GENERELL

Krispig glutenfri lowcarb pajdeg - världens godaste

Kock: **Monika Österheim** Tid: **45 min** Portioner: **4**

45

Krispig! Knaprig! Chrunchy! Jaaa, tack!
Många som äter glutenfritt och lowcarb struntar i att göra paj för det blir ändå inte gott. Ha, säger jag! Gör den här och du vill sedan göra pajer hela tiden. Använd den som grund och laga alla dina favoritpajer.

Den här pajdegen på mandelmjöl och sesamfrön gör jag jämt. Den innehåller få kolhydrater, är glutenfri och blir riktigt god. Den smakar inte mandel och det blir bara en svag smak av sesamfrön (en smak jag uppskattar). Degen ska inte jämföras med en vanlig pajdeg för då blir man besviken men om man är beredd på ett pajskal som smakar jättegott på sitt eget vis blir man lycklig.
Pajskalet kan med fördel hela familjen uppskatta, även de som inte äter glutenfritt. Dessutom är det lätt att göra och går fort.
För att få skalet riktigt krispigt, tunt och lite hårt (för god crunch) använder jag skirat smör. Pajskalet håller till och med sin crunch i kylen till dagen efter. Gillar man att ta en pajbit direkt från kylen (precis som vissa gillar kall pizza) smakar pajdegen gott och som sagt, den håller sig och mjuknar inte.
Degen räcker till en vanlig pajform ca 20-22 cm. Det är bra om den har löstagbar kant.

INGREDIENSER

4 dl mandelmjöl
1 dl sesamfrön
1 msk fiberhusk
1 tsk salt
1 st ägg
50 g smör (gärna skirat men frivilligt)

GÖR SÅ HÄR

1. Moment om du vill: Skira smöret och låt kallna. Smörj pajformen. Mixa mandelmjöl och sesamfrön. Tillsätt fiberhusk och salt. Mixa. Tillsätt ägget. Mixa. Tillsätt smöret. Mixa. Tryck ut degen jämnt och tunt i springformen. Den enda lite tålamodsprövande delen i det här snabba receptet. Nagga botten med en gaffel. Sätt i kylen medan du gör fyllningen.

2. Förgrädda i 175 C i ca 5 minuter. Ibland kryper smöret upp på ytan. Vippa formen lite så smöret fördelas på botten. Det går snabbt tillbaka in i degen.Lägg ditt val av fyllning i skalet och häll äggstanningen över*. Grädda 30-35 min (kolla några gånger med sticka mot slutet av tiden). Täck över om det behövs. Pajdegen ska vara ganska mörk men inte bränd (se bild).När du ska lossa pajen från springformens kant, skär först försiktigt runt om med till exempel en plastkniv eller något annat i hårdplast så du inte repar formens eventuella beläggning).

3. *Äggstanning och fyllning:Lagom fyllning till degen är ca 4 ägg + ca 2 dl grädde (eller 1 grädde + 1 creme fraiche) + 2 dl riven ost + ett par nävar valfri fyllning (kött, fågel, grönsaker, skinka, fisk, skaldjur mm) + kryddor.Om inte mängden äggstanning hyfsat täcker fyllningen fyller man på med lite mer grädde. Är det många toppar som sticker upp kan man riva lite ost över för att skydda ytan.