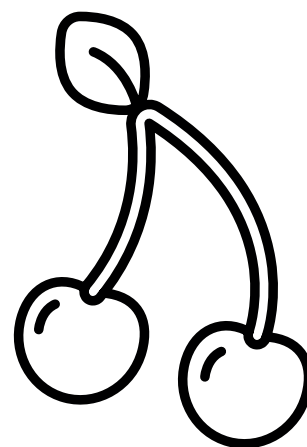


Efterrätt



Smulpaj är en klassiker som sätter guldkant på vardagen. Går att äta både tillagad men även rå.

Smulpaj:

1,5 dl havregryn

1,5 dl mjöl

100 g margarin (eller smör)

0,5 dl socker eller honung

Rabarber, jordgubbar, blåbär, lingon på sommarhalvåret

Äpplen på vinterhalvåret

Gör så här:

Dela frukten och lägg i en form.

Blanda ihop ingredienserna till smuldegen och lägg ovanpå.

Grädda över öppen eld eller i din vedspis. Även gott rätt om det inte finns tillgång till uppvärmning.

Till pajen är det gott med exempelvis havremjölk, havregrädde och vaniljsås (finns som pulver).

Gillade du receptet? Ta gärna en bild och lägg ut på sociala medier. Tagga **#ModernKrismat** och **#lottakåren**.

Fler recept och tips finns på www.svenskalottakaren.se/modernkrismat

Vill du lära dig mer om hur du stärker din hemberedskap?
Gå en kostnadsfri utbildning: www.skötdigjälv.nu