LAMM

Får i kål

Kock: **Per Morberg** Tid: **80 min** Portioner: **4**

80

Det är något så sagolikt fräscht över ett vitkålshuvud med dess milda gröna skiftningar ju längre in mellan bladen man kommer. Hur kan jag gå upp så i ett jäkla vitkålshuvud? Hur är det med mitt huvud egentligen?

INGREDIENSER

2 tsk kumminfrön
2 hela kryddnejlikor
1 litet vitkålshuvud
2 tsk salt/liter vatten
10 st vitpepparkorn
1.5 kg lammkött med ben, gärna bog eller hals
2 st lagerblad

GÖR SÅ HÄR

1. Lägg köttet i en stor kastrull, täck med vatten och låt koka upp. Tillsätt saltet. Skumma och lägg i pepparkorn, kryddnejlikor och lagerblad. Låt koka på svag värme (ca 1 timme/kg) tills köttet släpper från benen. Ställ kastrullen kallt, gärna över natten.

2. Lyft bort fettet som stelnat och ligger ovanpå buljongen. Lossa köttet från benen och ansa bort eventuella senor. Spara buljongen och skär köttet i 3-4 cm stora bitar.

3. Ansa vitkålen och ta bort stocken. Skär kålen i 2-3 cm breda strimlor.

4. Varva kål, kött och kummin (efter behag) i en stekgryta och häll över buljongen så att det knappt täcker kålen. Koka tills kålen känns mjuk.

5. Severa får i kålen med kokt potatis.