



FYLTE HORN OG PIZZASNURRER

6B, AURE SKULE

INGREDIENSER:

Beregnet til 4 porsjoner

1 stk	egg til pensling
1 kg	kveitemjøl
25 g	tørrgjær
10 g	salt
50 g	smør
1 stk	egg
1 stk	strø sesamfrø / valmuefrø
5.5 l	mjølk

SLIK GJØR DU:

- 1 ? Ha alt det tørre i ein bakebolle.
? Varm mjølka til fingertemperatur.
? Bland alt godt saman. Bruk gjerne ei kjøkkenmaskin.
? La det heve til dobbel størrelse.
? Ta deiga ut av bollen og del den i to. Kjevl den til ein rund pizza
? Del dei opp i 8 pizzastykker
? Legg på det fyllet du vil ha og rull dei saman.
? Hev dei i ca ein 20 min.
? Pensl med egg og ha på strø.
? Steik i midten av omnen på 180 grader i 20 minuttar.
- 2 Vi dobla oppskrifta og fekk då 24 fylte horn og 12 pizzasnurrer. Vi delte deiga i fire emne, og fylte fyrste med tomatsaus og ost, pensla med egg og strødde over ost. Andre fylte vi med ost, persille (som vi hadde igjen frå tysdagsgr.) og grillkrydder, pensla med egg og strødde over valmuefrø. Tredje fylte vi med meierismør, eplemos og sykker/kanelblanding. Pensla med egg og stødde med sesamfrø. Fjære emne laga vi pizzasnurrer av, der brukte vi resten av tomatsausen og osten. Osten vi brukte var Norvegianost.
- 3 Tomatsaus.
½ finhakka chili
½ finhakka løk
1 raspa gulrot
1 hakka kvitløkbåt
½ hakka paprika
½ glas tomatpurre
½ bok hermetiske tomater
Divs. urter

- 1 dl vatn
- sukker
- sitron
- Salt og pepper
- 1. Raspa gulrot og hakka grønnsakene.
- 2. Varm oljen i ein kjele og steikgrønnsakene på middels varme.
- 3. Tilsett tomatpurre.
- 4. Tilsett hermetiske tomater, urter (det som eg har, ferske eller frosne) og vatn.
- 5. Rør og la det småkoke i ca 20min.
- 6. Smak til med sukker, sitron, salt og pepper.

4

- Eplemos
- 1 kg eple
- 1 dl vatn
- 1 dl sukker
- 1 ss sitron

- Skrell og fjern kjernehuset.
- Del epla i biter.
- Kok opp vatn og ha epla og sitronen i.
- Kok til epla er møre.
- Rør med ei tresleiv og tilsett sukker.
- Rør til sukkeret er oppløyst.
- Ha mosen over i varme glass.
- Eg frys den i passe porsjoner.

5

- Hyllblomstsaft
- 30 stk hyllblomst
- 4 l kokande vatn
- 2 kg sukker
- 2 stk sitron
- 50 g sitronsyre

Framgangsmåte:

- 1. Rist forsiktig på hyllblomstkronene slik at eventuelle insekter dett ut. Ha blomsten i ein godt rengjort bøtte eller annen stor beholder. Det er ikkje nødvendig å fjerne stilkene.
- 2. Kok opp vann og sukker.
- 3. Skjær sitron og lime i skiver og ha dei i botten saman med blomsten.
- 4. Hell over kokende sukkerlake og rør inn sitronsyre.
- 5. Avkjøl heilt. Sett bøtta på eit kjølig stad i minst 24 timer. Rør om av og til.
- 6. Sil safta gjennom eit klede. Fyll den på rengjorte, steriliserte flasker og skru på kork.
- 7. Oppbevar safta kaldt (den kan godt frysast).
- 8. Bland safta (ca 2:10) med vatn eller kullsyrevatn og legg i ein skive sitron eller lime. Server iskald, eller som ein varm toddy om vinteren.

6

- Vi på Aure skule har jobba med teori tverrfagleg. Vi har to gr. i mat og helse på 6 trinn. Vi har valgt å lage ein middagsrett, klippfiskboller og ein lunsjrett, fylte horn og pizzasnurrer.
 - Vi har brukt klippfisk frå eit firma som held til ca 3 mil i frå her vi bur.
 - Norske mandelpotet.
 - Egg frå nokon som har høns her.
 - Brødrasp frå brødsalkar/rester som vi har tørka i omnen og malt opp i kjøkkenmaskin med knivar.
 - Selskapsrter frå eigen kjøkkenhage, har eg i frysaren som vi brukte.
 - Chili, kvitløk, gulrot, løk, tomatar og diverse urter til tomatsausen, er slikt som eg har i kjøkkenhagen, som vi laga tomatsaus i haust og har frose ned i porsjonar.
 - Eple har vi hausta i eigen hage og laga eplemos av. Frose ned i porsjonar som vi bruker til kake, gjærbakst og dessert.
 - Mjølet brukar vi frå Mylne i Volda 4,4 mil herfrå.
 - Vi er så heldig at vi har gardar i nærleiken av skulen som vi kan få mjølk med, å bruke til gjærbakst og graut.
 - Vi drakk hyllblomstsaft til. Som vi laga og har frose ned på flasker.
- Helsing vi i 6 klasse på Aure skule, Sykkylven Kommune (SUSK)
Lærar Anne-Berit Flote Myhre