

Smakkiroynd frá Oddvør Skarðhamar

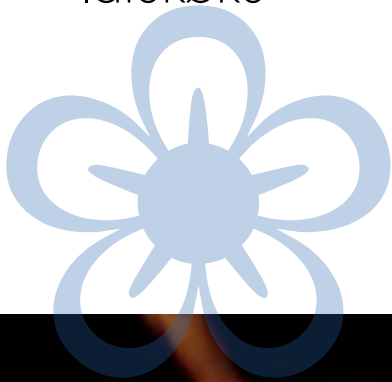
Lagt til rættis: Rigmor Dam
Fotografur: Benjamin Rasmussen

Lesarar hjá Rákinum fáa her fyra leskiligar uppskriftir úr nýggju kókibókini »Oddvørsa krás í køkinum«.

Viðagitna kókikonan bjóðar okkum spennandi speltbollar, heilstoktan høsnaunga við bulgursalati og syndafulla sjukulátukøku



Oddvør Skarðhamar, ið er kend fyri at gera leskiligan og spennandi mat til tiltøk av allahanda slag, letur í hesum døgum úr hondum kókibókina »Oddvørsa krás úr køkinum«. Í bókini eru 83 uppskriftir til alskyns sløg av vælsmakkandi mati – allar skrivaðar bæði á føroyskum og danskum. Hetta er aðru ferð viðagitna kókikonan gevur út kókibók. Í fjør kom »Oddvørsa køku- og dessertdreymar«. Bókin »Oddvørsa krás úr køkinum« er lægd til rættis og stílað av Ingibjörg Jacobsen. Benjamin Rasmussen hevur tikið myndirnar. Bókin kostar 299 krónur og fæst kring alt landið.



Speltbollar

(12 stk)

1 dl av A38
4 dl av flógvum vatni
25 g av ger
1 spsk. av salti
2 spsk. av putursukri
1 spsk. av olivenolju
100 g av hørfræi
250 g av grovum speltmjøli
450 g av hveitimjøli
1 egg at pensla við

Koyr A38 og vatn í eina skál og blanda gerina uppí. Rør síðan fyrst putursukur, salt, olju, hørfræ og speltmjøl uppí, og síðan eitt sindur av hveitimjøli í senn. Lat uml. 50 g av mjøli vera eftir. Elt deiggið, til tað er javnt og slætt. Lat restina av mjølinum í, um deiggið er ov kleiggjut. Koyr deiggið í 12 stykkir. Rulla hvørt stykki í 20 cm langar rullur og forma tær til ringar. Set á tvær bakiplátur við bakipappíri og lat ganga í 2 tímar. Pensla egg á, set í 200 stig heitan ovn og baka í uml. 20 minuttir.

