VEGETARISK

Socca - crêpes med spenat & sötpotatis

Kock: **Sylwia Gardefors** Tid: **40 min** Portioner: **2**

40

Socca är en underbar, välsmakande och krispig crêpe eller pannkaka från Nice i Frankrike.

Denna typ av crêpe är naturligt glutenfri och mycket proteinrik då den görs på kikärtsmjöl. Det finns oändliga toppingkombinationer, både varma och kalla. Till lunch eller brunch passar socca toppad med grönsallad, garnerad med färska örter och olivolja. Här är en middagsvariant med spenat och sötpotatis.

INGREDIENSER

Socca
2 dl kikärtsmjöl
2 dl vatten
2 msk olivolja + mer för bakning
0,5 tsk salt

Topping

3 dl färsk babyspenat
1 st vitlöksklyftor, finhackad
1 st sötpotatis
1 tsk chipotlechilipeppar
0,25 tsk havssalt
1 msk olivolja eller rapsolja
1 dl ajvar, eller pure av rostad röd paprika
peppar efter smak

GÖR SÅ HÄR

1. Värm ugnen till 225°C. Blanda alla socca-ingredienser i en skål och ställ åt sidan (minst 5 minuter) medan du förbereder sötpotatisen.
2. Skala sötpotatisen och skär den i långa strimlor, med julienne-skalare eller med en potatisskalare.
3. I en medelstor skål, blanda sötpotatis, olivolja, chipotlechilipeppar och salt. Fördela sedan sötpotatisen på plåt med bakplåtspapper och ställ in i ugnen. Baka i 225° C i 5-10 minuter.
4. Under tiden, hetta upp 1 msk olivolja i en liten stekpanna och tillsätt 1 hackad vitlöksklyfta och babyspenat, fräs i ca 3 minuter.
5. När du är redo att göra socca, värm en stekpanna (25 cm i diameter) genom att sätta den i ugnen (225°C).
6. När stekpannan är varm, ta ut den försiktigt från ugnen. Häll i 2 msk olivolja och snurra runt pannan för att fördela oljan jämnt. Häll i kikärtsmeten och ställ tillbaka stekpannan i ugnen. Baka 15-20 minuter eller tills kanterna börjar få gyllenbrun färg.
7. Toppa med ajvar, fräst spenat och sötpotatis.