

Flere tips og  
oppskrifter finner du på

**frukt.no**

Opplysningskontoret for frukt og grønt



✓ Tips om  
**FERSK-  
POTETER**

frukt.no

# tapas poteter

Uskrelte dampede Ferskpoteter er ypperlige til å dippe i chilisaus eller aioli (hvittløksmajones).

Tips: Tre dem gjerne på tannpikere eller grillspyd, så blir det enklere å spise dem. Eller bland potetene med en av sausene slik at det blir til en lekker potetsalat.



# tips

- ↘ Ferskpoteter bli forttere ferdig enn vanlige poteter. Jo mindre poteten er, jo kortere koke- eller baketid
- ↘ Hjemmelaget potetmos. Mos mørkokte ferskpoteter med skallet på. Tilsett litt melk, smør, salt og pepper
- ↘ Wok kokte hele Ferskpoteter sammen med litt olivenolje, fersk hakket chili, revet limeskall og limesaft. Server med persille og limebåter
- ↘ Enkel potetsalat? Server lettkokte Ferskpoteter sammen med letrømme, gressløk, salt og pepper. Ypperlig til grillmat
- ↘ Lag en salat med mørkokte poteter i skiver og asparges i biter, finhakket rødløk og rucula. Hell over en olje med litt sitronsaft, salt og pepper. Herlig grillmat

# foliepakke

Tenk deg hele Ferskpoteter i folie sammen med olivenolje, timian eller rosmarin, salt og pepper. Nydelig på grill.



# visste du at?


Ferskpoteter er de første norske potetene som kommer rundt St. Hans. Ferskpoteter er som navnet tilsier ferske og smaker best om de spises i løpet av få dager

Ferskpoteter er vanligvis høstet og pakket på samme dag.

Ferskpotetesesongen varer fra ca. midt i juni til først i august.



# grillspyd

A close-up photograph of several small, round potatoes and onions that have been grilled. The potatoes are golden brown with some charred spots, and the onions are white with some charring. They are arranged on a dark surface, possibly a grill or a plate.

Kok Ferskpoteter så vidt møre og tre dem på grillspyd sammen med småløk eller løkbåter.

Små Ferskpoteter er glimrende til grillspyd med grønnsaker, kjøtt eller fisk. Potetene trenger ikke ekstra grilltid, men vil være ferdig sammen med resten av ingrediensene på spydet.



Du trenger:  
8 mørkotte Ferskpoteter i skiver

2 ss hakket frisk gressløk eller kruspersille

Dressing: 3 ss olivenolje, 1 ss eddik, 1 stk. løk, 1 ss hakket frisk estragon, 1/2 ts salt og 1/2 ts tabasco

Legg potetskivene lagvis med gressløk eller persille. Hell over dressingen. Potetsalaten er deilig til roastbiff, bayonneskinke og røkt makrell.

## varm potetsalat