



## HØNSELIKASSE

6A, MOSTERØY SKOLE

### INGREDIENSER:

Beregnet til 8 porsjoner

5 dl	Økologisk helmelk
1 ts	Pepper
1 kg	Kålrot (fra Jæren)
2 ts	Salt
1 kg	Gulrot (fra Jæren)
7 ss	Maisena
1 stk	Høne (stor)
1 bunt	Bladpersille (fra Jæren)
1 stk	Purre (fra Jæren)
1 kg	Potet (fra Jæren)

### SLIK GJØR DU:

**I** Klassisk og smaksrik husmannskost med bærekraftige ingredienser:

Kok høne og avskjær fra purre, gulrot og bladpersille i fire timer. Sil kraften og rens skroget for rent kjøtt.

Skrell og kutt rotfrukter og purre. Kok dem møre i hønsekraften. Tilsett melken og jevn med maisena. Ha i hønsekjøttet. Dryss over finkuttet bladpersille og smak til med salt og pepper.