

Lammgryta med spiskummin & syrad majs och gurka

4
port

90
min



Ingredienser:

600 g lammgrytbitar
2 vitlöksklyftor
8 skalade pärlökar
3 msk matolja
 $\frac{1}{2}$ krm spiskummin
2 dl kokta kikärter
2 dl rödvin
 $\frac{1}{2}$ tärning kalvfond
2 kvistar persilja

Syrad majs och gurka
 $\frac{1}{2}$ skalad gurka
2 dl Green Giant majs
1 dl matlagningsyoghurt
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, pärlökar, 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 strimla mynta. Blanda majs, gurka, yoghurt och mynta. Smaksätt med salt och peppar.

