Gul ertesuppe med svineknoke



Ingredienser

♥ 250 g tørkede, gule erter
♥ 1 svineknoke (lettsaltet eller røkt, se tips)
♥ 2 liter vann
♥ 1 løk
♥ 2 store gulrøtter
♥ 200 g sellerirot
♥ 0,5 purre
♥ en liten neve fersk eller 1 ts tørket timian eller persille
♥ kvernet pepper

Servering:
♥ fersk timian eller persille
♥ flatbrød eller brød/rundstykker
♥ smør

Fremgangsmåte

Bløtlegg ertene:
Start kvelden i forveien med å legge de gule ertene i bløt i rikelig med kaldt vann. Jeg pleier å ha dem i en kjele og fylle opp med kaldt vann (mye mer vann enn at det dekker ertene, se tips). Sett på lokket og la dette stå i romtemperatur over natten. Dagen etter siles bløtleggingsvannet vekk.

Kok svineknoke:

Skyll svineknoken i kaldt vann og ha den i en stor kjele. Fyll opp kjelen med kaldt vann så vannet dekker knoken (ca. 2 liter). Kok opp og la småkoke under lokk i 2 - 3 timer. Kjøttet skal koke til det blir veldig mørt.

Ta kjelen av platen og løft knoken ut av kraften. Sil kraften og ha den tilbake i kjelen. Rens ut kjøttet av knoken og del kjøttet i mindre biter. Ha kjøttbitene i kjelen med kraften.

Kok suppe i kraften:
Ha så de bløtlagte, gule ertene i kjelen - med mindre du velger å koke ertene for seg (se tips). Tilsett hakket løk, gulrøtter og sellerirot i terninger og skivet purre (jeg bruker den nederste delen av purren). Ha i hakket fersk timian eller litt tørket timian eller persille.

La suppen småkoke i ca. 45 minutter - 1 time, eller til ertene er helt møre. Spe med mer vann underveis ved behov. Hvis du koker ertene for seg, has de ferdigkokte i suppen (uten kokevannet) når det er 15 minutter igjen av koketiden.

Smak til suppen med kvernet pepper (den pleier å være salt nok av knoken)

Server suppen varm, gjerne pyntet med litt fersk timian eller persille.

Tips

♥ Husk at de tørre, gule ertene sveller opp masse når de får ligget i kaldt vann over natten, så bløtlegg i rikelig med kaldt vann (heller for mye enn for lite). Overflødig vann skal uansett kastes etterpå. Jeg bløtlegger ertene i minst 15 timer.

♥ Pass på at ertene koker lenge nok, ellers kan man få mageknip. Det kan være mer skånsomt for magen å koke ertene for seg i 1 time og så helle ut kokevannet og ha de ferdigkokte ertene i suppen.

♥ Lettsaltet svineknoke er forholdsvis billig kjøtt og fås kjøpt i de fleste matbutikkene. Bruk gjerne røkt svineknoke hvis du får tak i, men det er ikke nødvendig at knoken er røkt for å få god smak på suppen. Jeg pleier å bruke lettsaltet svineknoke.

♥ Jeg pleier å koke 2 svineknoker når jeg først er i gang, både fordi vi liker mye kjøtt i suppen og fordi det er kjekt å bruke både kjøttrester og kraften til annen mat. Dette forutsetter selvfølgelig at du har en skikkelig stor gryte som du får plass til

begge knokene oppi. Renset kjøtt som du ikke bruker i suppen, er fin å fryse. Kraft som du ikke bruker til suppen, er også fin å fryse.

♥ Det er nokså mye fett på en svineknoke som løser seg opp i kraften og som gir veldig god smak. Dersom du imidlertid ønsker mindre fett i suppen, kan du koke kjøttet dagen i forveien og ha kraften i en beholder i kjøleskapet over natten. Fettet vil da legge seg som et fast lag på toppen, som du kan fjerne, og så har du en kraft med mye næring og lite fett som du kan bruke til suppen.

♥ Kraften vil bli geleaktig når den er kald, som bare er et godt tegn på at den inneholder masse sunn, styrkende gelatin. □□ Kraften blir flytende igjen ved oppvarming, og eventuelt kan du spe den ut med litt ekstra vann.

♥ Kjøtt fra svineknoke kan suppleres med vossakorv eller annen grov pølse. Du kan tilsette andre grønnsaker du liker, for eksempel kan du bruke kålrot i tillegg til eller i stedet for sellerirot. Det er også godt med potetbiter i suppen.

♥ Suppe som du får til overs kan oppbevares i kjøleskapet til dagen etter, eller så kan den fryses. Det er bare å tilsette ekstra vann dersom du synes at det trengs for å få suppen mer flytende.

© 2004 - 2026: Det søte liv. Med alle rettigheter.

Source URL: https://www.detsoteliv.no/oppskrift/gul-ertesuppe-med-svineknoke