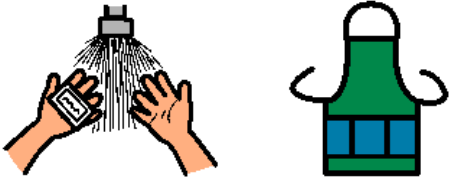












Skyrterta (Ketó)



Skyrterta (Ketó)



1			Þvoið hendur. Setjið á ykkur svuntu.
2	 <p>1 bolli pekanhnetur</p>		Mælið og setjið í blandarann. Hakkið.
3	 <p>1/2 bolli valhnetur</p>		Mælið og bætið í blandarann. Hakkið.
4	 <p>1/2 bolli smjör</p>		Bræðið smjörið og hellið í blandarann.
5	 <p>2 msk. Sukrin</p>		Mælið og bætið í blandarann. Hrærið alt vel saman.
6			Dreifið möndlumaukinu í eldfast mót. Kælið í smá stund í ísskápnum.

7	 <p>2 litlar skyrdósir (vanillu- eða kaffiskyr)</p>		Setjið skyrið í skál.
8	 <p>2 bollar rjómi</p>		Mælið og bætið í skálina. Þeytið blönduna saman þangað til að hún er orðin að kremi.
9			Setjið kremið ofan á botninn.
10			Rífið sykurlaust súkkulaði yfir kremið. Njótið!!

Heimilisfræði:
Mona Guttormsen