

SQUASHPANDEKAGER

De lækreste squashpandekager - sprøde udenpå og bløde indeni. En god måde at få både børn og voksne til at spise mere grønt.

•

Til

- 1000 g squash
- 1 tsk salt
- 4 spsk hvedemel
- 100 g parmesanost
- 2 fed hvidløg
- 2 æg
- peber
- 4 spsk olivenolie (måske mere afhængig af hvor god din pande er)

Idéer til tilbehør

- creme fraiche
- purløg
- rejer eller laks

Skyl squashene og riv dem på et rivejern (jeg brugte min køkkenmaskines rivejern).

Drys salt over de revne squash, og lad det trække 5 minutter. Kom det i et rent viskestykke eller andet klæde, og pres så meget væde ud som muligt. Jo mere væske du får presset ud, desto bedre bliver squashpandekagerne.

Når du ikke kan presse mere væde ud, kommes den revne squash i en skål. Bland melet i.

Riv parmesanen på rivejernet, og bland den i. Riv, pres eller hak hvidløg og kom det i. Tilsæt æg og peber, og rør godt rundt.

Kom godt med olie på panden - ikke det hele på én gang, for squashpandekagerne skal steges ad flere omgange.

Form dejen ligesom runde frikadeller, og tryk

dem flade på panden. Pandekagerne skal være ca. 1 cm tykke. Steg dem ved middel varme til de er faste og gyldne på begge sider.

Servér evt. med en klat creme fraiche og fintklippet purløg. Spis f.eks. squashpandekagerne som forret med rejer eller laks, som tilbehør til andre retter, i madpakken eller hvad du kan finde på. Kun fantasien sætter grænser.

