

Höstgryta med grönsaker i crock pott

Jonny · 2024-11-05



Förberedelsetid

Förbered.: 20 min. Tillagning: 8 timmar

Svårt

medelsvårt

Portioner

4 Personer

Description

Samma recept som Höstgryta
Men i crockpot och tillsatt rödvin, så gott.. :)
Färska grönsaker och möra Nötbitar som långsamt får puttra
skapar här en varm och näringsrik familjemiddag.
Härligt gott med nybakade baguetter, klicka nedan
[Nybakade snabb baguetter](#)

Ingredienser

- 700 g bog, högrek eller Grytbitar av nöt
- 2 msk vetemjöl
- 2 msk olivolja
- 8 dl oxbuljong
- 1 msk rödvinvinäger (frivilligt)
- 2 dl rödvin
- 250 gr Pärlök eller 250 gr steklök skalad och tärnad
- 3 skivade selleristjälkar
- 4 grovhackade morötter
- 3 lagerblad
- 2 timjankvistar eller rosmarin kvistar
- 450 g skrubbad och delad färskpotatis
-

Instruktioner

1. Skär bort överflödigt fett från köttet. Skär sedan köttet i bitar. ca 2,5 cm. Vänd köttbitarna i vetemjöl tills de har täckts ordentligt runt om.
2. Hetta upp hälften av oljan i en stekpanna och lägg i hälften av köttet. Bryn köttet runt om. Ta upp köttet ur stekpannan med en hålslev och för över till crock potten. Hetta upp resten av oljan i stekpannan och bryn resten av köttet. Ta även upp det köttet och lägg det i crock potten.
3. Vispa ner buljongen, lite i taget, i stekpannan och skrapa botten på stekpannan med vispen så att alla smaker blandas med buljongen. Koka upp, vispa ner vinägern och håll buljongen över köttet.
4. Häll i vinet, blanda ner lök, selleri och morötter i crock potten. Tillsätt lagerblad och timjankvistar och lägg på locket. Sätt crock potten på LOW i 8 timmar. Efter 6 timmar lägg i potatis och låt gå ytterligare 2 timmar. Ta upp lagerblad och timjan och servera direkt från grytan.
- 5.
6. --- Tips ---
7. Billigare styckningsdelar som tex bog är perfekt i grytor som tillagas länge. Den långa tillagningstiden gör köttet mört och skyn från köttet ger massor av smak till såsen. Vinägern hjälper till att göra köttet morare.