



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

Mathvetesalat med bakt søtpotet, sprøstekt bacon og cottage cheese-topping

Mathvete

1 pakke mathvete
1 pakke hønsebuljong

Bakt søtpotet og bacon

1 stk søtpotet
150 g bacon

Cottage cheese-topping

½ stk sitron
1 stk hvitløksfedd
1 bunt bladpersille
240 g cottage cheese

Honningsyltet løk

2 stk sjalottløk
1 pakke honning
½ stk sitron
1 ss smør* ^B
½ dl vann ^B

Til servering

100 g spinat
60 g ruccola

olje ^B

salt ^B

pepper ^B

bakepapir (kan sløyfes) ^B

^B Basisvare

1. Varm opp stekeovnen til 230 grader varmluft.

2. **Mathvete:** Tilbered mathveten som anvist på pakken, men bruk hønsebuljongen i kokevannet.

3. **Bakt søtpotet og bacon:** Skrell og kutt søtpoteten i terninger. Fordel søtpotetterningene og baconet på et stekebrett med bakepapir, og vend inn litt olje, salt og pepper. Stek det hele i ovnen i 15–20 minutter, eller til søtpoteten er mør og baconet er gyllent.

4. **Cottage cheese-topping:** Skyll sitronen og persillen, og skrell hvitløken. Finhakk hvitløken og persillen, og finriv skallet (kun det gule) fra sitronen på et rivjern. Ha cottage cheesen i en skål og bland inn persillen, sitronskallet og hvitløken. Smak til med salt og pepper.

5. **Honningsyltet løk:** Skrell og del sjalottløkene i to på langs. Varm opp en stekepanne til middels høy varme, og ha i litt olje og 1 ss smør. Stek løken med snittflaten ned i 2–3 minutter, til den er gyllen. Tilsett honningen, la den smelte, og skvis over saft fra halve sitronen. Ha i ½ dl vann, og la det hele småkoke i 5–6 minutter til laken tykner litt og løken er mør.

6. **Til servering:** Skyll og tørk spinaten og ruccolaen. Ha salaten på et fat, og fordel mathveten og den bakte søtpoteten og baconet over. Del løken litt fra hverandre og topp salaten med løken, honninglaken, og klikker med cottage cheese-toppingen. Skvis over litt saft fra resten av sitronen til slutt.

* Du kan bytte ut inngrediensen mot et allernaivnllia alternativ