



Skogen i Skolan-grytan

Beräknad tidsåtgång: 30 – 40 minuter

Material: Stor gryta som kan användas ute över öppen eld. Ingredienser enligt nedan

Genomförande

- 6 hg benfritt kött , gris, kyckling, lamm eller liknande
- 4 dl vatten
- 4 potatisar
- 4 morötter
- 1 litet blomkålshuvud
- 1 stor purjolök
- 2 dl örter, färska eller konserverade
- 2 dl färska lingon
- buljongpulver eller tärningar
- dill, gräslök och persilja

Köttet skärs i tärningar och läggs ned i det kokande vattnet som har smaksatts med en matsked buljongpulver / buljongtärningar. Köttet kokas i 15 minuter.

Under tiden skärs potatis, morötter, blomkål och purjolök i små bitar och läggs därefter ned i grytan.

Kokningen fortsätter under lock. Efter ytterligare 10 minuter läggs lingonen, finklippt gräslök och persilja i grytan.

Lägg på locket och låt grytan stå några minuter. Ingen omrörning.

Grytan är färdig att servera.

Ät med hårdbröds mörgås med ost och drick mjölk till.

Man kan använda fisk i stället för kött. Man kan också ta korb eller annat kött eller förenkla med färdigköpta grytgrönsaker – men då är det inte längre Skogen i Skolan grytan.