

Älgkalops

Recept för fyra personer. Framtaget av Växjö kommuns måltidsorganisation. Använd ekologiska och KRAV-märkta produkter så långt du kan.

Ingredienser

Grytbitar från älg	400 g
Morötter	4 st
Köttbuljong	2 tärningar
Lök	2 st
Vatten	3,5 dl
Soja, collorit	4 g
Salt, lagerblad, kryddpeppar, majsstärkelse, soja (collorit)	

Så här gör du

Slanta morötterna. Hacka löken.

Koka upp vattnet och lägg i köttet. Skumma väl! Tillsätt kryddor och två tredjedelar av morötterna samt löken. Låt koka till köttet är mört. Lägg sedan i resten av morötterna och låt allt bli varmt. Red med maizena, smaka av och färga eventuellt med collorit.

Servera med kokt potatis och skivade inlagda rödbetor.

Lycka till!