



Tonfiskröra med bacon

Kock: **Monika Österheim** Tid: **30 min** Portioner: **2**

Jag gillar snabba rörer som kan användas till mycket - pålägg, dip, sallad, sås, bakad potatis och fyllning.

Det är bra med rörer som kan byggas på efter humör och vad som finns i kylan. Det är lycka att ha en burk röra i kylan när man är hungrig och det ska gå snabbt. Rörer är bästa lunchen att ta med tillsammans med ett eller två kokta ägg och kanske en brödbit. Den här enkla tonfiskröran är en av mina favoriter. Äter man lowcarb är den perfekt! Jag steker baconbitarna ganska hårt (fettet försvinner), de ska tillföra sälta och crunch. Majonnäs gör jag alltid själv för jag vill ha en neutral smak - tar inte många minuter. Annat gott som passar antingen i eller till röran: ägg, bakad potatis, tomat, sardeller, kapis, gräslök, gurka, zucchini, grönsallad mm. Läste om någon som gjorde en variant med texmexmaker så det måste jag testa en dag. Tidsåtgång och antal portioner varierar såklart mycket beroende hur röran ska ätas, vad som ska serveras till den och om du själv gör majonnäsen. Har du till exempel potatis, ägg och bröd till räcker den till fler. Jag har beräknat portionerna till 4 mackor med ägg. Äter jag röran med bara grönsallad räcker den till ca 2 personer.





INGREDIENSER

- 0.5 dl majonnäs
- 1 pkt bacon (120 g)
- 1 brk tonfisk, bästa kvalitet du hittar
- 1 st rödlök, liten
- 1 dl creme fraiche
- 1 st citron
- 3 drag svartpepparkvarnen

GÖR SÅ HÄR

- 1** Mixa snabbt din egen majonnäs. Om du väljer köpt, gå vidare.
- 2** Låt tonfisken rinna av. Ska du till exempel göra en macka med ägg och röra som på bilden, lägger du äggen i kallt vatten, sätt på plattan och när det kokar sätter du timern på 8 minuter för hårdkokt. Minska tiden för krämig äggula.
- 3** Knaperstek bacon och låt rinna av på hushållspapper. Klipp eller hacka i småbitar.
- 4** Finhacka löken.
- 5** Vispa creme fraiche tills den blir fast. Blanda alla ingredienser. Smaka av med svartpeppar, lite citronsaft och eventuellt lite rivet citronskal.