

Tips på vad du kan göra med olika rot/grönsaker

Rotselleri, en fantastisks rotsak som många tror enbart kan ätas som en pytteliten del i köttsoffa. Denna delikatess kan användas på många andra sätt och är mycket god, tycker i alla fall jag.

Mitt bästa tips:

- Borsta och rengör rotsellerin väl, behåll skalet
- Klyfta i ca 8 bitar och ugnsrosta i 225 grader till bitarna är mjuka
- Under tiden gör ett brynt smör
- Riv parmesan eller annan lagrad ost med sälta
- Ät rotsellerin med brynt smör och toppa med riven ost – SÅ GOTT!

Mitt näst bästa tips:

- Skala rotsellerin, dela i små bitar
- Lägg i kastrull och håll på vatten så bitarna täcks + 1-2 dl grädde, beroende på mängden vatten lägg i grönsaksbuljong efter vattenmängd, koka till bitarna är mjuka.
- Under tiden stek svamp så den blir lite krispig, går även bra med bacon
- Ta en stavmixer och mixa till en underbart len och mild soffpa
- Ät soffpan toppad med svamp eller bacon och gärna lite klippt persilja

Andra tips

- Baka i ugnen hel, griljera som en skinka, ät i skivor
- Pickla tunna skivor och som tillbehör till annat

Rödbetor, är också såååå... goda. Det går inte att få för mycket av!

En klassiker:

- Ugnsrosta i bitar
- Servera med fetaost, pinjenötter och ringlad honung över

För höstmörkret – en rödbettssoffa med pepparrotskyoghurt:

- <https://www.ica.se/recept/rodbettssoffa-med-pepparrotskyoghurt-591739/>

Enklaste receptet:

- Bara koka betorna mjuka med skalet på. När de är mjuka håll på kallt vatten och kläm av skalet med handen.
- Dela i bitar och ät med lite smör och salt. Mmmmmmm!

Purjolök, mild och god lök där mycket mer kan användas än bara den vita delen

Soppa:

- Använd hela löken i en potatis och purjolökssoppa <https://www.ica.se/recept/kramig-potatis-och-purjolokssoppa-716077/>

Grönkål, mjäll och fin. Här finns lite tips vad man gör med grönkål

- Grönkålschips
- Woka ihop med andra grönsaker
- Mixa ner i smoothies

Mangold, en bladgrönsak släkt med rödbetan

Godaste röran:

- Skär av stjälken som hackas i små bitar, hacka gul lök och vitlök efter behag. Tag gärna med lite chili också. Fräs i olivolja tills mjuknat.
- Dela bladen i mindre bitar och fräs med lökblandningen, salta och peppra
- Här kan du välja att äta som det är men jag föredrar att ha i creme fraiche som får puttra med en stund
- Himmelskt gott – ät och njut