

# Pistacienødder og figner



## Pistacienødder og figner

Pistacienødder og figner passer så fint sammen både i smag og sundhed. B6-vitamin i pistacienødderne hjælper kroppen til bedre at optage magnesium, som er i figner.

Sammen støtter B6-vitamin og magnesium til en bedre søvn, et sundt nervesystem og de virker beroligende på kroppen.

**Bagt fetaost med friske figner** (fra min kommende bog 'Mad i fad')

- Et stykke fetaost på 200 g, skåret i 4 skiver
- 4 friske figner, halverede
- 1 tsk olivenolie
- 2 tsk flydende honning

- peber
- 25 g pinjekerner
- saft og reven skal af  $\frac{1}{2}$  usprøjtet citron
- 2 tsk olivenolie
- 1 lille håndfuld basilikumblade, hakkede

1. Fordel fetaost og de halve figner i et ovnfast fad.
2. Dryp olie og honning over og krydr med peber.
3. Drys pinjekerner over og sæt fadet i en 180 °C varm ovn ca. 20 minutter, til fignerne er møre.
4. Imens røres citronsaft og skal, de to teskefulde olie og basilikum sammen og blandingen hældes over retten, så snart den kommer ud af ovnen.

