

# Broccolipaj

## BROCCOLIPAJ

För 4 personer

## TILLAGNINGSTID:

75 minuter

## PAJDEG

3 dl mandelmjöl

0,5 dl skalade sesamfrö

1 msk psylliumhusk/fiberhusk

1 tsk himalayasalt/havssalt

40 gram kokosolja

1 st ägg

## FYLLNING

300 g broccoli

1 st gul lök

250 g champinjon

125 gram bacon

5 st cocktailtomat

## ÄGGSTANNING

3 st ägg

2 dl kokosmjölk

Efter tycke & smak himalayasalt/havssalt

Efter tycke & smak svartpeppar

Efter tycke & smak persilja

## HUSGERÅD

Måttsats

Matberedare

Pajform

Skalkniv

Kastrull

# Broccolipaj

Bunke

Ballongvisp

# Broccolipaj

## Broccolipaj

En matig och god paj med många härliga smaker!

### Så här gör du

#### Pajdeg

- Sätt ugnen på 175 grader
- Mixa mandelmjöl och skalade sesamfrön i en matberedare med knivbladen
- Tillsätt psylliumhusk, havssalt, kokosolja och ägget och mixa igen till en deg
- Tryck ut degen i en pajform och nagga med en gaffel
- Förgrädda pajskalet i ca 10 minuter tills det fått lite färg

#### Fyllning och äggstanning

- Dela broccolin i mindre buketter och förkoka dem i 3-4 minuter
- Skala och hacka löken, skiva svampen
- Bryn samman lök och svamp i en stekpanna
- Dela baconet i mindre bitar och stek med i några minuter
- Fördela röran i pajskalet
- Lägg i de förkokta broccolibuketterna
- Dela cocktailtomaterna på mitten och fördela över pajen
- Vispa ihop ägg och kokosmjölk till äggstanningen i en bunke
- Smaka av med salt, svartpeppar och persilja
- Häll äggstanningen över pajen
- Grädda pajen i ugnen i ca 40 minuter tills äggstanningen stelnat

Är du nyfiken på fler goda [pajer från Paleoskafferiet så klicka dig vidare här.](#)

Paleo så gott och så enkelt!

Jenny & Magnus

PS: vissa av ingredienserna är länkade till webbutiken [Bodystore \[shoppingcarticon\]](#) och husgeråden är länkade till webbutiken [Bagaren & Kocken \[shoppingcarticon\]](#)