

Från sådd till skaf

text
Cecilia Bergström

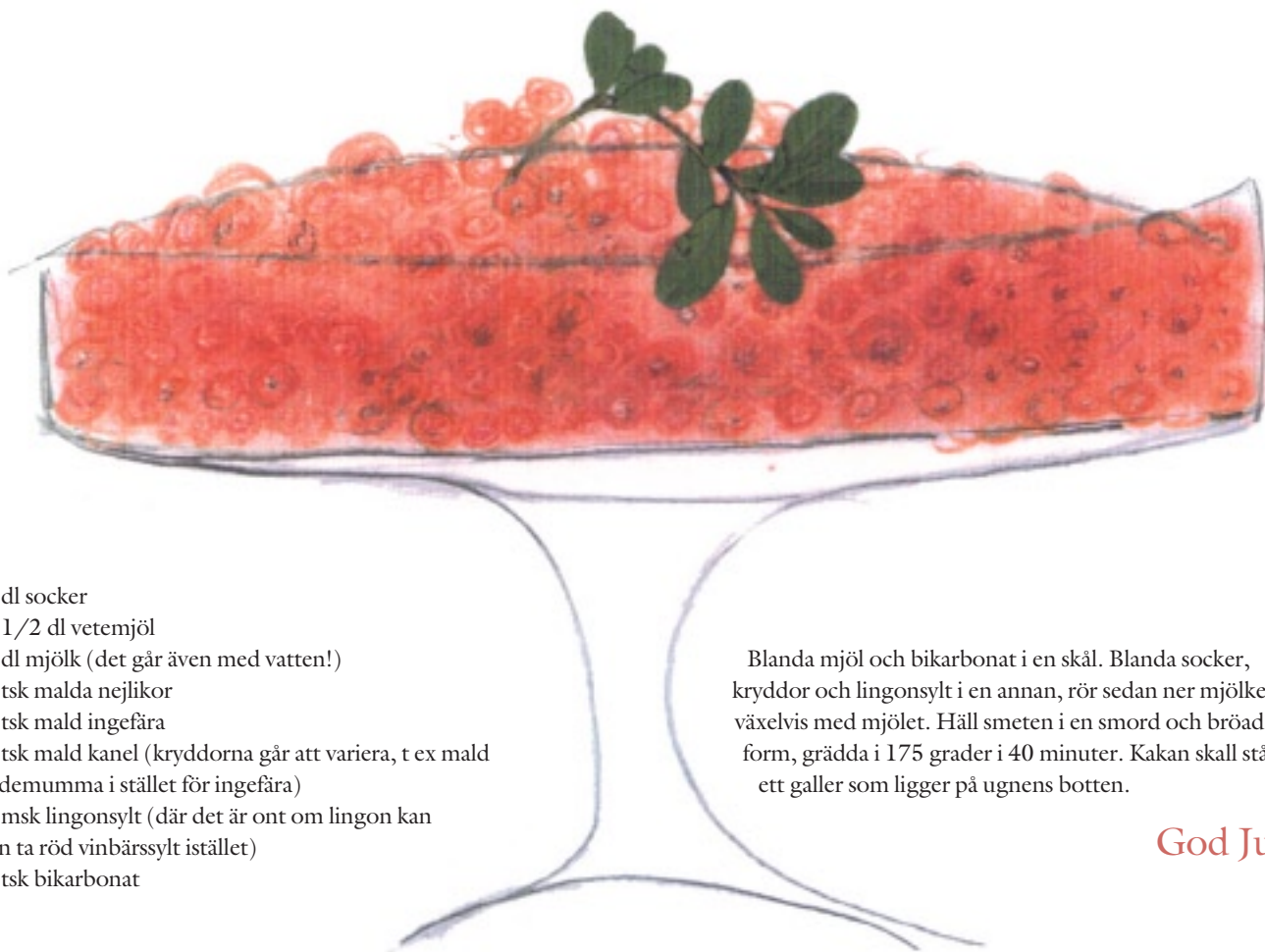
bild
Mare Toomingas

det tomma skafferiets julkaka

Lingon innehåller skogens eget konserveringsmedel, bensoesyra, och i lingonsylt behöver man aldrig tillsätta konserveringsmedel. Förr konserverade man ofta lingonen i kombination med andra, mer svårlagrade frukter och bär. Det är nog många svältande torparungar som

har räddats till livet tack vare lingonen.

Följande recept, vari lingonsylt ingår, är ett rent mirakel. Till synes utan ingredienser lagar man lätt och snabbt en saftig, hållbar och mycket god kaka. Den passar förstås även vid andra tidpunkter än runt jul.



3 dl socker
4 1/2 dl vetemjöl
3 dl mjölk (det går även med vatten!)
1 tsk malda nejlikor
1 tsk mald ingefära
1 tsk mald kanel (kryddorna går att variera, t ex mald kardemumma i stället för ingefära)
3 msk lingonsylt (där det är ont om lingon kan man ta röd vinbärssylt istället)
1 tsk bikarbonat

Blanda mjöl och bikarbonat i en skål. Blanda socker, kryddor och lingonsylt i en annan, rör sedan ner mjölken växelvis med mjölet. Håll smeten i en smord och bröad form, grädda i 175 grader i 40 minuter. Kakan skall stå på ett galler som ligger på ugnens botten.

God Jul!