



Foto: Joel Wäreus

## Falukorv och färsk majs i citronbuljong

### Ingredienser 4 personer

---

500 g	falukorv, mager (9 %)
5 dl	vatten
2 msk	kycklingfond, koncentrerad
1 st	citron, rivet skal och pressad saft
2 st	majskolvar, färska
3 st	tomater
0,5 dl	bladpersilja
2 krm	svartpeppar, nymald

### Tillbehör

---

4 st	skivor surdegsbröd
------	--------------------

### Tillagning

---

En mager men matig falukorvslåda där den färska majsen får baka med i ugnen.

1. Sätt ugnen på 225°. Koka upp vatten med kycklingfond och citronsaft.
2. Skär korven i sex bitar. Skär ett rutmönster på ena sidan. Ta bort bladen på majsen och skär den i tunna skivor.
3. Lägg korv och majs i en rymlig ugnssäker form och häll på buljongen. Peppra. Stek mitt i ugnen ca 20 min. Ös med buljongen en gång.
4. Halvera och gröp ur tomaterna. Skär tomatköttet i strimlor. Blanda med persilja och citronskal. Strö blandningen över den varma korvlådan. Servera med ett surdegsbröd att suga upp den goda buljongen med.

Ca 450 kcal per portion, 14 g fett, 20 g protein, 58 g kolhydrater