



POTETVAFLER MED KJØTT OG FISK

6,

INGREDIENSER:

Beregnet til 4 porsjoner

- 1 dl Rømme (økologisk)
- 1 ts Bakepulver
- 3 ss Hvitvinseddik
- 5 stk Einebær, knust
- 1 stk Gulrot i staver
- 1 dl Potetmel
- 1 stk Rødløk (fra egen kjøkkenhage)
- 0.5 dl Tamari (økologisk)
- 0.4 stk Purreløk
- 2 dl Hvetemel (økologisk)
- 5 stk Poteter (fra egen kjøkkenhage)
- 1 dl Olivenolje (økologisk)
- 8 stk Sukkererter (fra egen kjøkkenhage)
- 4 dl Melk(økologisk)
- 3 ss Smør
- 200 g Elgkjøtt (fra lokal skog)
- 0.5 stk Løk
- 4 stk Egg (økologisk)
- 2 dl Seilaks (kortreist)
- 1 ts Salt
- 1 ts Sukker
- 1 ts Timian

SLIK GJØR DU:

- 1** Bland alle ingrediensene til vaffelrøra. Skrell potetene og riv dem godt. Klem ut vannet. Bland potetene i røra. La røra svulle i 15 minutter. Rør i den av og til slik at den ikke blir misfarget.

Stek potetvafler på god varme.
- 2** Bland sammen litt eddik og sukker. Skjær rødløken i tynne ringer og legg i laken. Skyll løken i vann før bruk.
- 3** Skjær kjøttet i ca 2x 2 cm. Bland alle ingrediensene til marinaden, og la kjøttet ligge en stund.

Stikk inn biter av grillpinner i kjøttbitene og stek dem på panna med litt olje.
- 4** Legg opp vafler med kjøtt og grønnsaker, og vafler med litt rømme og seilaks, og syltet rødløk og grønnsaker.

Vi ønsket å lage noe fra det vi har dyrket selv i kjøkkenhagen vår. Vi prøvde oss fram med vafler med kokt potet og med rå potet. Matavfall komposteres (Bokashi) og brukes i egen kjøkkenhage.