



Detta recept är ett samarbete med ViktVaktarna. Har du frågor om receptet eller ViktVaktarnas program, hör av dig till matkasse@viktvakarna.se



Notera att ingredienser kan avvika från receptbilden

🕒 20 - 30 min 👤 2 PORTIONER

Points®värde per portion

10

Morot- och potatisrösti med räkor och picklad lök

Picklad rödlök

Rödlök 1 st

🏠 Vatten ½ dl

🏠 Socker ½ dl

🏠 Ättiksprit (12%) ¼ dl

Morot- och potatisrösti

Potatis 400 g

Morot 2 st

Gul lök 1 st

🏠 Äggula 1 st

🏠 Salt ½ tsk

🏠 Svartpeppar 1 krm

🏠 Neutral olja 2 tsk

Till servering

Räkor 1 förp

Gräslök 10 g

Matyoghurt 1 dl

1. Picklad rödlök: Hacka rödlök. Häll vatten, socker och ättiksprit i en liten kastrull och koka upp. Ta kastrullen från värmen. Lägg ner löken och blanda med lagen, ställ in i kylen till servering.

2. Morot- och potatisrösti: Riv potatis, morot och gul lök. Lägg allt i en bunke och blanda ner ägg, salt och nymald svartpeppar.

3. Hetta upp neutral olja i en stekpanna på medelvärme. Tryck ut rotfrukterna till 4 jämna rösti i stekpannan. Stek ca 5 min per sida, låt dem få fin stekyta innan du vänder på dem (se tips!).

4. Häll av räkor och strimla gräslök. Lyft ur picklad rödlök ur lagen.

5. Servera nystekt morot- och potatisrösti toppad med räkor, matyoghurt, avrunnen picklad lök och gräslök.

TIPS! Tycker du att röstin är svår att vända, använd en tallrik som hjälp.