



Notera att ingredienser kan avvika från receptbilden

Pepparstek fläskkotlett med svampsky, rostad jordärtskocka och potatispuré

Rostad jordärtskocka

Jordärtskocka 250 g
Oregano 20 g

- 🏠 Olivolja
- 🏠 Salt
- 🏠 Svartpeppar

Svampsky

Champinjoner 125 g
Vitlök 1 klyfta
Kinesisk soja 2 tsk

- 🏠 Smör
- 🏠 Vetemjöl ¾ tsk
- 🏠 Vatten 2 dl
- 🏠 Kycklingbuljong ½ tärning

Pepparstek fläskkotlett

Fläskkotlett 300 g

- 🏠 Salt 2 krm
- 🏠 Svartpeppar ½ tsk
- 🏠 Olivolja

Potatispuré

Mospotatis 450 g

- 🏠 Mjöl 1 ½ dl
- 🏠 Smör 25 g
- 🏠 Salt

1. Värm ugnen till 225°C (varmluft) eller 250°C (vanlig).
2. **Potatispuré:** Skala och koka mospotatis mjuk i lättsaltat vatten.
3. **Rostade jordärtskockor:** Skala och dela jordärtskocka i mindre bitar. Lägg i en ugnform och blanda med lite olivolja, salt och nymald svartpeppar. Rosta mitt i ugnen ca 25 min, tills jordärtskockan är mjuk.
4. **Svampsky:** Skiva champinjoner. Hetta upp lite smör i en liten kastrull och bryn svampen med pressad vitlök ca 1 min. Pudra ner vetemjöl. Vispa ner vatten, kinesisk soja och smulad kycklingbuljong. Låt sjuda ca 10 min, tills såsen börjat tjockna.
5. **Pepparstek fläskkotlett:** Skär fläskkotlett i 2 portionsskivor. Krydda med salt och grovmald svartpeppar. Hetta upp lite olivolja i en stekpanna och stek köttet på medelvärme ca 3 min per sida, tills köttet är helt genomstekt (innertemp 72°C).
6. **Potatispuré:** Värm mjölk och smör i en skål i mikrovågsugnen eller i en liten kastrull. Häll av potatisen. Krossa potatisen och blanda ner mjölkblandningen. Vispa till en puré med ballongvisp eller elvisp. Smaka av med salt.
7. Plocka blad från oreganon och blanda med rostad jordärtskocka. Servera pepparstek fläskkotlett med potatispuré, svampsky och rostad jordärtskocka.