



CA. 30 MIN

4-6 x 

FARS RØDBEDEFRISTELSE

I SKAL BRUGE

2 mellemstore rødbeder
2 gulerødder
1 æble
75 g mørk chokolade (70-80 %)
10 makroner
2 dl piskefløde
3 dl Skyr
2 tsk. vaniljesukker eller
kornene fra 1 vaniljestang

GODE TIPS



I kan også bruge
ristet rugbrød i stedet
for makroner, og hvis I er
trætte af rødbeder, så prøv
med bolsjebeder eller gule
beder.

SÅDAN GØR I

1. Skræl rødbeder og gulerødder og riv dem på den grove side på et rivejern.
2. Skyl og riv æblerne og bland de revne grøntsager og æblet godt sammen.
3. Put makroner i en pose og knus dem i mindre stykker. Hak chokoladen "mellemgroft" og læg den på en tallerken sammen med makronerne.
4. Pisk fløden til flødeskum i en skål med en håndmixer.
5. Rør vaniljesukker sammen med Skyr og vend flødeskummen i.
6. Find et fad eller en skål og anret på følgende måde: Makroner og chokolade i bunden, så Skyrcremen og til sidst de revet grøntsager.
7. Server den som dessert eller mellemmåltid. Når I har fået en portion op på tallerkenen, så husk at røre godt rundt i fristelsen, så får I nemlig alle smagene med på en gang.



GODE OPGAVER TIL FAR OG BARN



BARNET: Skræller gulerødderne, hjælper far med at rive dem, og tager sig af flødeskum og makroner.



FAR: Tager handsker på og fixer rødbederne og gulerødderne og hakker chokoladen.