

Maria Mee's Frugtgrød

Ingredienser:

500g frugt (jordbær, rabarber, stikkelsbær, etc.)

3 dl postevand

3 spsk. Kartoffelmel

Sukker:

Jordbærgrød: 5 spsk. sukker eller 1 tsk. kaloriefri Hermesetas sødemiddel

Rabarbergørød: 8 spsk. sukker eller 2 tsk. kaloriefri Hermesetas sødemiddel

Stikkelsbærgørød: 8 spsk. sukker eller 2 tsk. kaloriefri Hermesetas sødemiddel

1 tsk. Nonoxal (neutraliserer oxalsyren i rabarber) *Gælder kun rabarber*

Rabarber- og stikkelsbærgørød: Tilsæt evt. ekstra sukker / sødemiddel efter egen smag

Tilberedning:

1. Frugten rengøres og skæres i mindre stykker, dog ikke stikkelsbær
2. Kom frugten i 2½ dl vand, tilsæt Nonoxal ved rabarber, kog ved svag varme til frugten er omtrent mør (ca. 8 min.) lad grøden "hvile" i ca. 10 min. (*grøden kan evt. blendes, før der arbejdes videre*)
3. Tilsæt sukker, kog videre i et par min.
4. Tag gryden af varmen, ***må ikke koge mere, så bliver grøden "lang"***
5. Rør en jævnning af resten af vandet (½ dl) og kartoffelmelet
6. Tilsæt jævnningen i en tynd stråle, under stadig omrøring

Tilbehør:

Nydes med mælk eller fløde, evt. med ekstra sukker efter egen smag

