



## FOCACCIA MED REKESALAT, HVITLØKSDRESSING OG SMOOTHIE

6B, HANNESTAD BARNESKOLE

### INGREDIENSER:

Beregnet til 4 porsjoner

- 1 stk pære
- 1 stk eple

#### SMOOTHIE

- 1 dl eplejuice
- 1 pk smoothiemix

#### SALAT

- 1 stk isbergsalat
- 1 stk agurk
- 1 stk paprika
- 1 stk tomat
- 0.5 boks mais
- 1 boks pillede reker i lake

#### FOCACCIA

- 1.5 ss grovhakket Rosmarin
- 1 ss Olivenolje
- 0.5 ts Salt
- 0.5 ts Sukker
- 1 dl Olivenolje til deigen
- 3 dl Vann

### SLIK GJØR DU:

- 1** Focaccia:  
Bland alt det tørre.  
Rør gjæren ut i lunkent vann og olivenolje.  
Bland sammen med det tørre og elt deigen til en myk og fin deig.  
Legg bakepapir i en ildfast form, klem deigen ut i formen, hell oljen over, press små gropåer i deigen med fingrene og strø over grovhakket rosmaring og flaksalt.  
La deigen heve til dobbel størrelse.  
stek i 30 minutter på 185 grader. Avkjøl på rist.
- 2** Salat:  
Kapp grønnsakene i passe store biter. Bland inn reker og mais.
- 3** Finhakk bladpersille i rømmen, smak til med salt, pepper og litt sitron.
- 4** Smoothie:  
Skrell og ta ut kjernehusene av eple og pære. Kjør det i en blender med frossen smoothiemix og eplejuice. Server ved salaten.



kg

0.5 kg Hvetemel  
sammalt hvetemel  
0.5 ss flaksalt

**DRESSING**

2 ss finhakket persille  
3 dl Lettrømme  
1 båt sitron