

Ertesuppe med svineknøke

1 gryte

2 kg gule erter (tørre)
6-8 svineknøker*

2 kg gulrøtter, i terninger
2 kg poteter, i terninger

Andre grønnsaker etter
ønske, for eksempel
sellerirot, kålrot eller løk

Litt pepper

Legg ertene i bløt i rikelig med vann over natten. Sil av bløtevannet og kok opp erter og knøker** i nytt, friskt vann.

Når knøkene er ferdig kokt og kjøttet slipper bena, etter 1,5-2 timer, tas de ut av gryten. Tilsett de kuttete grønnsakene. Når knøkene er kalde nok til å håndtere fjernes kjøttet fra ben og bruske og deles i mindre biter. Ha kjøttet tilbake i suppen, tilsett pepper og server når erter og grønnsaker er møre.

* I tillegg til svineknøker kan man også spe med annet svinekjøtt. Man kan bli nødt til å tilpasse saltmengden

** Knøkene kan kokes og deles opp dagen i forveien. Ta vare på kraften og bruk den til å koke erter og grønnsaker.

STIFTELSEN
ROBIN
HOOD
HUSET