

# *Snackagurk*

## - RETT FRA DRIVHUSET!



Snackagurk (*cucumis*) en spiselig grønnsak som vokser på planten *Cucumis sativus*. Snackagurker er grønne, omkring 10-12 cm lange og 3 cm i diameter. Agurkplanten, som tilhører gresskarfamilien, har gule blomster og store, håndlappede blader.

### **BRUK OG FAKTA**

Snackagurk er en mindre og søtere agurk, og bruksområdet er akkurat som navnet tilsier. Bruk snackagurken i tzatziki eller prøv deg på en agurksmoothie. Grønnsaken er tilnærmet fri for kalorier, inneholder 97% vann og kan dyrkes i næringstilsatt vann alene – helt uten jord!

### **SMAK**

Smaken er mild og leskende. Fruktkjøttet er hvitt og saftig, med en myk sprøhet.

### **TILBEREDNING**

Snackagurk spises som oftest rå. Vaske den og del den opp i ønskede biter.

# Snackagurk

## OPPSKRIFTER

### GRILLET SNACKAGURK MED VÅRLØK, GRESSLØK OG GRILLET CHILIDRESSING

2–3 salatagurker	Grillet chilidressing:
1 bunt vårløk	1 rød chili
1 liten bunt gressløk	2 dl crème fraîche, letrømme eller kesam
Olivenolje	En klype sukker
Flaksalt	Salt og kvernet pepper

Skrell agurken og skjær den i ½ cm tykke skiver. Pensle skivene med litt olje. Rens vårløken og gni den inn med litt olje. Grill agurk-skivene raskt på begge sider over høy varme. Grill vårløken i 2–3 minutter. Grovhakk gressløken og bland sammen agurk, vårløk og gressløk på et fat. Dryss over litt flaksalt og grillet chilidressing. Server resten av dressingen ved siden av.

#### Grillet chilidressing

Grill chilien hel på samme måte som paprika. Fjern skinn og frø og hakk eller mos chilikjøttet. Bland sammen chili og crème fraîche. Smak til med litt sukker, salt og kvernet pepper.

### SPRØ AGURKSALAT MED VÅRLØK OG REDDIK 4 porsjoner

4 snackagurk	1 liten bunt dill
3 vårløk	1 dl crème fraîche eller yoghurt naturell
½ rød chili, rensset for frø	2 ss olivenolje
1 bunt reddiker	Salt og kvernet pepper
1 liten bunt gressløk	

Del agurken på langs og skrap ut den bløte kjernen med en teskje. Lag lange agurkstrimler med en potetskreller, eller skjær agurken i tynne skiver. Rens reddikene, skjær to av dem i tynne skiver, del resten i to og kok de delte reddikene knapt møre i lettsaltet vann. Avkjøl reddikene i isvann. Finsnitt/strimle vårløken, finhakk chilien og grovhakk gressløken. Bland sammen resten av ingrediensene til agurksalaten og smak til med salt og pepper.

### SNACKS

Spis den som den er. Utrolig smakfull og akkurat passe stor for barn og voksne.