

Culinary Crafts vandringsgryta för kronprinsessan

När kronprinsessan Victoria besökte Skottvångs gruva och Sörmland förra veckan bjöds hon på Culinary Crafts vandringsgryta. Den är tillagad av eleverna i åkl på Restaurangprogrammet Thomasgymnasiet, tillsammans med Jonas Hammar och deras lärare Cecilia Eriksson.

Välj de rotsaker och grönsaker som du tycker om, eller har hemma. Vi hade dessa.

(För ca 4 port)

- 1 gul lök
- 2 morot
- 1 palsternacka
- 1 bit rotselleri
- 1 bit pumpa (butternut)
- 1 bit fänkål
- 1 bit zucchini
- 10 små tomater i olika färger
- 400 gr krossade tomater (av god kvalitet)
- 1-2 dl gröna linser

- 1 nypa finhackat torkad rökt chili
- Persilja
- Salt & svartpeppar (nymalen) efter smak

Skala, skölj och skär rot/grönsakerna i grova bitar. Bryn löken i lite olja tills den fått färg. Det ger en god smak. Håll först i de rotsaker som tar längst tid att koka. Tillsätt krossade tomater, vatten och kryddorna. Koka upp och låt sjuda på svag värme ca 30 min. Rör om då och då. Tillsätt sedan pumpa och fän-

kål, efter ca 10 min, lägg i zucchini och gröna linser. Späd ut med lite vatten. Låt koka på svag värme tills linserna mjuknat (ca 15 min) Sist i med tomaterna och slutligen hackad persilja.

Låt gärna grytan sjuda länge. Eller gör den med fördel dagen före och låt smakerna dra till sig över natten.

Värm upp grytan, smaka av. Servera tillsammans med hembakat foccaciabröd på dinkelmjöl från Saltå kvarn, Julita rapsolja och färskost blandat med inlagda små granskott från Högtorp gård i Södermanland.

Hoppas det smakar!



► Kronprinsessan åt den här härliga grytan i fält.



► Stolta elever och lärare i åk 1 på Culinary Craft som fick äran att tillaga lunchen inför Kronprinsessan Victorias Sörmlandsvandring. En rätt som föll prinsessan väl i smaken.



► Kronprinsessan under sin Sörmlandsvandring.