



Oksetykstegsbøf med bagte rødder og sød kartoffelcreme

Bagte rødder

2 stk gulerødder
1 stk pastinak
1 stk rødbede
½ pose paprika

Sød kartoffelcreme

1 stk sød kartoffel
½ pose grøntsagsbouillon
½ pose paprika
1 dl kogevand ^b

Ristede kikærter

½ dåse kikærter
½ tsk spidskommen

Oksetykstegsbøf

2 stk oksetykstegsbøffer (har været frosset)
½ pose timian/rosmarin
blanding

Det skal du selv have

salt ^b
peber ^b
olie ^b

^b basisvare

1. Tænd ovnen og varm op til 220°C (Varmluft). Bring en gryde med rigeligt letsaltet vand i kog.
2. **Bagte rødder:** Skræl alle rødderne, halvér dem på langs og skær den tykke del igennem en gang mere. Krydr med salt, peber og paprika. Vend dem i lidt olie og bred dem ud på en bageplade med bagepapir. Bag rødderne sprøde 18-20 min.
3. Skræl sød kartoffel og skær i mindre stykker. Kom dem i det kogende vand og kog ca. 12 min. til de slipper, når man stikker i dem.
4. **Sød kartoffelcreme:** Hæld vandet fra kartoflerne, men gem lidt kogevand og opløs bouillon heri. Tilsæt det til kartoflerne og blend til creme med en stavblender eller mos det med et piskeris. Smag til med paprika, salt og peber.
5. **Ristede kikærter:** Varm lidt olie op ved høj varme på en pande. Rist kikærter med spidskommen, lidt salt og peber. Sæt til side og hold dem lune. Brug panden til kødet uden at vaske den af.
6. **Oksetykstegsbøf:** Krydr kødet med timian/rosmarin, salt og peber. Brun hurtigt kødet på begge sider i lidt olie ved høj varme. Skru lidt ned for varmen og steg ca. 3-4 min. på hver side afhængig af tykkelse.
7. Skær kødet i skiver på tværs af kødtrådene og anret på en bund af sød kartoffelcreme. Drys med kikærter og servér med bagte rødder.

Billedet kan afvige noget fra opskriften.