



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

Grove karbonader med ovnsbakte rotgrønnsaker, potetmos og brun saus

Potetmos

350 g poteter
½–1 dl lettmeik
1 ss smør* ^B

Ovnsbakte rotgrønnsaker

2 stk gulrøtter
300 g sellerirot
1 stk gul løk

Grove karbonader

360 g grove karbonader
m/løk

Brun saus

1 pakke brun saus

olje ^B

salt ^B

pepper ^B

bakepapir (kan sløyfes) ^B

^B Basisvare

1. Varm opp stekeovnen til 220 grader varmluft.
2. **Potetmos:** Skrell potetene, og kok dem i usaltet vann i 20–25 minutter, eller til de er gjennomkokte.
3. **Ovnsbakte rotgrønnsaker:** Skrell gulrøttene, sellerirot og løken. Kutt grønnsakene i store terninger. Fordel grønnsakene på 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.
4. **Grove karbonader:** Varm opp en stekepanne til middels høy varme, og ha i litt olje. Stek karbonadene i omtrent 3 minutter på hver side, eller til de er gjennomvarme.
5. **Brun saus:** Hell sausen over i en liten kjele, og kok opp på middels varme under omrøring.
6. **Potetmos:** Sil vannet av potetene når de er gjennomkokte, og la dem dampe seg tørre i kjelen. Bruk en visp eller stapper, og mos potetene sammen med 1 ss smør. Spe med ½–1 dl melk, litt og litt, mens du rører, til potetmosen har ønsket konsistens. Smak til med salt.