



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

Fiskekaker med krydderbakte gulrøtter, småpoteter og spinat, servert med frisk yoghurt og hasselnøtter

Krydderbakte gulrøtter, småpoteter og spinat

400 g gulrøtter
300 g småpoteter
50 g spinat
½–1 pakke urtemiks
1 pakke honning
½ stk sitron

Fiskekaker

1 stk rødlok
360 g fiskekaker
½ stk sitron

Servert

½ pakke hasselnøtter
150 g yoghurt
½ pakke basilikumolje

- 🏠 bakepapir (kan sløyfes)
- 🏠 olje
- 🏠 salt
- 🏠 pepper

- 1 Varm opp stekeovnen til 220 grader varmluft.
- 2 **Krydderbakte gulrøtter, småpoteter og spinat:** Skrell gulrøttene og skyll potetene og spinaten. Kutt gulrøttene i fire på langs. Ha gulrøttene og potetene på et stekebrett med bakepapir, og vend inn litt olje, salt, pepper, det tyrkiske krydderet og honningen. Del sitronen og skvis over saften fra halve sitronen. Bak grønnsakene i ovnen i omtrent 20 minutter.
- 3 **Fiskekaker:** Skrell og kutt løken i ringer. Varm opp en stekepanne til middels høy varme, og ha i litt olje. Stek løken i omtrent 4 minutter, til den er blank, og ha den over på en tallerken. Ha litt ny olje i stekepannen, og stek fiskekakene i omtrent 2 minutter på hver side, eller til de er gjennomvarme. Ha løken tilbake i stekepannen sammen med fiskekakene de siste to minuttene av steketiden.
- 4 **Krydderbakte gulrøtter, småpoteter og spinat, fortsettelse:** Vend inn spinaten med potetene og gulrøttene rett før servering.
- 5 **Servert:** Knus hasselnøttene. Smør yoghurten utover på tallerkenene, og fordel gulrøttene, potetene og spinaten over. Drypp litt basilikumoljerundt og dryss hasselnøttene over. Server med fiskekakene og løken. God middag!

Tips fra kokken: Smak gjerne til yoghurten med basilikumoljen og litt revet sitronskall. Rist hasselnøttene i en tørr stekepanne for ekstra god smak. Skvis litt sitronsaft over løken for ekstra smak.