



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

Medisterkaker med smørstekte rødbeter, surkål og sennepsbakte poteter

Sennepsbakte poteter

350 g poteter
½ glass grov sennep
1 pakke honning
½ ss olje ^B

Smørstekt rødbete og gulrøtter

2 stk gulrøtter
1 stk rødbete
1 bunt bladpersille
½ ss olje ^B
½ ss smør* ^B

Surkål

250 g surkål

Medisterkaker

390 g medisterkaker
1 pakke sjysaus

salt ^B
pepper ^B
olje ^B

^B Basisvare

1. Varm opp stekeovnen til 220 grader varmluft. Kok opp vann i en kjele til surkålen.
2. **Sennepsbakte poteter:** Skyll og del potetene i fire, og fordel dem i en ildfast form. Bland sammen sennepen, honningen og ½ ss olje i en skål, og vend sennepsdressingen inn i potetene. Stek potetene i ovnen i 20–25 minutter, til de er gylne, gjennomstekte og litt sprø.
3. **Smørstekt rødbete og gulrøtter:** Skrell og kutt gulrøttene og rødbeten i terninger. Skyll og grovhakk persillen. Varm opp en stekepanne til middels høy varme, og ha i ½ ss olje og ½ ss smør. Stek grønnsakene i 8–10 minutter, til de er møre. Vend inn persillen, og smak til med salt og pepper.
4. **Surkål:** Legg posen med surkål i kjelen fra punkt 1, og la den småkoke til resten av retten er klar. Hell surkålen over i en serveringsskål.
5. **Medisterkaker:** Varm opp en stekepanne til middels høy varme, og ha litt olje. Stek medisterkakene i 2–3 minutter på hver side. Ha i sjysausen, og kok opp. La medisterkakene småkoke i sausen i omtrent 5 minutter.



TIPS!

Rødbeter gir fra seg mye farge. Ta på deg et forkle før du begynner, så du ikke får farge på klærne. Bruk gjerne et skjærebrett i plast, så er det lettere å få bort fargen.

* Du kan bytte ut inngrediensen mot et allernaivnllia alternativ