

Lammgryta med spiskummin & syrad majs och gurka

4
port

90
min



Ingredienser:

600 g lammgrytbitar
2 vitlöksklyftor
8 skalade pärlökar
3 msk matolja
½ krm spiskummin
2 dl kokta kikärter
2 dl rödvin
½ tärning kalvfond
2 kvistar persilja

Syrad majs och gurka
½ skalad gurka
2 dl Green Giant majs
1 dl matlagingsyoghurt
1 kvist mynta



Gör så här:

Lammgryta:

Skär köttet i 2 cm stora bitar och finhacka vitlöken.
Bryn köttet gyllenbrunt runt om i olja.
Tillsätt vitlök, spiskummin, pärlök, vin och fond.
Sjud köttet till det är mjukt och sila.
Koka ihop säsen och smaka av med salt, peppar och ev. spiskummin.
Vänd i kött, lökar, kikärter och grovt hackad persilja.

Syrad majs och gurka:

Skär långa skivor av gurkan med en osthyvel och strömla mynta.
Blanda majs, gurka, yoghurt och mynta.
Smaksätt med salt och peppar.