KÖTT

Pölsa

Kock: **Elisabeth Gabrielsson** Tid: **45 min** Portioner: **4**

45

Pölsa och då snackar vi inte om danska korvar utan om nyttig urgod norrländsk mat.

Pölsa kanske inte ser så attraktivt ut men är långt mycket godare än det ser ut. Pölsa serveras med potatis och rödbetor och vill man så kan man även ha lite stekt sidfläsk till det hela.
Här har jag förenklat och förkortat tiden för tillagningen och moderniserat receptet i jämförelse med orginalreceptet. Jag använder bland annat kalv- och kycklingfärs och kycklngpastej istället för ren lever.

INGREDIENSER

500 gram kalvfärs
500 gram kycklingfärs
3 deciliter korngryn
2 stycken stora hackade gula lökar
50 gram smör
1-3 teskedar grovmald/mortlad kryddpeppar
2-3 kryddmått finmald vitpeppar
100 gram kycklingpastej eller vanlig gräddpastej

4 stycken köttbuljongtärningar typ fond du chef
75 gram kokt morot
50 gram kokt palsternacka
1-2 teskedar ättika 12 %
3-5 deciliter vatten till utspädning av pölsan
salt efter egen smak

GÖR SÅ HÄR

1. Koka korngrynen enligt paketets anvisning med buljongen.
2. Stek löken glansig i smöret.
3. Mixa lök, kokt morot, kokt palsternacka och pastejen.
4. Blanda ner kycklingfärsen och cirka 3 deciliter vatten i de nu kokta korngrynen med en slevgaffel under konstant omrörning så färsen delar sig hela korngrynskoket. Blanda ner löksmeten, ättika och kryddorna låt koka under fortsatt omrörning i cirka 7 minuter. Blanda ner kalvfärsen på samma vis som kycklingfärsen och låt koka ihop i cirka 7-8 minuter till. Späd eventuellt med mer vatten då pölsan ska vara av det lite lösare slaget, som en havregrynsgröt ungefär.
   Smaka av om du tycker det behövs salt och mer kryddor.
5. Servera med kokt potatis, rödbetor och eventuellt stekt sidfläsk eller bacon.