

Ett glutenfritt pajskal, (LCHF)

4 dl mandelmjöl

1 dl riven parmesan

1 ägg

25 g kallt smör i bitar

1. Sätt ugnen på 200 grader.

2. Kör mandelmjöl, parmesan, ägg och smör snabbt i matberedare.

Platta ut degen i en form. Om den känns kladdig kan man fuktafingrarna i lite vatten. Grädda i 10 minuter.

Därefter kan du stoppa vad du vill i det förgräddade pajskalet. Varför inte med en Äggstanning: 3 ägg, 3 dl grädde, salt och peppar, för att inte tala om en god ost.

Om man vill göra en "efterrättspaj" så får man utesluta parmesanen och ersätta den med t.ex. mandelmjöl.