



Gutekorn kroppkakor i flera varianter

Bjud dina vänner på Gutekorn kroppkakor, av olika spannmålssorter och gärna av fullkorn, och se om de märker någon skillnad!

4 -8 portioner

Ingredienser

500 g. potatis av en halvfast sort

2.5 dl mjöl, använd 3-4 olika mjölsorter till varje sats och gör delikatesskroppkakor, hälften så stora du skulle gjort i vanliga fall !

1 ägg

100 grimmat fläsk

1 gul lök

1 tsk malen eller stött kryddpeppar

salt

peppar

Lingon och smör till servering

1. Koka potatisen mjuk i lättsaltat vatten. Skala och pressa den.
2. Blanda potatispresset snabbt med mjöl, ägg och kryddor.
3. Skala och finhacka löken och tärna fläsket. Stek det tillsammans.
4. Forma bollar av potatissmeten, tryck i lök och fläsk och slut igen.
5. Koka i 5-6 minuter i lättsaltat vatten. Kroppkakorna är klara när de flyter upp till ytan.
6. Servera med lingon och skirat smör.