

## Instruktioner när du använder grytan första gången

Grattis till din afrikanska järngryta! I Sydafrika kallas den för potjie. Vi hoppas att den ska ge dig många trevliga smakupplevelser! Här följer några instruktioner för när du använder grytan för första gången. Grytan är inoljad för att skyddas under transporten. Nu ska den diskas!

1. Fyll grytan med hett vatten och diska invändigt med diskmedel. Glöm inte locket!
2. Torka gryta och lock ordentligt med en ren handduk.
3. Smörj gryta och lock invändigt med matolja. Det här är extra viktigt i början, efter att du har använt grytan. Med tiden behöver man inte smörja den varje gång.
4. Innan du använder grytan över glödande kol ska den hettas upp med matolja i. Häll i några matskedar. Oljan tränger in i porerna och ger grytan bättre skydd. Dessutom förbättras grytans stektytor. Värm den inoljade grytan och locket över glödande kol (eller i ugnen) någon minut, tills oljan är ordentligt varm och börjar ryka lite.
5. Nu är grytan färdig att användas!



### Tips när du börjar använda grytan

När du placerar grytan i värmen i eldstaden, eller på en het spisplatta är det viktigt att du har något i den. Den mår bra av det! Häll därför lite vätska eller olja i grytan varje gång när du börjar laga mat i den. När grytan är varm (och kanske full med mat) ska man vara försiktig med att tillsätta en större mängd kall vätska, för då kan den spricka. Därför använder vi hett vatten från en termos, när vi behöver tillsätta mer vätska t ex när vi kokar ris. När vi rör ner kall vätska t ex grädde, tar vi därför lite i taget och rör noga.

### Börja på svag värme

Det är lättare att tillföra värme till en gryta än att få den att svalna av. Börja därför på svag värme om du t ex ska bryna lite smör eller värma olja för att steka eller fritera. Vi brukar ge tipset att låta några bitar gul lök "vara med" i grytan när du ska steka, så känner du av hur varmt det är. Om det blir för fort varmt, lyft av grytan från värmen och låt den svalna av lite. Det kan ibland vara så att man flyttar ut de mesta kolen så att grytan står i en ring av kol, för att det ska bli lagom svag värme.

### Bra med en eld vid sidan om

Det är bra att ha en eld bredvid grytan, så att man hela tiden kan få nya varma kol. Lyssna på ljudet från din gryta! Om du från 2 meters håll kan höra ett ljudligt kokande, så är det för varmt. Flytta då bort några kol från grytan tills den puttrar lugnare. Kom ihåg att rotera din trebenta järngryta lite då och då, så att den värms från alla sidor. Du får jämnare värme med glödande kol, men om du snabbt måste hetta upp grytan kan du tillfälligt ställa den direkt i elden. Om man alltid lagar mat över en eld- eller gaslåga kan grytans järn bli försvagat, så därför brukar vi rekommendera matlagning över glödande kol.

### Att diska en potjie

När du har använt grytan är det bara att fylla den med varmt vatten, lite diskmedel och diska den. Skölj, torka noga och smörj invändigt med olja. LYCKA TILL OCH HA KUL! Åsa & Nolan