

LAMMEGRYTE MED NORSK WOK

Varm stekeovnen til 200 grader. Skjær kjøtt i biter. Brun kjøttet i en varm stekepanne med smør, hvitløk, timian, salt og pepper. Ha kjøttet over i en bakk sammen med vann og hvitvin og la det stå i ca. en time under lokk i stekeovnen. Tilsett grønnsakene og la det hele stå i ytterligere 30 min. til kjøttet er mørt og slipper beina. Når kjøttet og grønnsakene er møre, sil av kraften. Jevn kraften med maizena og hell over kjøttet og grønnsakene.

INGREDIENSER

1,5 kg grytekjøtt av lam
5 dl vann
2,5 ts salt
1,5 kg Norrek norsk wok EPD: 5698808
5 ss frisk timian, hakket
2 ss Norrek hvitløk, hakket EPD: 4798096
7,5 dl hvitvin
2,5 ss maizena
2,5 dl vann