

Gulbets- och potatisgratäng



Ingredienser:
6 Portioner
1 kg potatis (fast sort)
500 g gulbetor
2 vitlösklyftor
1/2 liten purjolök (à ca 100 g)
3 dl vispgrädde
3 dl mjölk (3 %)
1 tsk salt
200 g fetaost
1/2 tsk torkad timjan
1 krm svartpeppar
1 1/2 dl riven lagrad ost (t ex västerbottensost)
smör till formen

- 1) Sätt ugnen på 200°C.
- 2) Skala potatis och gulbetor. Skär i tunna skivor, ta gärna hjälp av en matberedare.
- 3) Skala och finhacka vitlöken. Ansa och skär purjolöken i strimlor.
- 4) Koka upp grädde, mjölk och salt i en rymlig kastrull. Lägg i potatis, gulbetor och vitlök. Koka på svag värme ca 10 minuter. Rör försiktigt då och då.
- 5) Blanda ner purjolök, smulad fetaost och timjan. Krydda med peppar.
- 6) Häll blandningen i en smord, ugnssäker form, ca 20 x 30 cm. Strö över osten.
- 7) Ställ in gratängen i mitten av ugnen tills den har fått fin färg och potatisen är mjuk, ca 20 minuter.

Lammkorv med gulbetor och fetaost



Ingredienser:
4 portioner

ca 500 g gulbetor
900 g potatis
1 msk olivolja
salt och peppar
100 g fetaost
2 dl matyoghurt (10 %)
1/2 msk honung
1 dl solroskärnor
2 förp lammkorv, fårost & rosmarin (à 225 g)
65 g mangoldskott

- 1) Sätt ugnen på 225°C och sätt in en långpanna.
- 2) Skala gulbetorna och skär dem i klyftor. Halvera potatisen. Vänd allt i hälften av olivoljan och håll upp på den varma långpannan. Salta och peppra. Sätt in mitt i ugnen ca 30 minuter.
- 3) Smula ner fetaosten i yoghurten och smaka av med salt, peppar och honung.
- 4) Rosta solroskärnorna gyllenbruna i en torr och het stekpanna.
- 5) Stek korven i resten av olivoljan. Blanda mangoldskotten med de ugnsröstade grönsakerna.
- 6) Servera lammkorven med ugnsröstade grönsaker, fetaost och solroskärnor.

För alla:

Läs noga ingrediensförteckningen på lammkorven. I övrigt är rätten fri från gluten och ägg men innehåller mjölkprotein.
Gör laktosfri: använd fetaost och matyoghurt utan laktos.