



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

Karbonader med løk, tyttebærglasert eple, soppsaus og potetskiver med grønnkål

Potetskiver med grønnkål

350 g poteter
1 stk hvitløksfedd
200 g brokkolistilker og grønnkål

Stekt løk

1 stk gul løk

Saftige karbonader

360 g grove karbonader m/løk

Soppsaus

½ pakke soppsaus

Tyttebærglasert eple

½-1 stk rødt eple
½-1 pakke rørte tyttebær

bakepapir (kan sløyfes) ^B

olje ^B

salt ^B

pepper ^B

smør* ^B

^B Basisvare

1. Varm opp stekeovnen til 210 grader varmluft.
2. **Potetskiver med grønnkål:** Skrell og kutt potetene i fire skiver. Skrell og kutt hvitløken i tynne skiver. Fordel potetene og hvitløken utover et stekebrett med bakepapir, og vend inn litt olje, salt og pepper. Stek det hele i ovnen i omtrent 20 minutter.
3. **Stekt løk:** Skrell og kutt løken i skiver. Varm opp en stekepanne til middels høy varme, og ha i litt olje. Stek løken i omtrent 3 minutter, eller til den er myk og lett gyllen. Krydre med salt og pepper, og ha løken over i en serveringsskål.
4. **Saftige karbonader og potetskiver med grønnkål:** Ha litt smør i stekepannen fra forrige punkt, og stek karbonadene på middels høy varme i omtrent 1 minutt på hver side. Ta stekebrettet med potene ut av ovnen, og vend inn grønnkål- og brokkoliblandingen. Legg karbonadene over/på toppen, og stek det hele videre i omtrent 5 minutter, til potetene er gjennomstekte og grønnkålen er sprø.
5. **Soppsaus:** Hell sausen over i en liten kjele, og kok opp på middels varme under omrøring.
6. **Tyttebærglasert eple:** Skrell og kutt eplet i terninger. Varm opp stekepannen fra forrige punkt til høy varme, og ha i litt olje. Stek eplet i omtrent 30 sekunder, og vend inn tyttebærene.

TIPS!

Du kan også ha litt pepper i sausen. Rist hele pepperkorn i en tørr stekepanne på middels varme i 4-5 minutter, det gir pepperen en mildere smak. Knus pepperkornene, og smak til sausen med dem.

* Du kan bytte ut inarediensen mot et allerevennlig alternativ