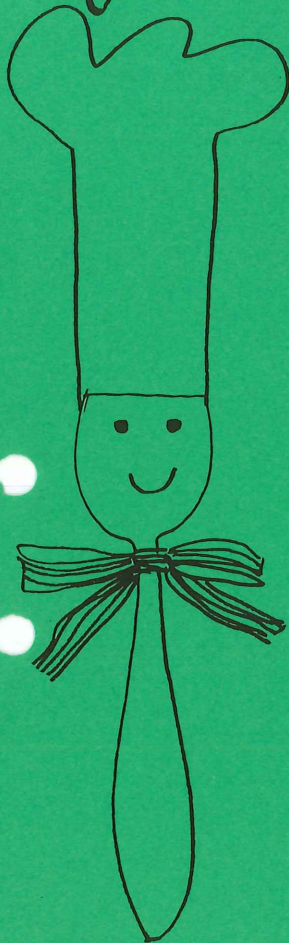


Laga gott för

1



Av 1 förpackning rimmat fläsk (ca 5 skivor) kan man laga två mål.

Första måltiden

Liten husmansgryta

2 skivor rimmat fläsk
1 liten gul lök
2-3 potatisar
2 dl vatten
1 1/2 tsk buljongpulver eller 1/2 buljongtärning
Lite mejram eller timjan
(Hackad ättiksgurka)

Strimla fläskskivorna med kniv eller sax och hacka löken.

Fräs fläsk och lök tillsammans i en gryta. (Tag lite margarin om det behövs).

Skala potatisen och skär den i tunna skivor, lägg dem i grytan.

Häll på vattnet, smula över buljongpulver och kryddor.

Koka under lock tills potatisen är mjuk, 10-15 min.

Strö gärna över lite hackad ättiksgurka.

Rimmat fläsk håller sig i kylskåp några dagar sen förpackningen öppnats.

Andra måltiden

Stekt fläsk med löksås och potatis

Till löksåsen behövs:

1/2 grovhackad gul eller röd lök

2 tsk vetemjöl

1 1/2 dl mjölk

salt, peppar

Fräs löken i lite av fläskflottet

Dofta över mjölet

Späd med mjölken.

Koka upp och smaka av med salt och peppar.

Recept från KFs Provkök