



Billedet kan afvige noget fra opskriften.

Persillefyldt mørbrad med flødesauce

**Tallet i parentes er til dig, der har bestilt ekstra protein.*

Kartofler

400 g kartofler, små

Svinemørbrad

300 (450)* g svinemørbrad
½ pk kruspersille
4 stk tandstikker
½ pose grøntsagsbouillon
1 dl vand ^b
2 spsk smør ^b

Flødesauce

½ dl piskefløde
½ tsk kulør

Salat og dressing

1 stk citron
½ dl piskefløde
1 stk hjertesalat
2 spsk sukker ^b

Anret

1 pose tyttebærsyltetøj

Det skal du selv have

salt ^b
peber ^b

^b basisvare

- 1. Kartofler:** Kog kartofler ca. 15 min. i letsaltet vand.
- 2. Svinemørbrad:** Afpuds mørbraden. Skær et dybt hul ind i den ene side af mørbraden med en skarp kniv. Skyl persille og dup den tør. Skub persillen ind med skaftet af en grydeske. Krydr med salt og peber. Luk mørbraden sammen om persillen med tandstikkerne.
- 3. Svinemørbrad, fortsættelse:** Opløs bouillon i kogende vand. Lad smør eller margarine blive gyldent i en gryde. Brun mørbraden på alle sider ca. 2 min. i alt. Hæld bouillon ved og kog under låg ved svag varme 7-8 min. Vend og steg i endnu 7-8 min. **TIP:** Hvis gryden er ved at koge tør tilsættes lidt ekstra vand.
- 4. Flødesauce:** Tag mørbraden op, pak den i stanniol og lad den hvile. Hæld fløde i gryden og lad det koge lidt ind uden låg. Smag til med salt og peber. Kom kulør i efter hvor brun du vil have saucen.
- 5. Salat og dressing:** Kom 2 spsk citronsaft i fløde. Lad det stå lidt til fløden bliver tyk. Tilsæt sukker. Skyl og tør salaten. Vend salaten i dressingen.
- 6. Anret:** Skær kødet i skiver og servér med kartofler, flødesauce, salat og tyttebær.