



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

Lun vintersalat med glasert pære og svinekjake, valnøtter, sprø grønnkål og mathvete

Marinert rødkål

150 g rødkål

🏠 1 ss eplesider-,
rødvins- eller
hvitvinseddik

🏠 ½ ss sukker

Glasert pære og svinekjake

1 stk pære

1 stk sitron

1 pakke honning

½ pakke five spice

300 g mørkokte

svinekjaker

🏠 1 ss smør*

Mathvete

1 pakke mathvete

🏠 1 ss smør*

Grønnkål og valnøtter

1 pakke valnøtter

75 g strimlet grønnkål

Salat

1 pakke tranebær

🏠 olje

🏠 salt

🏠 pepper

🏠 bakepapir (kan
sløyfes)

1 Varm opp stekeovnen til 200 grader varmluft.

2 **Marinert rødkål:** Ha rødkålen i en skål, og vend inn 1 ss eddik, ½ ss sukker og litt salt. La det stå på benken frem til servering, og vend på det et par ganger underveis.

3 **Glasert pære og svinekjake:** Skyll og kutt pæren i grove terninger, og ha den i en ildfast form. Vend inn saften fra sitronen, honningen, five spice-krydderet og litt salt. Tilsett 1 ss smør og svinekjaken (la kraften være igjen i posen). Stek det hele i ovnen i 25–30 minutter.

4 **Mathvete:** Tilbered mathveten som anvist på pakken.

5 **Grønnkål og valnøtter:** Grovhakk valnøttene. Ha valnøttene og grønnkålen på et stekebrett med bakepapir, og vend inn litt olje, salt og pepper. Stek det i ovnen over kjøttet i omtrent 7 minutter, eller til grønnkålen er sprø.

6 **Mathvete, fortsettelse:** Sil vannet av den ferdigkokte mathveten, og ha den tilbake i kjelen. Vend inn 1 ss smør, kraften i posen fra kjøttet og litt salt og pepper.

7 **Salat:** Fordel mathveten på et stort serveringsfat, og topp med tranebærene, rødkålen, valnøttene og grønnkålen. Riv kjøttet i biter, og fordel det, pæren og kraften over salaten.