

Carolines födelsedagsbuffé var fantastisk för oss alla som kom för att gratulera henne. Vi njöt av allt det god som också gav oss protein och bra fetter och visst lite kolhydrater också men det var kalas! Till alla dessa tillbehör serverade Caroline bakpotatis som faktiskt är serotoninhöjande! Potatis kan alltså få deppighet på flykt.

Bakad potatis

1 bakpotatis (serotoninhöjande)

Skölj och borsta potatisen. Stick några hål i dem och lägg dem på gallret i nedre delen av ugnen. Baka i ugnen i 225 grader ca 1 timme eller tills de känns mjuka.

