



OPSKRIFT

Kornotto med svampe



Det skal du bruge:

- 2 dl spelt- eller bygkerner
- 4,5 dl vand
- 150 gram svampe
- 1 løg
- 1 hvidløg
- 1 hønskødsbouillonterning
- 2 spsk. eddike
- 2 spsk. havregryn
- 1 tsk. timian
- ¼ bundt persille
- 3 spsk. smør
- 50 gram hård ost (parmesan, vesterhavsost, krystalost eller lignende)
- Salt og peber



Sådan gør du:



- 1 Start med at **vaske dine hænder grundigt** i varmt vand og sæbe.
- 2 Skær ender af **løg** med en urtekniv og pil skallen af over køkkenvasken eller skraldespanden. Hak det fint og kom det op i en gryde med 2 spsk. opvarmet smør. Steg det gyldent.
- 3 Pil **hvidløg** og pres det i gryden med løg.
- 4 Tilsæt derefter **eddiken**.
- 5 Kom **spelt-** eller **bygkernerne** op i gryden med løget og steg dem i ca. 2 minutter.
- 6 Tilsæt **vand, hønskødsbouillonterning, timian og havregryn**. Rør det hele godt rundt og lad det simre i ca. 10 minutter. Rør ofte i gryden, så det ikke brænder på.
- 7 Skyl **svampe** grundigt og skær eventuelle jordrester væk. Skær svampene i tynde skiver.
- 8 Kom **svampene** op i en pande med 1 spsk. opvarmet **smør** og steg dem ved høj varme, til de har afgivet det meste af deres væske. Hold godt øje med, at de ikke brænder på.
- 9 Riv **ost** fint og kom den op i en skål.
- 10 Skyl **persille** grundigt og hak den fint. Kom persillen op i skålen med ost.
- 11 **Smag på kornene**, når kornottoen har simret i **ca. 10**. De skal være næsten færdigkogt, altså møre, men ikke helt udkogte og splattede. Der skal næsten ikke være mere vand tilbage i gryden.
- 12 Når kornottoen er færdig tilsættes svampe, persille og ost. Kornottoen røres godt sammen. **Smag til med salt og peber** og spis retten, mens den er varm. Velbekomme.
- 13 **OBS:** Når I er færdige med at spise, vender I tilbage til arbejdsarket **'Er retten i sæson?'** og vurderer jeres ret ud fra de fire bæredygtighedskriterier.

