

Korvlåda

KORVLÅDA	
För 4 personer	
TILLAGNINGSTID:	
50 minuter	
1 st	gruvkorv á 500g*
2 st	tomat
2 st	rödlök
2 st	rött äpple
	dijonsenap
	ghee
	himalayasalt
	svartpeppar
HUSGERÅD	
	Skalkniv
	Kniv
alt.	Mandolin
	Ugnsform

*Det går givetvis att använda annan valfri korv om man önskar.

Allergiinformation: Receptet innehåller senap.

Inlägget innehåller reklam genom annonslänkar för Bodystore, Hemköp, Gröna gårdar och Cervera.

Korvlåda

Korvlåda

Med denna härliga Korvlåda får du snabbt en enkel och god vardagsmiddag för hela familjen!

Tips på bra korv

Korv, denna enkla och goda råvara som så många av oss älskar men som det ibland kan vara svårt att hitta ute i butik utan att den är fylld med massa konstiga tillsatser.

Givetvis kan man stoppa egen korv och då ha full koll på vad den innehåller men ibland vill man göra det enkelt. Ett tips är då att besöka en gårdsbutik som säljer kött, där kan man ha turen att hitta riktigt fin korv.

Ett annat tips, som vi använder oss av, är att köpa korven genom [Gröna gårdar](#). De har ett samarbete med Korvhantverk i Stockholm, som gör fantastisk korv på finaste köttet från Gröna gårdar. Korv helt fri från konstiga tillsatser, så bra!



En bra Mandolin

I denna Korvlåda så skär vi fina skivor av tomat, rödlök och äpple som vi varvar tillsammans med Gruvkorv, som är Gröna gårdars variant på middagskorv/falukorv.

När man ska skiva jämna fina skivor är det bra med en [Mandolin](#).

Vår Mandolin används flitigt både när vi ska laga mat, göra sallad, rotfrukts chips eller torka äppelringar. Det går snabbt och enkelt med perfekt resultat varje gång.

Korvlåda



Vi har en [Mandolin från OXO](#). Den är stabil, enkel och smidig att använda, det går enkelt att ställa in vilken tjocklek (hela 17 inställningar, från 1 mm till 9 mm) man vill ha på sina skivor.

En mandolin förenklar och underlättar verkligen när man önskar skiva olika råvaror. Går så snabbt och lätt, och snyggt blir det!

Man kan även välja om man vill att skivorna ska vara släta, vågiga, strimla eller våfflade – kreativt och roligt! Man kan alltså göra allt från tunna rotfruktschips (släta eller vågiga) till perfekta stripes där alla har exakt samma storlek!

Ett gott mos

Att servera ett mos till sin korvlåda är både gott och enkelt. Vi kan rekommendera:

- [Hummus på sötpotatis och morot](#)
- [Rotfruktsmos](#)
- [Morotspuré med timjan](#)



Testa något nytt i köket, laga och njuta av en god Korvlåda till middag!

Så här gör du

- Sätt ugnen på 225 grader
- Skölj och skiva tomaten och äpplet
- Skala och skiva rödlöken

Vi använde oss av en mandolin och hyvlade 4 mm tjocka skivor

- Skär korven i ca 1 cm tjocka skivor

Om du använder Gruvkorv från Gröna gårdar så dra av fjälstret innan du skivar

- Ta fram och smörj en liten ugnform med lite [ghee](#)
- Bred [dijonsenap](#) på ena sidan av korvskivan innan du varvar korv, tomat, korv, rödlök, korv, äpple i formen
- När du är klar strö över lite [himalayasalt](#) och [svartpeppar](#)
Klicka över lite ghee
- Tillaga mitt i ugnen i 25-30 minuter tills korvlådan börjar få lite fin färg

Korvlåda

Ät och njut tillsammans med ett gott mos och en grön sallad!



Fler goda recept

Kanske gillar du även dessa recept:

- [Korvgryta med fänkål och paprika](#)
- [Paleokorvbröd](#)
- [Rökig majonnäs](#)

Tid att Njuta!

PS: vissa av ingredienserna är länkade till webbutiken [Bodystore](#), [Hemköp](#), [Gröna gårdar](#) och husgeråden är länkade till webbutiken [Cervera](#)



Paleo för ett hälsosammare liv!

Jenny & Magnus Andersson

Licensierade kostrådgivare inom Paleo och lågkolhydratkost, kokboks författare samt hälso- och matinspiratörer.

Ren och naturlig mat ligger oss varmt om hjärtat. Vi har funnit vår väg till hälsa genom Paleo och brinner nu för att hjälpa andra med kost och hälsa genom ett ursprungsperspektiv.