

Pinnbröd

Pinnbröd är perfekt att ha med sig på en utflykt till din favoritskog eller ditt närmsta friluftsområde då du kan förbereda degen hemma och det verkligen är lätt som en plätt att göra. Det går fort att blanda ihop ingredienserna och degen kan förvaras i en påse tills du sitter vid lägerelden. Det ni behöver till en sats på ungefär 10 pinnbröd är:

- 2,5 dl vetemjöl
- 1 tsk bakpulver
- 0,5 tsk salt
- 1 dl vatten

Gör så här:

Blanda ihop mjöl, bakpulver och salt i en bunke. Tillsätt vattnet och rör ihop allting till en smidig deg. Förvara i en påse och lägg ner i ryggsäcken.

Vid elden:

Virva degen runt en pinne som du hittar på marken, eller ta med ett grillspett hemifrån. Grilla sedan över öppen eld när du fått en fin glöd. Ett alternativ är att dela upp degen och platta till den till små tunna biffar som du sedan steker i en panna med rapsolja eller kokosfett. Glöm inte en burk hallon, lingon eller hjortronsylt att ha på. Vill du knyta ihop natursäcken och äta ditt pinnbröd med egen ramslöks-soppa så bjuder vi på ett smakrikt recept härnäst!

Ramslöks-soppa



Bild: Joseph Wastie

Ramslök är en riktig vårprimör som i Hanninge vanligtvis kan skördas under april, maj och juni. Växten är släkt med gräslök och trivs bäst i fuktiga lövskogar från Skåne upp till Uppland. Är man på besök i Blekinge är ramslök dock helt fridlyst och får inte plockas alls. En förväxlingsväxt som ska uppmärksammas är liljekonvalj som är giftig och har blad som påminner mycket om

ramslök, men inte alls har samma tydliga vitlöksdoft. Blommorna är inte heller lika och är ett bra sätt att skilja de två växterna åt senare under våren. För mer information om och bilder på ramslök, och andra ätliga växter tipsar vi om Skogsskafferiet.

<https://www.skogsskafferiet.se/ramslök/>

Recept för 4 personer:

- 35 blad från ramslök
- 3 msk smör
- 7 dl vatten
- 1 grönsaksbuljong
- 3 dl crème fraiche
- Salt och peppar

Vill du ha soppan riktigt slät behöver du en mixerstav. Då är det enklast att förbereda din ramslökssoppa hemma och sedan plocka fram den ur kylan inför utflykten.

Gör så här:

Hacka upp ramslökbladen på en skärbräda. Ta fram en kastrull och lägg i ramslöken tillsammans med smöret. Fräs upp snabbt i ungefär 30-40 sekunder. Smula sönder en grönsaksbuljong och lägg i kastrullen med vattnet. Vispa därefter tills buljongen har löst upp sig. Låt puttra i ett par minuter och lägg i crème fraichen. Avsluta om du vill med att mixa soppan till en slät konsistens. Smaka av med salt och peppar.