




Opslag på LinkedIn med opskrift fra Smagekassen:

<https://www.linkedin.com/feed/update/urn:li:activity:7216027971009073154>

 **Innovationscenter for Økologisk Landbrug**
2.644 følgere
30 • København • 🌱

Flere danske, økologiske afgrøder til planterige måltider 🌱🥗🍓

Det er et af målene for **Innovationscenter for Økologisk Landbrug**, og derfor har vi sendt 50 såkaldte Smagekasser med danske, økologiske bælgfrugter ud til professionelle kokkene, der vil afprøve dem for at teste smag og kvalitet.

Smagekassen indeholder: Ingriid-ærter, Samos-linser, Beluga-linser, Anicia-linser, Lugo-besteblommer og Elmo-kikærter. En af de glade modtagere af Smagekassen er **Charlotte Juhl Sørensen** fra Juhls Madhåndværk.

- Jeg glæder mig til at prøve det hele. Jeg nyder at dele min erfaringer og forhåbentlig inspirere flere til at spise mere plantebaseret.

Hun er oprindeligt uddannet slagter og har også en professionsbachelor i Ernæring og Sundhed med speciale i fødevarer og Ledelse. Her får du en af hendes opskrifter – baseret på danske, økologiske linser fra Smagekassen.

Opskrift: Økologiske tortillas med linser (2 stk.)



- 🍲 750 g, forkogte økologiske linser (her er der brugt Samos-linser)
- 🍲 400 g økologisk hvedemel
- 🍲 5 økologiske æg
- 🍲 1 tsp salt
- 🍲 evt. 1 håndfuld persille


Det hele blendes til en smurtet masse og fordeles i et jævnt lag på 2 bageplader med bagepapir.
Bages i ovn ved 180 grader i ca. 20 min. (elt efter, hvor tyndt du har smurt det ud).
Kan evt. "pimpes" med andre krydderurter eller kryddener.
Du kan også komme lidt revet ost på det sidste minut af bage tiden, så det smelter let.
Kan efter afkøling rulles med forskelligt fyld.
Perfekt til madpakken eller som en del af et bordsbord.

Velkomme 🍷
Og tak til **Charlotte Juhl Sørensen** for opskrift og fotos!

Dette opslag er støttet af Fonden for økologisk landbrug.

#økologisklandbrug #fremtidensfødevarer



 Du og 17 til 1 gensvar