



LAKSEWRAP MED BYGGLEFSE OG KORTREISTE GRØNNSAKER

7, BØFJORDEN OG BÆVERFJORD OPPVEKSTSENTER

INGREDIENSER:

Beregnet til 4 porsjoner

0.5 dl	Solsikeolje
2 dl	vatn
50 g	Rømme
250 g	hvetemel
400 g	Laksfillet
150 g	byggmel
0.5 stk	Crispysalat
0.5 ts	salt
0.5 stk	Raudlauk
2 ts	bakepulver
0.5 stk	Agurk

SLIK GJØR DU:

- 2** Bland alle ingrediensane til lefsa samman til ein smidig deig, Deigen må ikkje bli for hard.
- 3** Så legg eit kjøkkenhåndkle og plast folie over deigen og let den stå i 20 minutt.
- 4** Del opp deigen i 12 like store emner, form dei til bollar og klem dei litt flate. La dei kvile i 10 minutt på benken under eit kjøkkenhåndkle og plastfolie.
- 5** Kjevle ``bollane`` ut til runde leiver med tykkelse som pannekakar. Stek så lefsene i panne, med middels varme. Snu når dei boblar.
- 6** Del opp laks i bitar og fres det i panna med salt og peppar.
- 6** Legg dei ferdige lefsene på kvarandre innpakket i eit kjøkkenhåndkle. NB: Dersom dei ikkje blir ete opp kan du fryse dei
- 7** Kutt opp grønnsaker.
- 8** Fyll lefsa med laks, grønnsaker og rømme.