



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

Krydret svinefilet med soppsaus, ovnsbakte grønnsaker og rørte tyttebær

Ovnsbakte grønnsaker

350 g poteter
2 stk gulrøtter
1 stk purre

Krydret svinefilet

300 g filetstykke av svin
1 pakke persillade

Soppsaus

100 g aromasopp
1 pakke soppsaus
1 ss smør* ^B

Til servering

1 pakke rørte tyttebær

bakepapir (kan sløyfes) ^B

olje ^B

salt ^B

pepper ^B

^B Basisvare

1. Varm opp stekeovnen til 180 grader varmluft.
2. **Ovnsbakte grønnsaker:** Kutt potetene i båter. Skrell og kutt gulrøttene i skiver. Del purren i to på langs, skyll den godt innvendig, og kutt den i tykke skiver. Fordel potetene, gulrøttene og purren utover et stekebrett med bakepapir, og vend inn litt olje, salt og pepper. Stek grønnsakene i ovnen i 20–25 minutter, eller til de er gylne og møre.
3. **Krydret svinefilet:** Krydre kjøttet med salt og pepper. Varm opp en stekepanne til høy varme, og ha i litt olje. Stek kjøttet i omtrent 2 minutter på hver side, til det har fått en fin stekekorpe.
4. **Krydret svinefilet, fortsettelse:** Legg kjøttet over i en ildfast form, krydre det med persilladen, og stek det i ovnen i 12–15 minutter (se tips). Ta kjøttet ut av ovnen, og la det hvile i 5–10 minutter før du skjærer det i skiver.
5. **Soppsaus:** Børst soppen fri for jord, og kutt den i skiver. Varm opp en kjele til høy varme. Stek soppen i 3–4 minutter, til den har sluppet væske og blitt tørt igjen. Tilsett 1 ss smør, og stek videre i 3–4 minutter, til soppen er gyllen. Skru ned til middels varme, ha i soppsausen, og kok opp under omrøring. Smak til med salt og pepper.
6. **Til servering:** Server de rørte tyttebærene til retten.



TIPS!

Sett inn et steketermometer i kjøttet om du har, og stek kjøttet til det har 64 grader i kjernetemperatur. La kjøttet hvile til kjernetemperaturen ligger på 68–70 grader.

* Du kan bytte ut inarediensen mot et allernaipnlla alternativ