



Billedet kan afvige noget fra opskriften.

Ovnbagte kartofler, blomkål og kikærter med tzatziki og syltet bolsjebede

Det skal du bruge

1 stk bagekartoffel
½ pose citruskrydderi
1 stk bolsjebede
½ stk citron
1 dåse kikærter
½ stykke blomkål
½ pose cashewnødder
1 stk skoleagurk
1 fed hvidløg
1 dl græsk yoghurt
½ dl creme fraiche
½ pose karry
50 g babyspinat
50 g salatost i kryddermarinade

Det skal du selv have

sukker ^b
salt ^b
peber ^b
olie ^b

^b basisvare

1. Tænd ovnen og varm op til 225°C (Varmluft).
2. **Ovnbagte kartofler:** Skyl kartofflen og skær i smalle bånd. Fordel dem på en bageplade med bagepapir og vend i lidt olie og citruskrydderi. Bag kartoflerne i ovnen ca. 10 min.
3. **Letsyltet bolsjebede:** Skræl og skær bolsjebede i tynde skiver evt. på mandolinjern. Pres saften af ⅓ af citronen og pisk med 1 tsk sukker og lidt salt. Bland bedeskiverne i og lad det trække.
4. **Ovnbagte grøntsager:** Si lagen fra kikærterne og skyl dem i koldt vand. Del blomkålen i buketter. Bland begge dele med lidt olie, salt og peber. Tag bagepladen med kartofler ud af ovnen og fordel blomkål og kikærter over kartoflerne. Bag det hele i ovnen yderligere 10-15 min. Kom cashewnødder over grøntsagerne, når der er ca. 4 min. tilbage af bagetiden.
5. **Tzatziki:** Skyl og riv agurk groft på et rivejern og pres så meget væske ud som muligt. Pil og pres hvidløg. Bland agurk, hvidløg og yoghurt sammen i en serveringsskål. Smag til med lidt citronsaft, salt og peber.
6. **Currydressing:** Bland creme fraiche og karry i en lille skål og smag til med sukker, salt og peber.
7. **Topping:** Skyl spinaten i koldt vand og bland den med de ovnbagte grøntsager før servering. Top med salattern og currydressing.