

# PÅ TALLRIKEN:

MATBLOGG MED LOKALA RÅVAROR I FOKUS

## MATJESSALLAD MED BRYNT SMÖR, RÅGBRÖDSKRISP & POCHERAT ÄGG



### 4 personer:

- 300 g matjessill, hel eller i bitar
- 12 små potatisar. typ delikatess
- 2–3 rödbetor (beroende på storlek), i klyftor.
- 1 knippe rädisor, tunt skivade.
- Saltgurka, färdigskivad (ca 20 skivor) eller 2 hela som skivas.
- 4 msk kapris
- 1 knippe gräslök, finhackad.
- 1 dl gräddfil
- 100 g smör

### Pocherade ägg:

- 4 stora ägg
- 1 dl ättikssprit 12%
- 1 dl vatten
- 1 l vatten till kokning med ½ msk salt

### Rågbrödskrisp:

- Danskt rågröd, 4–8 tunna skivor som delas i trekanter.
- Ca 50 g smör att steka brödet i.

### Gör så här:

1. Koka potatis i väl saltat vatten. Låt sedan svalna och skär därefter i tunna skivor.
2. Koka rödbetorna i väl saltat vatten. (30–40 minuter beroende på storlek) Låt svalna, skala sedan och skär i klyftor.
3. Låt matjessillen rinna av och dela filéerna i lagom munsbitar (om du nu inte köpt färdiga bitar).
4. Skiva saltgurkan och rädisorna.
5. Bryn smöret under omrörning. Så fort smöret får en gyllenbrun ton och en nötig doft, tag genast bort från plattan.
6. Fördela snyggt ingredienserna på tallrikar. Strö kapris över och klicka på gräddfilen.

### Pocherade ägg:

1. Blanda vatten med ättikssprit i en skål. Knäck varsamt ner äggen med ca 30 sekunders mellanrum. Låt stå i ca 5 minuter.
2. Koka upp 1 liter vatten med ½ msk salt. Stjälp ner äggen inkl. ättikssprittvattnet och låt sjuda i 3 minuter. Ta upp äggen med hålslev och

lägg över i en kastrull eller bunke med iskallt vatten.

**Servering:**

1. Skär rågbrödet i tunna skivor och dela till trekanter. Stek skivorna i rikligt med smör tills de fått fin färg och blivit till krispiga brödchips.
2. Placera äggen mitt på anrättningen, strö på finhackad gräslök och ringla till sist över det varma brynta smöret. Servera med rågbröds krispet.

**Jösses vad gott!**