



Krabbelurer.

Till cirka 30 stycken Krabbelurer som du steker i en plättagg på spisen eller över öppen eld.

Häll allt i en skål i vilken ordning du vill och vispa sedan ihop med vanlig visp (bäst, då spar du elenergi och blir stark i armarna). Annars kan du vispa med en elvisp en kort stund.

När de är klara vänder du dem i socker och ät dem gärna på en gång när de fortfarande är varma – då är de BÄST!

Smaklig måltid önskar Ninni och Elisabet på Solna naturskola.

Du behöver:

- 3 ägg (Köp helst ekologiska från glada höns som får gå utomhus)
- 3 dl strösocker (finns också ekologiskt)
- 3 tsk vaniljsocker (finns ekologiskt)
- 3 tsk bakpulver
- 9 dl vetemjöl (finns ekologiskt)
- 6 dl mjölk (finns ekologiskt)

Ekologiskt innebär att odlingar inte besprutas med bekämpningsmedel och inte göds med konstgödsel eller genmodifieras.

Djur som föds upp ekologiskt får ekologiskt foder och de får vara mycket utomhus och de får leva på det sätt som är naturligt för dem.