

Ærtemos 1766
med stegt flæsk
og korender

Opskrift og billede:
Det Grønne Museum

Ærtemos med stegt flæsk og korender anno 1766

**SPIS
SUNDERE
DK**
Rådet for
sund mad



Du skal bruge (til 8 personer)

500 gram flækkede gule ærter

1 liter vand

350 gram sribet flæsk

100 gram smør

50 gram korender (små hårde rosiner. Kan erstattes af almindelige rosiner.)

Salt

Vi har helt tilbage til bronzealderen spist tørrede ærter i Danmark. Ikke de grønne ærter, men grå og brune ærter. De var geniale i den selvforsynende husholdning. De kunne tørres, de kunne gemmes og de var økonomiske.

Sådan gør du

De gule ærter lægges i blød i 10-12 timer, hvorefter vandet kasseres. De gule ærter sættes over i koldt vand og bringes i kog under låg i ca. 45 minutter.*

Flæsket skæres i tern og steges på en pande. De kogte ærter moses gennem et dørslag eller blendes (da vi nu engang er i det 21. århundrede).

Smørret vendes i grøden, som smages til med salt.

Korenderne vendes med flæsket på panden.

Ærterne anrettes på et dybt fad og drysses med flæsk og korender.

*** Følg altid tilberedningsvejledningen på emballagen.**