

Morotsbacon

MOROTSBACON

För 2 personer

TILLAGNINGSTID:

25 minuter

100 g hyvlad morot

2 msk smält ghee

1 msk lönnsirap - valfritt

1 tsk havssalt

1 tsk rökt paprikapulver

1 tsk vitlökspulver

0,5 tsk lökpulver

1 krm grovmalen svartpeppar

HUSGERÅD

Mandolin

Bunke

Måttsats

Inlägget innehåller reklam genom annonslänkar för Bodystore, Hemköp, Gröna gårdar och Bagaren & Kocken.

Morotsbacon

Morotsbacon

Vill du njuta av ett gott bacon som är helt vegetariskt? Då är detta recept på Morotsbacon något för dig. Ett spännande recept som bara smakar mer!

Bra bacon

Bacon eller inte bacon, detta är en omdiskuterad fråga och orsaken är att det ibland kan vara svårt att få tag i riktigt bra och fint bacon i butiken.

Vi äter gärna bacon och köper nitritfritt ekologisk bacon när vi får möjlighet. Vi hittar det i en del gårdsbutiker, hos [Gröna gårdar](#), men ibland även i den vanliga matbutiken.

Vegetariskt bacon

Morotsbacon, även kallat fejkon, är något vi har varit nyfikna på att testa en tid. Det är ett vegetariskt alternativ till ett klassiskt bacon fast gjort på morot. Visst låter det spännande!

En kul idé för ett riktigt gott tillbehör som förhöjer din frukost, mellanmål eller middag, testa vår variant på Morotsbacon du också.

Så här gör du

- Sätt ugnen på 175 grader
- Skala och hyvla moroten på längden i ca 1 mm tjocka remsor

Vi använde en [mandolin](#) men du kan också använda t.ex. en osthyvel.

- Lägg den hyvlade moroten i en bunke
- Blanda samman de övriga ingredienserna i en skål
- Häll blandningen över morötterna
- Vänd ner med hjälp av händerna så att morotsskivorna blir täckta med blandningen runtom

Använd inte en sked eller något annat hårt att blanda med, då det är lätt att morotsskivorna går sönder.

- Lägg skivorna på en plåt med bakplåtspapper, en och en, inte på varandra
- Sätt in i ugnen och ”stek” i 15-20 minuter tills de börjar få lite färg och känns lite ”krispiga”

OBS! Ha koll på slutet så att inte ditt morotsbacon bränns, det kan gå fort på slutet!

- Ta ut, ät och njut!

Smakar gott att toppa med på avokadon, det stekta ägget eller att dippa i lite god [majonnäs](#) och äta precis som de är!

Morotsbacon



Gott med morot

Vill du laga fler goda recept med morot? Då kan vi rekommendera följande recept från Paleoskafferiet här Under vårt tak.

- [Morotsraggmunk](#)
- [Morotsvåfflor](#)
- [Morotssoppa](#)

Tid att njuta!

PS: vissa av ingredienserna är länkade till webbutiken [Bodystore](#), [Hemköp](#), [Gröna gårdar](#) och husgeråden är länkade till webbutiken [Bagaren & Kocken](#)



Paleo för ett hälsosammare liv!

Jenny & Magnus Andersson

Licensierade kostrådgivare inom Paleo och lågkolhydratkost, kokboks författare samt hälso- och matinspiratörer.

Ren och naturlig mat ligger oss varmt om hjärtat. Vi har funnit vår väg till hälsa genom Paleo och brinner nu för att hjälpa andra med kost och hälsa genom ett ursprungsperspektiv.