

## Minigratänger med jordärtskocka

Portioner: 6

500 g mjölig potatis  
500 g jordärtskockor  
1 vitlöksklyfta  
5 dl vispgrädde  
1 1/2 tsk salt  
1 krm peppar  
1 dl finriven parmesanost  
smör till formarna



### Så här gör du

1. Dagen före: Sätt ugnen på 225°C.
2. Skala och skiva potatis och jordärtskockor tunt. Skala och finhacka vitlöken.
3. Lägg potatis, jordärtskockor, vitlök, 4 dl av grädden (för 6 portioner), salt och peppar i en kastrull.
4. Koka upp och låt småkoka ca 20 minuter. Rör då och då så det inte bränns i botten.
5. Smörj 6 ugnssäkra portionsformar (för 6 portioner). Fördela gratängblandningen i formarna. Strö över den rivna parmesanen.
6. Gratenera mitt i ugnen ca 20 minuter. Låt svalna och ställ i kylan. Hit kan förberedas.
7. 30 minuter före servering: Sätt ugnen på 175°C. Fördela resterande grädde över formarna. Värm dem i ugnen 15–20 minuter.
8. Servera gärna gratängerna till valfri kött- eller fiskrätt. Eller till vegetariskt.

### För alla:

Läs noga ingrediensförteckningen på buljongen. I övrigt är rätten fri från ägg. Gör glutenfri: använd glutenfritt ströbröd eller po-fiber. Gör laktosfri: använd laktosfri grädde. Gör mjölkproteinfri: byt ut grädden mot soja-, havre-, eller risbaserad ersättningsprodukt.

Källa: <http://www.ica.se/recept/minigratanger-med-jordartscocka-717067/>

## Jordärtskocka "Tortilla"

Ingredienser  
Portioner: 12 st



### Tortilla:

1/2 liten gul lök  
1/2 msk olivolja  
till stekning  
ca 250 g  
jordärtskockor  
ca 250 g potatis  
av fast sort  
2 ägg  
2 msk mjölk  
1 tsk salt  
1/2 tsk  
svartpeppar  
smör till stekning

### Dressing:

1 msk  
färskpressad  
citronjuice  
2 tsk mycket  
finhackad  
ingefära

### Så här gör du

1. Skala och skiva löken. Stek den försiktigt mjuk i olivolja. Skala och riv jordärtskocka och potatis. Tillsätt detta och låt även detta bli mjukt.
2. Rör ihop ägg och mjölk och blanda med lök, potatis och jordärtskocka. Tillsätt salt och peppar.
3. Stek 4 små 1-2 cm tjocka plättar (för 12 st) gyllenbruna i smör i stekpanna eller plättjärn. De ska helst ha lite rinnig kärna. Dela varje plätt i 3 bitar.
4. Rör ihop ingefära och citronjuice. Pensla/skeda över plättarna.

### För alla:

Rätten är fri från gluten men innehåller ägg, laktos och mjölkprotein. Gör laktos- och mjölkproteinfri: ersätt mjölken med Solhavre eller gräddersättning. Stek i mjölkfritt margarin.

Källa: <http://www.ica.se/recept/jordartscocka-tortilla-570798/>