

Mamis Mat



Spenato

Recept från Marina Kaj

1. Tvätta och rengör hönan ordentligt.
2. Fyll en kastrull med hönan och det rökta sidfläsket. Täck över hönan och fläsket med vatten. Låt det koka i två och en halv timme. Ta bort skummet från soppan som kan uppstå.
3. När hönan och fläsket har kokat klart så tar du upp det från grytan och lägger det åt sidan. Låt svalna tills soppan är klar.
4. Skala potatisen och lägg den i soppan som hönan och fläsket har kokat i. Låt det koka i sex till sju minuter. De får inte bli överkokta.
5. Skala morötter och skär dem i små stavar. Lägg sedan i morötterna i soppan.
6. Häll en och en halv dl ris i soppan.
7. Lägg i tre stycken tärningar hönsbuljong.
8. Hacka spenaten och lägg den i soppan.
9. Nu är det dags för redningen, se nedan hur du gör.

Redningen

1. Värm olja och smör i en gryta.
2. När oljan och smöret har smält tillsätter du ca två och en halv dl vetemjöl.
3. Rör om hela tiden tills redningen har fått en gyllenbrun färg. Akta så att det inte blir bränt i botten!
4. När redningen har blivit gyllenbrun, ta en slev och lägg försiktigt ner redningen i soppan. Det får inte bli några klumpar! Rör om emellanåt.
5. Tillsätt tomatpuré.
6. Häll i lite ättika.
7. Salta och peppra efter smak.
8. När soppan har blivit tjock i konsistensen så är den klar.
9. Skär upp hönan och fläsket och servera det tillsammans med soppan!

Ingredienser

Höna
Rökt sidfläsk
Vatten
Potatis
Morötter
Ris
Hönsbuljong
Spenat

Ingredienser

Olja
Smör
Vetemjöl
Tomatpuré
Ättika med paprika
Salt
Peppar



Receptet är från
avsnitt 3