



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

Karbonader med poteter og bearnéssaus

Kokte grønnsaker

300 g småpoteter

1 stk blomkål

125 g grønne erter

Karbonader

360 g grove karbonader

m/løk

Bearnéssaus

1 pakke bearnéssaus

B Basisvare

1. Sett stekeovnen på 230 grader varmluft.
2. **Kokte grønnsaker:** Ha potetene i en stor kjele, og dekk dem med lettsaltet vann. Kok opp under lokk, og la potetene småkoke på lav varme i 18 minutter. Kutt blomkålen i buketter. Legg blomkålen og ertene oppå potetene i kjelen når det gjenstår omtrent 5 minutter av potetenes koketid. Dekk med lokk, og la det dampe seg mørt.
3. **Karbonader:** Fordel karbonadene i en ildfast form, og stek de midt i ovnen i 8–10 minutter (se tips).
4. **Bearnéssaus:** Ha sausen over i en liten kjele, og varm opp på middels varme under omrøring.



TIPS!

Karbonadene kan også stekes i en stekepanne med litt smør, salt og pepper.