

Panini på kikærtebrød

Opskrift til 4 sandwich

Samlet tid

30 minutter

Ingredienser

Kikærtebrød

- 1/2 dåse kikærter (drænet)
- 2 spsk. hytteost
- 1 håndfuld blomkål
- 1 dl havregryn
- 2 æg
- 1 spsk. loppefrøskaller (HUSK)
- lidt salt og peber
- 1 tsk. natron

Løgkompot

- 2 løg
- 2 spsk. smør
- 2 spsk. sirup
- salt, peber
- 1/2 dl eddike

Desuden

- 2-3 spsk. pesto, basilikums
- 1 god håndfuld spinat eller rucola
- 4 stykker parmaskinke
- 1 kugle mozzarella

Sådan gør du

1. Tænd ovnen på 200 grader varmluft
2. Find en food processor frem og kom alle ingredienser til brødet her i.
3. Blend og smør det ud på en bageplade beklædt med bagepapir, så det måler 1,5 cm i højde ish.
4. Bag i 20 minutters tid til brødet er gyldent.
5. Imens det er i ovnen, laves løgkompot: snit rødløg i ringe og kom på en pande sammen med smør, sirup, salt og peber. Lad det falde let sammen og kom så eddike ved. Lad det småsimre i 5 minutters tid til væsken er fordampet.
6. Tænd et paninijern og skyl spinat. Dræn osten og skær i skiver.
7. Når dit brød er ude af ovnen og skåret op, smøres det med pesto. Kom spinat, skinke og ost på. Kom løgkompot på, luk sammen og bag i jernet i et par minutter.
8. Spis med det samme.