



BØRN MED MÆLKEALLERGI

Giv dit barn en god hverdag

RØGET LAKS MED LIME-PEBERRODSCREME, BAGTE TOMATER, KARAMELLISERET CITRON OG KARSE

INGREDIENSER:

4 personer

4 store skiver røget laks

Karse

Brøndkarse

4 citronskiver

Herudover ingredienser til:

Bagte tomater

Lime-peberrodscreme

Se nedenfor

Boller (se særskilt opskrift)



SÅDAN GØR DU:

Start med at forberede tomaterne. Se vejledning til "Bagte tomater" nedenfor.

Herefter tilberedes "Lime-peberrodscremen". Se nedenfor.

Skær 4 citronskiver og kom dem på en tør, varm pande. De ristes kun på den ene side. Får en flot karamelliseret farve.

Lakseskiverne anrettes på tallerkener.

Pyntes med karse, brøndkarse, tomater, peberrodscreme og karamelliseret citron.

Der serveres små brød til (se opskrift andet sted)

Velbekomme.



BØRN MED MÆLKEALLERGI

Giv dit barn en god hverdag

BAGTE TOMATER

INGREDIENSER:

4 personer

8 cocktailtomater

Lidt sukker

Salt

Peber



SÅDAN GØR DU:

Cocktailtomaterne skæres i kvarte og lægges i et lille ildfast fad.

Lidt sukker, salt og peber drysses på tomaterne.

Kommes i ovnen ved 100 grader i ca. 30 min.



BØRN MED MÆLKEALLERGI

Giv dit barn en god hverdag

LIME-PEBERRODSCREME

INGREDIENSER:

4 personer

1 dl soja yoghurt (Fx Alpro Soya naturel)

½ tsk. sukker

1 tsk. fintrevet peberrod

Saft af 1/3 lime

Salt og peber efter smag



SÅDAN GØR DU:

Soja yoghurt tilsættes sukker, fintrevet peberrod og saft fra 1/3 limefrugt.

Cremen smages til med salt og peber og stilles i køleskabet.