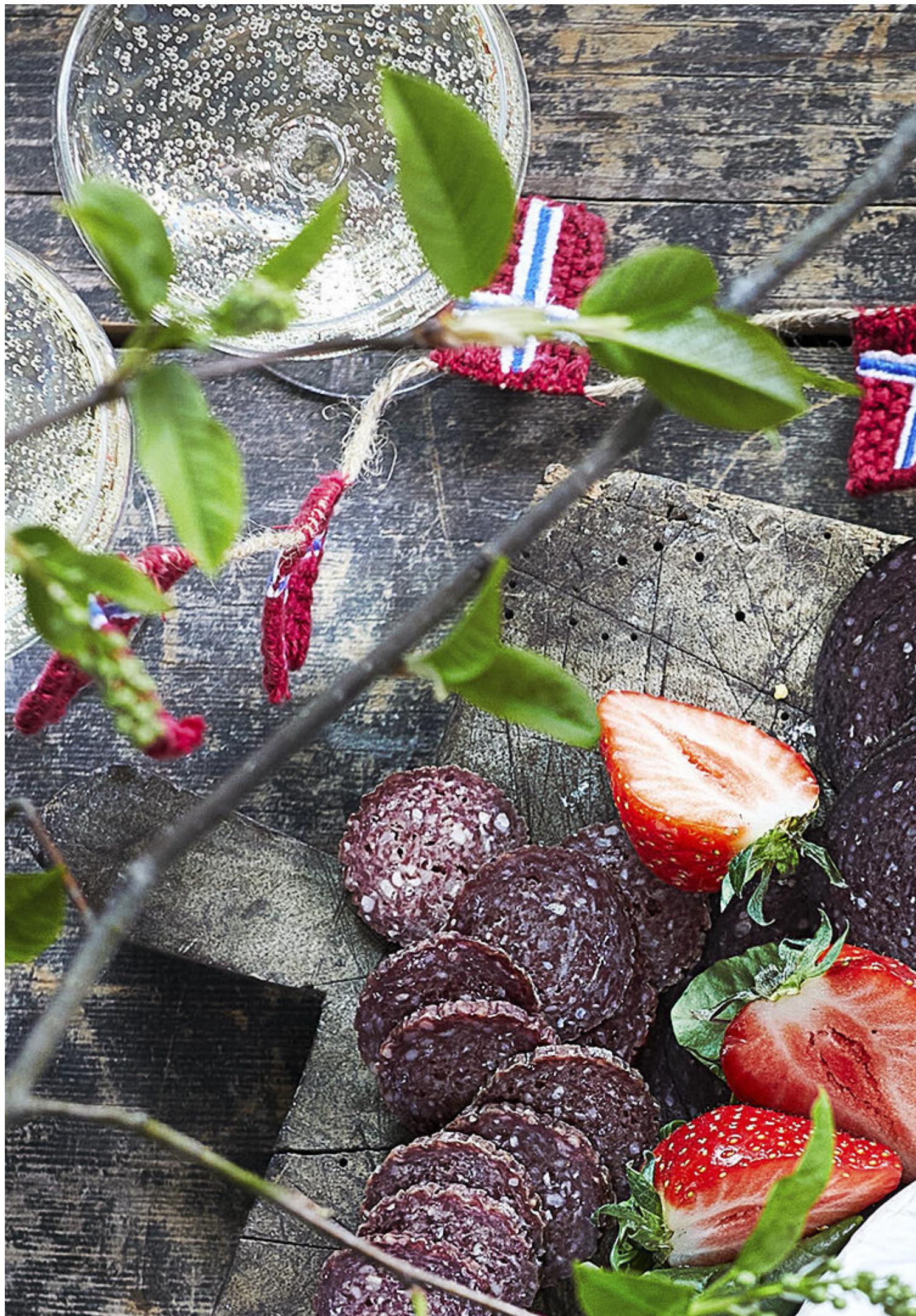


**Oppskrift**

## **17. mai-planke med norsk spekemat**



En 17. mai fjøl med deilig spekemat er enkel, rask og smakfull festmat å servere på nasjonaldagen. Et nydelig spekefat er det perfekte midtpunktet på frokostbordet på 17. mai og er en fin rett til koldtbord! Dette er et tradisjonelt spekefat med ost, salat, asparges, flatbrød, frukt og eggerøre som tilbehør. Deilig 17. mai mat det bare er å plukke godsaker fra! Beregn ca. 70 gram spekemat per person.

**1**

## Tilbered salat og asparges

Del eplene i båter og bland de sammen med salat miks, olivenolje, litt salt og pepper. Topp med grove biter ost og ristede hasselnøtter.

Stek asparges med spør i en panne og smak til med litt salt.

**2**

## Lag saftig eggerøre

Pisk sammen egg i en bolle med  $\frac{1}{2}$  dl fløte. Smelt smør i en stekepanne på middels varme, og hell i eggeblandingene når smøret slutter å bruse. Smak til med salt og pepper. Skyv eggerøren inn mot midten av pannen med en slikkepott etter hvert som den stivner. Skru av varmen og la eggerøren steke ferdig på ettervarmen fra pannen.

Finhakk gressløk og dryss over eggerøren.

**3**

## Dander og server

Pynt fjølen med spekemat, ost og asparges, og topp med urter og bær. Server fjølen på bordet med dill, eggerøre, rømmeme og flatbrød som tilbehør.

Gratulerer med dagen, fra den norske bonde!

## Ingredienser

### Du trenger denne spekematen

Gilde familiens salami minis	100 g (1 pk)
Gilde familiens spekeskinke	80 g (1 pk)
Gilde fenalår	100 g (1 pk)
Gilde Sognemorr	300 g (1 pk)

## Du trenger denne spekematen

### Eggerøre

#### Forslag til tilbehør på spekefjøla

Gilde Haugpølse 150 g (1 pk)

Gilde snackpølse med rødvin 120 g (1pk)

### Eggerøre

PRIOR egg 8 stk

Matfløte 0,5 dl

Smør 50 g

#### Forslag til tilbehør på spekefjøla

Asparges 1 bunt

Friske Bær etter egen smak

Epler 2 stk

Flatbrød mengde etter ønske

Hasselnøtter 1 dl (ristede)

Mikset salat 75 g

Ost eks. blåmugg, cheddar eller annen hard ost.

Brie 1 stk (hel)

Finhakket gressløk 1 neve

Aioli 1 dl

dill 1 neve

Seterrømme 1 dl

Hakkede urter (f.eks. timian, persille og oregano) mengde etter smak

## Allergener

- Sennep
- Egg
- Melkeprotein inkl laktose
- Nøtter