



Fria Emilia
Boden
Namn: Henke
Årskurs: 8

Datum: 2/2 2010

Dokumentation hem- och konsumentkunskap

Det här har vi gjort idag: Vi har lagat kebab med grönsaker, klyftpotatis och kebabsås.

Det här har vi lärt oss: Vi har lärt oss att man kan göra egen kebab av köttfärs.

Det här var särskilt roligt eller intressant: Det var roligt och laga det och slutresultat blev gott.

Det här ska jag/vi tänka på till nästa gång: Vi ska tänka på att läsa recepten noggrannare.



Kebab tallrik 2 pers



tid 30-40 min

Klyftor

4-6 st potatisar
1 st morot
1 st palsternacka
0,5 msk olja

1. Sätt på ugnen 225 grader =
2. Skala och klyfta till små bitar
3. olja botten på en form, lägg i klyftorna
4. Ställ in formen i mitten av ugnen 25-30 min

Kebabsås

1 dl gräddfil
1msk mjölk
1 pressad vitlöksklyfta
1 tsk majonnäs
0,5 tsk chilisås
1 krm cayennepeppar
0,5 krm salt

5. Blanda allt i en skål, låt vila i kylan

Kebab

200g blandfärs
1,5 msk potatismjöl
1 pressad vitlöksklyfta
2 krm cayennepeppar
4 krm spiskummin
2 krm koriander
0,5 tsk salt
1 msk mjölk
1 msk olja (till stekningen)

6. Blanda allt i en skål
7. olja in ett bakplåtspapper
8. Kavla ut massan på bakplåtspappret till en tunn kaka
9. stek i stek panna på medelvärm, ca 1 min på varje sida
10. Skär kakan i fyrkanter 2*2 cm
11. servera med en sallad