



Vegetarlapskaus

4-6 porsjoner - 60 min +

Ingredienser

3-4 gulrøtter
8-10 poteter
1-2 skiver sellerirot
2-3 skiver kålrot
5 puter frossen spinat
Ca. 0,5-1 liter vann
Grønnsaksbuljong
Salt og pepper
Vegetarpølser (kan sløyfes)

Fremgangsmåte

1. Begynn med å kutte grønnsaker. Skivene av kålrot og sellerirot skal være ca. 1 cm tykke. Poteter, kålrabi og gulrøtter kuttes i terninger. Sellerirot kan enten finhakkes eller kuttes i terninger. Hvis du vil ha i vegetarpølse så kutter du denne i biter, men ikke ha den i før mot slutten av koketiden. Pølsene kan også stekes ved siden av.
2. Ha grønnsakene i en stor gryte og dekk med vann. Ha i buljong. Grønnsakene skal få lov å koke lenge, til de er helt møre. Rør innimellom. Lapskausen skal bli god og tykk. Blir den derimot for tykk kan du bare ha i litt mer vann. Hvis lapskausen blir for tynn kan du ha i litt potetmospulver fra pose.
3. Smak til med salt og pepper. Ikke bruk for mye salt hvis buljongen allerede er salt. Smak deg frem!
4. Server gjerne med flatbrød og godt smør.

Oppskriften er i utgangspunktet vegetarisk, gluten- og melkefri, men sjekk ingredienslisten til buljongen og vegetarpølsene. De oppgitte målene er cirkamål. Lapskaus er fin restemat om du har noen slappe grønnsaker liggende! Ikke vær redd for å prøve deg frem. For eksempel er det ikke alltid jeg har i spinat, noen ganger bruker jeg kål, og det hender jeg piffer opp med litt chili (jepp!). Jeg er ikke særlig glad i løk og purre, så min lapskaus er uten dette – men tilsett gjerne purreløk eller vårløk! Annet godt lapskausrydder er salvie, timian og laurbærblad.