



Blåbærblinis til matboksen

Ingredients

2 egg
3 ss sukker
1 dl Biola blåbær (se tips)
0,5 ts natron
2 dl hvetemel
- -
1,5 dl blåbær



Instructions

Pisk egg og sukker. Rør i Biola-melken. Bland så i natron og hvetemel. La røren svelle i 20 min.

Stek små lapper (ca 1 ss deig pr stk) i teflonpanne. Spray pannen eventuelt med litt formfett. Dryss blåbær umiddelbart på lappene, slik at de fester seg i deigen mens lappene steker. Lappene stekes ca 1-2 min på hver side på middels varme.

Tips

Biola blåbær er syrnet lettmelk med blåbærsmak, kun 0,2 % fett (fra Tine).

Blåbærblinis kan gjerne lages på søndag og holder seg saftige helt til fredag om de oppbevares i lufttett beholder i kjøleskapet.

- -

LUCKY LUKES LUNSJ

Polarburger:

1 frørik polarbrød eller grovt hamburgerbrød, fylles med:

3 ss Philadelphia light med urter

1 ss finhakket vårløk/purre

salatblad

1 grov fiskekake

2 agurkskiver

1 cherrytomat

Store frites:

gulrot skåret i staver a la pommes frites

Jordbærshake:

5 jordbær - knuses med stavmikser og blandes med skolemelk

2-3 stk Blåbærblinis til dessert

© 2004 - 2026: Det søte liv. [Med alle rettigheter.](#)

Source URL: <http://dev.detsoteliv.no/en/blabaerblinis-til-matboksen>