



Billedet kan afvige noget fra opskriften.

Fylt mørbrad med valnødder og æbler

Kartofler

400 g kartofler, små

Appelsinglaseret fennikel

1 stk fennikel

1 stk appelsin

1 spsk smør ^b

Fylt mørbrad

300 g svinemørbrad

½ stk æble

½-1 pose valnøddebrud

4 stk tandstikker

Sovs

1 stk skalotteløg

½ pose majsstivelse

½ pose hønsebouillon

1½ dl piskefløde

½ tsk kulør

Det skal du have

salt ^b

peber ^b

olie ^b

^b basisvare

1. Tænd ovnen og varm op til 200°C (Varmluft).
2. **Kartofler:** Kog kartoflerne i letsaltet vand i 20 min. til de slipper, når man stikker i dem.
3. **Appelsinglaseret fennikel:** Skær top og bund af fennikel, del den i to og skær i tykke stimler. Riv skallen af appelsin og pres saften op i lille gryde. Tilsæt fennikel, smør og lidt salt. Kog det ved svag varme under låg i 15 min. og rør i det undervejs. Hvis det koger helt tørt tilsæt da lidt vand.
4. **Fylt mørbrad:** Dup mørbraden tør med køkkenrulle. Fjern sølvsenen ned langs siden med en tynd, skarp kniv. Åben mørbraden ved at skære ned langs den uden at skære igennem. Bank den let med en kødhammer eller kasserolle, så den bliver ensartet i tykkelse. Skær æble i tern, bland det sammen med valnødderne og lidt salt og peber. Kom fylDET i mørbraden, luk den og sæt tandstikker i krydsmønster for at holde den sammen. Varm en stegepande op med lidt olie og brun mørbraden på alle sider 3-4 min. i alt. Kom den i et ovnfast fad og sæt i ovnen 12-15 min.
5. **Sovs:** Pil skalotteløg og hak fint. Rør majsstivelsen med en smule koldt vand. Varm en kasserolle med lidt olie og steg løgene i 1-2 min. Tilsæt bouillon, fløde og kulør og kog op. Kom stegeskyen fra mørbraden i og tilføj majsstivelse til den ønskede konsistens. Lad den koge 2-3 min. og smag til med salt og peber.
6. **Anret:** Fjern tandstikkerne fra mørbraden og skær den i tykke skiver. Kom sovsen over og servér fennikel og kartofler til.