

SPIS DANMARK GRØNNERE



SPIS
KOLDSKÅL MED BLÅBÆR
OG RISTET HAVRE





SPIS KOLDSKÅL MED BLÅBÆR OG RISTET HAVRE

🍴 1 portion - ca. 1 liter

🕒 30 minutter

INGREDIENSER

Koldskål med blåbær

2 æg eller 6 æggeblommer
3 spsk. sukker
1 ts. vaniljesukker
5 dl kærnemælk
3 dl tykmælk (eller ymer)
3 spsk. citronsaft
Skal fra 1 citron
250 g friske eller frosne blåbær
(eller andre bær)

Sprød havre

40 g smør
100 g sukker
200 g havregryn

Koldskålsgrød

2 dl færdig koldskål
2 spsk. havregryn

FREM GANGSMÅDE

Koldskål

- 1 Pisk æg, sukker og vaniljesukker hvidt og skummende i ca. 5 minutter.
- 2 Tilsæt kærnemælk, tykmælk, citronsaft og citronskal, og pisk koldskålen sammen, til den er luftig og tykner let.
- 3 Skyl blåbær. Tilsæt halvdelen hele og den anden halvdel blendet til koldskålen.
- 4 Stil koldskålen på køl, og servér den kold.

Sprød havre

- 5 Smelt smørret på en pande.
- 6 Tilsæt sukker, og lad det smelte sammen med smørret.
- 7 Når blandingen er lysebrun, tilsættes havregryn.
- 8 Rør godt rundt, så karamellen fordeler sig på havregrynene.
- 9 Sluk for varmen, og hæld den ristede havre ud på bagepapir til afkøling.
- 10 Opbevar i lufttætte beholdere.

Koldskåldgrød

- 11 Bland koldskål og havregryn.
- 12 Lad blandingen stå på køl i nogle timer eller natten over.
- 13 Anret med yndlingsbær eller frugt samt sprød havre, nødder, kokos mm.



**SMAG
DIG
FREM**

STØTTET AF:
novo nordisk
fonden
Beefitting people and society

NORDEA
FONDEN
Vi støtter gode liv