**Sosekjøtt (kjøtt i mørke)**

Dette er god gammal tradisjonsmat som er like populært den dag i dag. Høyrygg i biter som får kose seg i gryta 2-3 timer. Kjøttet blir så saftig og mørt, at det smelter i munnen. Det er litt forskjeller på denne retten. Noen har kun løk sammen med kjøttet, og noen fyller gryten med grønnsaker. Jeg syns at når man først lager en slik gryte. Så burde man fylle den med gode grønnsaker. Dette gjøres den siste halvtimen av koketiden. Vil du kun ha i løk, da bruner du løken etter kjøttet. Og har det i gryta hele koketiden.

Du trenger

(Til 4 personer)

1 kg høyrygg

2 dl hvetemel

2 laurbærblad

1 liter oksekraft

Litt frisk timian

1 ss rødvinseddik (kan sløyfes)

Smør til steking

400 gram poteter

150 gram gulrot

150 gram sellerirot

1 løk

150 gram kålrot

Salt og pepper etter smak

Frisk persille

Slik gjør du

Kutt kjøttet opp i store terninger. Vend kjøttet i mel og fres det brunt i en gryte

Fyll på med oksekraft, timian, eddik og laurbærblader. La gryta småkoke under lokk i 2 timer

Kutt opp alle grønnsakene i litt store biter. Tilsett grønnsakene i gryta etter 2 timer. La gryta småputre til grønnsakene er møre. Syns du gryta blir for tynn etter ditt ønske, er det lov å jevne den til. Bruk gjerne brun maizenajevner.

Smak til med salt og pepper. Dryss over frisk persille før servering.