



Engsyrekompott med fiolblomster

Alle fioler har spiselige blomster. De fleste fiolene har blå blomster. Om våren kan man også finne den gule fjellfiolen.

3 dl blader av engsyre
3 ss brunt sukker
¼ ts vaniljesukker
¼ l kremfløte
fiolblomster

Slik gjør du:

1. Grovhakk syren og legg den i en bolle.
2. Strø sukkeret og vaniljesukkeret over bladene og bland inn.
3. Visp kremen og bland den inn i syrebladene.
4. Pynt med fiolblomster.

Dessertsuppe med engsyre – fattigmanns rabarbrasuppe

3 l blad av engsyre/matsyre
1 ¼ l vann
1 dl sukker (eller mer om du ønsker, det må smakes til)
sitronsaft av en halv sitron
2 ss potetmel
1,5 dl rosiner

Slik gjør du:

1. Bladene av syren skylles og kokes i vannet i 20 minutter.
2. Sukker og sitron tilsettes etter smak.
3. For å få en litt tykkere suppe, jevnes suppa med litt potetmel. Dette gjøres ved at potetmelet røres sammen med et par ss kaldt vann, og dette røres ut i suppa.
4. Rosinene tilsettes og varmes opp i suppa like før servering.