

Lök- och ölgryta

★★★★★ (10)

🕒 45 min 📦 18 ingredienser



Av Annie Månsson



Den söta karamelliserade löken ihop med svamp, fasta linser, örter och öl blir verkligen så mycket höst det kan bli. Dessutom något av ett kinderägg: En perfekt söndagsmiddag, en toppenmatlåda och hyfs...

Gör så här

6 gula lökar, normalstora

50 g smör, eller mer

500 g skogschampinjoner

3 msk vetemjöl

0,25 rotselleri, normalstor

1 morot, stor

7 dl vatten

4,5 dl guinness

1 dl korallinser

1 msk kinesisk soja

1 msk kantarellfond

1 msk rödvinsvinäger

1 tsk socker

Timjankvistar

Rosmarinkvist

3 lagerblad

Salt och svartpeppar

3 dl cheddar, eller mer efter smak

- 1 Skala och skiva gul lök tunt. Stek i 25 g smör i en stor stekpanna på låg(!) värme. Salta lätt. Löken behöver runt en timme för att långsamt bli helt mjuk och gyllene (=karamelliserad). Rör runt då och då.
- 2 Om den börjar ta färg och bränna fast lite i botten: tillsätt några msk vatten och skrapa bort det fastbrända.
- 3 Finhacka under tiden svamp och stek ur på vätska på medelvärme i en stor gryta. Tillsätt 25 g smör eller lite neutral rapsolja när all vätska har dunstat. Stek tills svampen får fin färg. Ha på rejält med salt och färskmalen svartpeppar.
- 4 Plocka ur svampen ur grytan (det gör inget om några bitar är kvar).
- 5 Skala rotselleri och morötter och hacka i ca 1 cm stora kuber. När löken börjar bli klar: stek rotfrukterna snabbt i grytan i lite extra fett och tillsätt löken. Pudra över vetemjöl, rör runt och häll i öl, vatten, linser, soja, fond, vinäger, socker, timjan, rosmarin och lagerblad. Koka upp under lock.
- 6 Låt sen stå och puttra på låg värme utan lock tills linserna är klara, det tar 10-20 min beroende på sort. Ha i svampen och se till att den blir helt varm. Smaka av grytan med salt och massa färskmalen svartpeppar.
- 7 Plocka ut eventuella örtkvistar och servera med grovriven ost och potatis.