



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

Smørdampet spisskål med bakt løk og lett byggotto med skjørost servert med dillsaus

Byggotto

125 g byggkorn
1 stk rødt eple
½ bunt dill
1 stk sjalottløk
1 pakke skjørost
🏠 1 ss eplester-,
hvitvins- eller blank
eddik
🏠 1 ss olivenolje

Bakt løk

1 stk rødløk

Smørdampet spisskål

½ stk spisskål
1 stk sitron
🏠 1 ss smør
🏠 1 dl vann

Dillsaus

1 pakke crème fraîche
½ bunt dill
🏠 salt
🏠 olje
🏠 pepper

- 1 Varm opp stekeovnen til 200 grader varmluft.
- 2 **Byggotto:** Tilbered byggkornene som anvist på pakken. Avkjøl byggkornene i kaldt vann når de ferdigkokte.
- 3 **Bakt løk:** Del rødløken i to på tvers. Varm opp en stekepanne til middels høy varme, og ha i litt olje. Stek løken med snittflatene ned i omtrent 3 minutter, eller til den har fått en mørk farge. Ha løken over i en ildfast form, og krydre med litt salt og pepper. Bak løken i ovnen i omtrent 15 minutter, eller til den er mør. Del løken i dens naturlige lag når den er ferdigbakt, og ta bort skallet.
- 4 **Smørdampet spisskål:** Ta av det ytterste laget på kålen og del den i 4 båter. Del sitronen i to. Varm opp stekepannen fra steg 3 til middels høy varme, og ha i litt olje. Stek kålen og sitronen med snittflatene ned i 2–3 minutter, til de har fått en gyllen stekeskorpe. Ta ut sitronen. Ha i 1 ss smør og 1 dl vann, og legg på et lokk (se tips). Senk temperaturen og la kålen dampe seg ferdig under lokk, i omtrent 3 minutter. Ha over saften fra den stekte sitronen og dryss litt flaksalt over kålen rett før servering.
- 5 **Byggotto, fortsettelse:** Skyll eplet og dillen. Skrell og finhakk sjalottløken. Kutt eplet i små terninger, og grovhakk dillen. Bland sammen 1 ss eddik, 1 ss olivenolje og litt salt og pepper i en serveringskål. Ha i eplet, løken og halvparten av dillen. Vend inn de ferdigkokte byggkornene og topp med skjørosten.
- 6 **Dillsaus:** Hacrème fraîche over i en liten kjele, og kok opp på middels varme under omrøring. Vend inn resten av dillen rett før servering og smak til med salt og pepper.
- 7 Vel bekomme!

Tips fra kokken: Har stekepannen for lav kant til at lokket dekker kålen, så kan du dekke kålen med aluminiumsfolie istedenfor.