

Aubergineröra

AUBERGINERÖRA	
Receptet är för 1 stor burk	
3 st	stora auberginer
3 st	vitlösklyftor
1 st	citron
1 tsk	cayennepeppar
Efter tycke & smak	havssalt/himalayasalt
Efter tycke & smak	grovmalen svartpeppar
2 msk	olivolja
HUSGERÅD	
Skalkniv	
Ugnsform	
Bunke	
Vitlökspress	
Rivjärn	
Stavmixer	
Glasburk	

Aubergineröra

Aubergineröra

Så här gör du

- Sätt ugnen på 225 grader
- Skal auberginerna
- Dela dem i mindre bitar och lägg på en plåt/ugnsform med lite olivolja
- Rosta auberginen i ugnen ca 30 minuter tills de känns mjuka och fått lite färg
- Lägg den rostade auberginen i en bunke
- Pressa vitlöken över auberginen
- Tvätta citronen noga och riv av skalet och tillsätt detta
- Dela citronen och pressa ner citronsaften
- Tillsätt cayennepeppar och någon nypa havssalt och lite peppar
- Häll över olivoljan
- Mixa med mixerstaven till härlig röra, den ska vara ganska tjock, om du önskar den tunnare tillsätt lite mer olivolja
- Låt röran svalna och häll upp den på burk
- Låt din Aubergineröra ”vila” i kylskåpet över natten så den hinner bli helt kall och smakerna kommit till rätta

[Aubergineröra 1](#) unknown [Aubergineröra 2](#) unknown

Ät och Njut, passar utmärkt till [grillat](#).

Paleo så gott och så enkelt!

Jenny & Magnus

PS: vissa av ingredienserna är länkade till webbutiken [Bodystore.se](#) [\[shoppingcarticon\]](#)