

Ingredienser:

4 æg
½ dl 7% Cream Fine fløde
½ dl mini- eller letmælk
½ dl grønne ærter
1 gulerod, skrællet og skåret i lange tynde stave
½ lille broccoli, delt i små buketter
½ spsk. lys maizena
Salt og hvid peber

Tilberedning:

1. Pisk æggene let sammen, si æggemassen fri for "klumper" rør maizena ud i fløden og mælken og pisk det i æggemassen. Tilsæt lidt salt og hvid peber
2. Gulerødder og broccoli blanceres i kogende vand i 3 – 4 min. lad grøntsagerne dryppe af for vand
3. Smør en ½ liters bageform godt med margarine, og sæt broccolien med hovederne nedad, som omvendte træer. Læg nogle af gulerods stavene hen over, lidt i siksak så de ikke synker til bunds i formen
4. Fyld forsigtigt æggemassen halvt op i bageformen. Læg resten af gulerodsstavene på, og drys ærterne over. Fyld resten af æggemassen i, og dæk formen med margarinesmurt folie
5. Sæt forsigtigt formen i en bradepande med vand, i ovnen Bag ved 200° i ca. 1 time.
6. Tag æggestanden ud og lad den afkøle i køleskabet i 6 – 8 timer Med en kniv løsnes æggestanden fra siderne i formen, og fjernes forsigtigt fra formen, og deles i passende skiver

Tips:

Passer f.eks. særdeles godt til røget ål, eller blot som let og velsmagende pålæg

Æggestand med grønt

