

Lifrabuff (án eggja og án mjólkur)

7 kg hökkuð lifur
400 g laukur í bitum (e.t.v. mixa)
400 g hafragrjón
400 g hveiti
200 g kartöflumjöl
90 g salt
10 g pipar
30 g laukduft
30 g season all

Stutt leiðbeining: Öllum innihaldsefnum blandað saman og hrært vel. Deiginu dreift í gastróbakka og steikt í ofni. Skorið í stykki. Eða steikt á pönnu.

Meðlæti: Kartöflur eða kartöflustappa og lauksósa. Rauðkál (rauðrófur) eða grænar baunir og rifið hvítkál með ananas.