

Grænmetisbollur eða buff

3 kg kartöflur

1 kg hrísgrjón ósoðin

1,5 kg spergilkál

1,5 kg gulrætur

0,5 kg blaðlaukur

1 kg hafragrjón

1 kg rifinn 17% ostur

0,5 kg heilhveiti

300 g olía

220 g grænmetiskraftur

20 g salt

5 g hvítur pipar

Stutt leiðbeining: Kartöflurnar eru sneiddar niður og forsoðnar.

Hrísgrjónin eru líka soðin. Osturinn rifinn. Gulrætur, spergilkál og blaðlaukur rifið niður. Passa að ekki sé vökvi á hrísgrjónunum og kartöflunum. Grænmetiskrafturinn leystur upp í heitum kartöflunum ef hann er í deigi. Öllu blandað saman í hrærivélarskál. Mótaðar kúlur eða buff með ísskeið. Steikt ofni.

Meðlæti: Borið fram með maísbaunum, kaldri vorlaukssósu og fersku salati.