPIS.



**Perfekt syrlig sitronterte
(min favorittkake)**



De som kjenner meg vet at jeg faktisk har ganske god viljestyrke. Særlig om jeg har bestemt meg for noe. Likevel er det to ting jeg er uimotståelig svak for, litt som supermann og kryptonitt: Sitronterte og popcorn. Jeg klarer simpelthen ikke takke nei! Og denne sitronterten er den beste jeg har smakt på veldig lenge. Perfekt syrlig, passe søt og en deilig sprø bunn med mandler. Hva er din favorittkake?

Sitronterte for superdamer:

Til tertebunnen:

125 g kaldt, usaltet smør i terninger

250 g siktet hvetemel

80 g melis

30 g finhakkede mandler

revet skall av en økologisk sitron, kun det gule

1 egg

Fyll:

4 egg

250 g sukker

revet skall og saft av to store sitroner

50 g smeltet, usaltet smør

I tillegg trenger du en paiform med 26-30 diameter.

Begynn med deigen. Smuldre smøret i melet, bruk fingrene eller en foodprosessor. Tilsett resten av ingrediensene til bunnen og arbeid raskt sammen til en deig. Pakk i plast og legg kaldt (kjøleskap) i minimum en time. Sett ovnen på 225 grader. Når deigen er ferdig avkjølt, presser du den jevnt utover bunnen av formen og opp over kantene. Prikk bunnen med en gaffel og forstek midt i ovnen i ca 15 minutter, paiskallet skal ikke bli brunt. Skru ovnen ned til 180 grader.

Fyllet lager du ved å først vispe egg og sukker til eggedosis. Rør så sitronsaft, sitronskall og smeltet smør inn i eggedosisen. Hell fyllet over i det forstekte paiskallet. Stek paien midt i ovnen i 20 minutter til. Avkjøl og server gjerne med feks litt creme fraiche, men jeg synes den smaker himmelsk slik den er. KOS DEG.



Shirleys empanadas



Ok. For de av dere som ikke har fått det med seg, så har jeg altså (ganske nylig) blitt trebarnsmor. Det innebærer selvsagt mye kos og hygge, men det betyr også at jeg til stadighet opplever små, personlige kriser.

For eksempel.

- Begynne å grine fordi mannen i huset har kjøpt feil sjokolade
- Oppdage at man går med klær på vrangen
- Fullstendig sammenbrudd fordi vi er tom for kaffe

-Plutselig blodsukkerfall og hissigpropptendenser som følge av at jeg ikke har spist nok

Det sistnevnte skjer dessverre ganske ofte og ikke sjelden når jeg skal hente gutta på skolen. Men forleden skjedde et mirakel. Jeg kom vasende inn i skolegården, svett, sliten og med en småsur baby ombord. Sulden hang over meg som en tordensky (du vet, når du er så sulten at du ikke bryr deg om at du spiser litt av papiret fra innpakningen til lunsjen din), jeg forsøkte å manøvrere forbi alle barna som ville hilse på vesla og da jeg endelig kom fram til garderobeplassen til eldstemann var jeg overbevist om at jeg hallisunerte. For på hyllen hans lå det nemlig en papptallerken med tre nystekte EMPANADAS som luktet helt himmelsk (Forestill deg lyden av englekor og Händels Messias i bakgrunnen). Det viste seg at sønnen min hadde vært på matlagingskurs med en av skolens flinke ansatte, Shirley. (Hun lager for øvrig verdens beste havrecookies, dessverre er oppskriften hemmelig). Jeg kastet meg over en empanadas uten tanke for hvilke barnehender som hadde grafset på den først og det smakte vidunderlig. Sprø paibunn fylt med masse godsaker, og vet du hva? Oppskriften er IKKE hemmelig!

Gå bananas med empanadas:

(10 stk)

Til deigen:

150 g usaltet smør

4 dl siktet hvetemel

1 dl sammalt hvetemel, grov

ca 1 dl kaldt vann

¹/₂ ts salt

Til fyllet:

ca 300 g kjøttdeig av svin, kylling eller begge deler (150 g av hver)

4 skiver bacon, i små biter

2 ss olje

3 fedd hvitløk, finhakket

1 stk løk, finhakket

2 kokte egg, finhakket

3 stilker stangselleri, finhakket

1 ss finhakket koriander

5 sylteagurk, finhakket

1 ts salt

1 ss brunt sukker

$\frac{1}{2}$ ts pepper

2 ss tomatpuré

1 ss vann

egg til pensling, kan sløyfes

Begynn med deigen, den må ligge kaldt i minimum en time før du kan kjevle den. Bland sammen mel og salt i en bolle og smuldre i smøret med fingrene til alt har en smulete konsistens. Spe i det iskalde vannet til deigen samler seg. Pakk inn i plast og legg i kjøleskap i minimum en time.

Gjør i mellomtiden klar fyllet. Finhakk egg, koriander, sylteagurk og stangselleri og sett til side. Stek løk, hvitløk og bacon i litt smør eller olje i noen minutter. Tilsett

kjøttdeig og stek til alt er gjennomstekt. Ha vann, tomatpure og sukker i og la surre litt til. Skru av varmen og ha i resten av ingrediensene til fyllet.

Sett ovnen på 200 grader. Ta deigen ut av kjøleskapet og del den i ti like store emner. La de emnene du ikke jobber med ligge kaldt. Kjevle hvert emne så rundt som mulig, det skal være ganske tynt, men ikke så tynt at det revner når du skal pakke empanadasen sammen. Legg 2 gode spiseskjeer på den ene halvsiden av deigen, men la det være ca 1,5 cm ut mot kanten, slik at du kan lukke den. Brett den andre halvparten over fyllet og klem kanten sammen med en gaffel så fyllet ikke renner ut når du steker dem. Flytt over på et stekebrett dekket med bakepapir og prikk toppen med en gaffel så damp kan slippe ut. Pensle med sammenvispet egg, hvis du ønsker. Stek midt i ovnen i ca 15 minutter eller til gyldne. Avkjøl på rist. SPIS.

