

Kenneths squashplättar!



HEBES

FRUKT GRÖNT

Läs mer och hitta recept
på www.hebe.se eller
scanna in QR-koden.



Kenneths squashplättar

10 stycken

Ingredienser:

2 st squash gärna stora,
grovrivna
2 st ägg
3 dl ströbröd
1 dl turkisk yoghurt
1,5 tsk salt
1 dl oregano färsk, hackad
1 tsk Olivolja till stekning

Tzatziki

1 st squash
5 dl turkisk yoghurt
2-3 klyftor vitlök pressade
0,5 tsk salt
1 tsk Olivolja

Gör så här:

Börja med tzatzikin. Lägg den rivna squashen i ett durkslag och pressa ur så mycket vätska det går. En potatispress funkar jättebra till detta om du har en sådan. Blanda med de övriga ingredienserna i en skål och låt den stå och dra medan du gör plättarna.

Pressa vattnet ur den grovrivna squashen (se ovan).

Blanda alla ingredienser utom olivoljan. Ta eventuellt lite mer ströbröd om smeten är lös. Smeten ska vara ganska fast.

Hetta upp rikligt med olja i en fritös eller stekpanna. Forma plättar av smeten och lägg i oljan. Friterar tills gyllenbruna eller stek ca 2-3 min per sida.

Ju tunnare plättar desto snabbare tillagning. Servera med tzatzikin.