

Frugtgrød af friske frugter, som: jordbær, solbær, hindbær, ribs, blommer, miabella, stikkelsbær, tyttebær, æbler m.m.

Der skal bruges:

100-150 g. bær

ca. 1-1½ dl. vand

ca. 1-2 ss. sukker eller efter smag

1-2 tsk. kartoffelmel

2 ss. vand

sådan skal du gøre:

Rens og skræl eventuel frugten, måske skal frugten skæres ud i mindre stykker. Kom vand i gryden, og kom frugten ned i vandet, bring det i kog på højeste trin, når det koger, skruer du ned på det laveste trin på el.apparatet.

Frugten koger nu mør, det tager fra 5 til 10 min. alt afhængig af hvilken frugt der bruges.

Når frugten er mør, skal der smages til med sukker, du må her bruge en smageske. Du kommer først lidt sukker i grøden, så smager du dig frem, til den smager godt.

Kartoffelmel og vand røres ud i en lille kop til en jævning. Jævningen hældes i frugtgrøden lige når den er i kog, du tager så gryden af el.apparatet, og hælder straks så meget jævning i grøden, at den bliver passende tyk.

En kartoffelmelsjævning må ikke koge, men skal alligevel hældes i mens det er kogende. Hvis din grød ikke er helt klar, så må du sætte gryden på pladen, og varme frugtgrøden, mens der røres i gryden, til den er klar, men husk frugtgrøden må ikke koge, så vil den blive "lang" og "sej" og klumpet.

Frugtgrøden hældes op i en dyb tallerken, som stilles til afkøling, men ikke i køleskabet.

Frugtgrød spises med mælk på.