



MAT-glede

Av Kristin Jøtun



Foto: Alf Barjesson/frukt.no

KJÆRLIGHETSKAKE

ca. 10 stk.

- 5 egg
- 150 g sukker
- 150 g hvetemel
- 1 ts bakepulver
- PYNT:**
- ½ dl juice
- 3 dl kremfløte
- 3 ts melis
- 1 kurv jordbær
- 1 banan
- 2 kiwier
- 1 pk. jordbærgelé
- litt melis

• Visp egg og sukker til eggedosis. Sikt mel og bakepulver og bland alt forsiktig med en slikkepott. Hell røren i smurt hjerteform og la kaken steke i ovnen på midterste rille ved 175° i 40-50 min. Avkjøl.

Del kaken i to og dykk bunnene med juice. Pisk kremfløte og melis til krem. Del bananen og jordbærene i skiver og kiwiene i biter. Fyll kaken med krem, banan, jordbær og kiwi. Ikke bruk opp alle jordbærskivene, og ta av litt pisket krem til toppen. Legg et lag med krem oppå og på sidene av kaken sammen med jordbærskiver som legges tett i tett slik at de dekker hele overflaten. Kok opp vann og følg anvisningen på gelépakken. Avkjøl geleen og la den halvstivne før den pensles over bærene. Pass på at alle bærene blir godt dekket. Sett kaken kaldt slik at geleen stivner helt. Rett før servering strøs et lite lag med melis på toppen.

ROSMARINDUFTENDE SKALLDYRSALAT

4 porsjoner

- 8 skiver mørkt grovt rugbrød
- 260 g reker
- 160 g krepsehaler i lake
- 2 sjalottløk
- 4 ss frisk gressløk
- 1 potte rosmarin
- 16 cherrytomater
- 1 slangeagurk
- 8 små poteter

- 4 ss olivenolje
- 2 ss balsamico-eddik
- Bland rensede reker og avrente krepsehaler. Tiltsett hakket løk, gressløk, rosmarin, tomatbåter, agurk i biter og kokte skivede poteter. Bland olivenoljen med balsamico-eddik og vend inn i salaten. Rist brødsnivene og fordel salaten på dem. Dryss over grovklippet rosmarin.



Foto: Alf Barjesson/frukt.no

Ukens vintips

La Vespa Barbera d'Asti DOC, Italia Piemonte 2006, kr 119,20. En frisk, ren vin med innslag av kirsebær, blomster og snev av humus og treolje. Saftig og syrlig vin med fin frukt i munnen og varm etter smak. Passer til grillmat, hvitt kjøtt og storfe.



Foto: Astrid Hals/frukt.no

HVA ER SMOOTHIE?

Smoothie er en tyktflytende og forfriskende drikk som er laget av most, hel frukt eller bær, isbiter og litt yoghurt, melk, mineralvann eller juice. Vil du ha en litt mer forfriskende tørstedrikk, kan den lages tynnere ved å tilsette mer juice, melk eller sprudlende mineralvann. Skal drikken være mer mettende, kremete og nesten til å spise med skje? Da kan du blande bær med yoghurt og banan.

EN JORDBÆR- OG PÆREDRØM

ca. 2 porsjoner

- 1 kurv jordbær
- 2 modne pærer
- 6-8 isbiter
- 4 dl Biola med jordbær
- Kjør alt i en blender til konsistensen er myk og fin. Serveres med en gang den er laget.