



Notera att ingredienser kan avvika från receptbilden

# Rotfruktspytt med äpple, pannoumi och stekt ägg

## Rotfruktspytt

Potatis 400 g  
Morötter 300 g  
Palsternacka 1 st  
Gul lök 1 st  
🏠 Bakplåtspapper 1 st  
🏠 Olivolja  
🏠 Salt  
🏠 Svartpeppar

## Dijonyoghurt

Matyoghurt 1 dl  
Dijonsenap 2 tsk  
Flytande honung 1 förp  
🏠 Salt 1 krm  
🏠 Svartpeppar

## Till servering

Ägg 2 st  
Pannoumi 1 förp  
Rött äpple 1 st  
Mâchesallad 30 g  
🏠 Olivolja

1. Värm ugnen till 225°C (varmluft) eller 250°C (vanlig).
2. **Rotfruktspytt:** Tärna potatis, morötter och palsternacka. Klyfta gul lök tunt. Lägg allt på en plåt med bakplåtspapper och blanda med lite olivolja, salt och nymald svartpeppar. Rosta mitt i ugnen ca 20 min. Rör om efter halva tiden.
3. **Dijonyoghurt:** Blanda matyoghurt, dijonsenap, honung, salt och lite nymald svartpeppar i en skål.
4. Hetta upp lite olivolja i en stekpanna och stek ägg ca 3 min, gulan får gärna vara krämig. Lägg över på en tallrik och spara pannan.
5. **Till servering:** Skär pannoumi i tärningar. Hetta upp den använda stekpannan och stek osten runt om ca 2 min.
6. Tärna äpple. Toppa rotfruktspyttan med mâchesallad, pannoumi och äpple. Servera med stekt ägg och dijonyoghurt.