



MYNDIR: TJÓÐHILD PATURSSON

Sour Cream and Onion Grønkál Kips

Um eg kann kalla grønkálkips eina opinbering fyri meg, ja so veit eg ikki hvat eg skal kalla »Sour Cream and Onion Grønkálkips« – tað átti at fingið eitt føroyskt navn, SO gott er tað.

- 6 grønkálsbløð
- 1 dl av cashewnøtum (tað er smart at leggja tær í blot í nakrar tímar, so eru tær lættari at blenda)
- 1 spsk av sitrónsaft
- 2 tsk av súreplaedikki
- 1 lítið petti av reyðleyki (uml 1/4 part av einum lítlum leyki)
- 1 nips av salti
- 1-2 spsk av vatni

Set fyrst ovnin á 150 hitastig. Koyr síðani alt uttan grønkálið í ein blendara, og blenda alt saman til ein dressing. Smakka dressingin til

soleiðis at hann passar tær: koyr meira salt í, meira edikk, meira leyk ella meira sitrón. Men hugsa um, at smakkurin verður sterkari, eftir at tað hevur verið í ovninum. Er blandingin ov turr og torfør at blenda, koyr so eittsindur meira av vatni í, men ikki ov nógv.

Vaska síðani grønkálið og turka væl. Sker bløðini av stelkinum, og petta tey í passandi munnbitar. Massera grønkálið við dressinginum.

Stroy út á bakiplátu við baki-pappíri. Syrg fyri at hvørt grønkáls-blæðið fær pláss. Tað kann vera neyðugt at brúka tvær plátur - alt eftir støddini á ovninum. Baka í uml 30 min. Men halt eyga við tí. Grønkálkipsið fer skjótt frá perfekt knasut til brent. Grønkálkipsini eru liðug, tá ið tey eru knasut og einki 'bleytt' er eftir.

Njót, ímeðan tú takkar fyri at veganarar eru til.

