

Drentse Gort voor de drukke dag

Gort is gepelde gerst, het wordt vooral gebruikt als basis voor gortepap en in watergruwel.

Het verhaal

Gepelde gerst kan men gewoon eten, maar gerst zit ook in bier en whisky.

Gerst bevat vooral veel mineralen (Seleen, vitamine E), vezels en antioxidanten, die zorgen samen ervoor dat de kans op darm- en prostaatkanker aanmerkelijk verkleint als men gerst eet.

Rookworst werd vroeger gemaakt van varkensdarm, kruiden, speklappen (25%, zonder zwoerd) en mager varkensvlees (75%, stuggere vlees van de schouder). Ze werden opgehangen aan een stok in een droge ruimte en een dag gedroogd, daarna op lauwwarme beukenhout ca. 3 uur gerookt in een rookkast.

Ingrediënten

- 250 gram gort
- 1 rookworst
- 1 liter melk
- bruine basterdsuiker
- (optie: stukjes Drentse worst)

Vorbereiding

- Was de gort en laat de gort in ruim water één nacht weken.

Bereidingswijze

- Breng de gort in het weekwater aan de kook, laat het 1 uur op een laag vuur zachtjes doorkoken;
- Voeg de laatste 30 min. de rookworst bij de gort;
- Let op: het water niet te hard laten borrelen dan scheurt het vel van de rookworst en loopt het sap eruit;
- Giet de melk in een aparte pan en breng aan de kook;
- Haal de rookworst uit de pan en snij het in kleine plakjes.

Serveertip

- Schep de gort op in diepe borden;
- Giet er naar smaak de kokende melk er op en roer alles voorzichtig door elkaar;
- Leg de plakjes gesneden rookworst (en stukjes Drentse worst) er op;
- Strooi er bruine basterdsuiker op.