Blåbærblinis til matboksen

Ingredienser



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

Fremgangsmåte

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: https://dev.detsoteliv.no/blabaerblinis-til-matboksen