

HOVEDRET

Mørbradbøffer i fløde/champignon sauce m. friterede rosenkål og aspargeskartoffel skiver.

Ingredienser:

Antal personer: 4

Ca. 800 gr.	Svinemørbrad
1000 gr.	Kartofler asparges
250 gr.	Champignon
1/2 stk.	Citron
2 spsk.	Timian (frisk grofthakket)
1/2 ltr.	Piskefløde
2 spsk.	Soja
500 gr.	Rosenkål

Fremgangsmåde: Afpuds mørbrad for de største sener, skær dem i godt 2 cm. skiver, bank dem lidt flade med hånden, krydr med salt og peber. Brun den let på en ret varm pande og læg dem til side. Rens og del champignoner, drys lidt salt på dem og steg dem i et par skefulde olie på en pande til de er lysebrune. Tag champignoner af panden med en hulske, kog panden af med en halv kop vand, tilsæt soja og fløde og kog det godt igennem. Læg bøfferne i et ildfast fad drys champignon over og til sidst flødesaucen. Sæt fadet i ovnen i ca. 1/2 time ved 200°

Rosen kålen renses og flækkes, de yderste blade kasseres hvis de ikke er pæne. Lad dem dryppe godt af og fritter dem i olie (ikke for mange ad gangen), så de tager lidt farve.

Kartoflerne vaskes godt, koges (pas på ikke at koge dem for meget) og pilles. Skær dem i ca. 2 cm. skiver, kom dem i en plastpose hæld saften af citronen, 1 spsk. olie og timian ved, bland det hele godt sammen, kom skiverne i en bradepande og bag dem let gyldne i ovnen.