



De vogeltjes fluiten al vrolijk 's morgens de dag aan, de aarde kriebelt, de eerste scheuten piepen alweer de grond uit eerstelingen zoals daslook, brandneteltopjes, duizendblad, madeliefjes, enz. enz. echt lentekriebelsen dat betekent..... het is tijd voor Kruudmoes! Lentekriebelkruudmoes!

Ingrediënten

- 250 g parelgort
- 1 l boerenkarnemelk
- evt. handvol rozijnen, geweld
- rookworst (in stukjes) en evt. gebakken rookspekjes
- de eerste lentescheuten zoals daslook, brandneteltopjes, look zonder look, duizendblad, veldkers, zuring en/of tuinscheuten zoals venkelgroen, bieslook, kervel, kruizemunt, peterselie. Goed gewassen en fijngesneden
- peper en zout
- keukenstroop

Bereiding

Was de gort en laat ca. 8 uur in koud water weken. Gaar daarna de gort in de karnemelk afgedekt ca. 1 uur. Roer af en toe. Voeg dan de rozijnen en de stukjes rookworst toe. Gaar 15 min. Voeg de kruiden toe en laat 10 min. trekken. Gebakken spekblokjes als laatste erbij en breng dan de kruudmoes op smaak met peper en zout.

De soep wordt geserveerd met keukenstroop en kan warm, lauw of koud gegeten worden.

De snelle, want drukdruk, kruudmoes-versie:

-Parelgort weken en koken heeft wat tijd nodig maar het fijne van gort is dat het gekookt heel goed te bewaren is in de vriezer. Gekookte gort is zalig en heel erg voedzaam in allerlei gerechten zoals een salade of een woksotel.

Ook is het heel makkelijk om gort als bitterballetje te maken.

Zet daarvoor een fijngesneden ui aan in wat boter en bak glazig. Kruiden met peper en zout en bv kerrie; dat maakt het spannender. Strooi wat bloem over de glazige ui en laat het garen. Meng gekookte, warme gort erdoor. Laat afkoelen en vorm dan balletjes ervan.

Voor het krokante jasje 3 stappen volgen:

1. rol het gorteballetje door bloem.
2. dan doorhalen door goed losgeslagen eiwit
3. en als laatste door fijn paneermeel.

-zonder vlees maar wel met een extra voedzame bite? Boerentenen! O ik ben echt zot van boerentenen 😊 Die heerlijke grote witte bonen! Ook bonen zijn gekookt heel goed in te vriezen, zo makkelijk!

Kriebelende boerentenen in de kruudmoes 😊 wat lenteliefjes erop, klaar! Eet smakelijk 😊