

PÅ TALLRIKEN:

MATBLOGG MED LOKALA RÅVAROR I FOKUS

INKÖPSLISTA

"SPRITANS" GUBBRÖRA MED STENBITSROM & FRÖKNÄCKE

8 små portioner gubbröra

- Ansjovisfilé, 125 g
- Ägg, 2 hårdkokta
- Potatis, 4 små (färsk- eller delikatesspotatis)
- Rödlök, 1
- Crème fraîche, 1 dl
- Majonnäs, ½ dl
- Dijonsenap, ½ msk
- Dill, 1 knippe
- Gräslök, 1 knippe
- Vitpeppar
- Röd stenbitsrom, 1 burk á 75 g

Fröknäcke

- Sesamfrö, 1 dl
- Pumpakärnor, 1 dl
- Solroskärnor, 1 dl
- Majsmjöl, 1 dl
- Linfrö, ½ dl
- Salt, ½ tsk
- Rapsolja, ½ dl