



Notera att ingredienser kan avvika från receptbilden

Rotfruktspytt med äpple, pannoumi och stekt ägg

Rotfruktspytt

Rotselleri 150 g
Potatis 400 g
Morötter 300 g
● Bakplåtspapper 1 st
Gul lök 1 st
Pannoumiburgare 1 förp
Rött äpple 2 st

Senapskräm

Matyoghurt 1 dl
Dijonsenap 2 tsk
Flytande honung 1 förp
● Salt 1 krm

Stekt ägg

Ägg 2 st

Till servering

Mixsallad 65 g

Att ha hemma ●

Bakplåtspapper, Olivolja,
Salt, Svartpeppar

1. Värm ugnen till 225°C (varmluft) eller 250°C (vanlig).
2. **Rotfruktspytt:** Skala rotselleri med en vass kniv. Skär potatis, morötter och rotselleri i tärningar. Lägg på en plåt med bakplåtspapper. Blanda med lite olivolja, salt och nymald svartpeppar. Rosta mitt i ugnen ca 25 min. Rör om efter halva tillagningstiden.
3. **Senapskräm:** Blanda matyoghurt, dijonsenap, honung, salt och lite nymald svartpeppar i en skål.
4. **Stekt ägg:** Hetta upp lite olivolja i en stekpanna. Stek äggen ca 3 min, gulan får gärna vara lös. Lägg över på en tallrik och spara pannan.
5. **Rotfruktspytt:** Finhacka gul lök. Tärna pannoumi. Hetta upp lite olja i den använda stekpannan och stek osten på hög värme ca 1 min. Tillsätt löken och fräs ytterligare ca 1 min. Tärna äpplen. Blanda äpple, stekt lök och pannoumi med de rostade rotfrukterna. Smaka av med lite salt och nymald svartpeppar.
6. Toppa rotfruktspytten med salladsmix och stekt ägg. Servera med senapskräm!