



Hovedret

Andebryst m. bagt kartoffel og salat

Ingredienser:

- 2 stk. Anderbryster (dobbelte) á ca. 4 - 450 gr.
- 25 gr. Margarine
- 4 stk. Bagekartofler
- 1 dl. Rød- el. hvidvin
- Herpes de provence + salt og peber

Antal personer: 4

Salat:

- 1 stk. Icebergsalat (4 blade til forretten)
- 1 stk. Mango
- ½ stk. Agurk
- 10 stk. cherrytomater
- 1 bdt. Forårsløg
- 250 gr. champignon

Dressing:

- 1 spsk. Balsamicoeddike
- 1 spsk. Krydderolie
- 2 spsk. Olie
- 1 spsk. Acaciehonning
- ½ stk. Citron
- 1 fed. Hvidløg (kan udelades)

Fremgangsmåde:

Rids andebrystet i tern på ca. 15 mm. uden at skære ned i kødet, gnid godt med salt i »sårene« drys med lidt peber. Læg kødet med skindsiden nedad på en kold pande, (så smelter fedtet bedre af) og steg til skindet er gyldent, vend kødet og giv det 3 min. mere. Læg kødet i et ildfast fad med skindsiden opad, drys med Herpes de provence, hæld vinen ved og sæt det i en varm ovn ca. 200° i 40 min. lad det hvile i et kvarter under stanniol inden udskæring. Kødet skæres på skrå (som en lakseside) i 5 mm skiver evt. også på skrå på tværs (for at få større skiver).

Salat: Pluk eller skær sataten, skræl mangoen og skær den i skiver og derefter i terninger ca. 1½ cm., flæk agurken og skrab kernerne ud, flæk en gang mere og skær den i 5-6 mm. skiver, halver tomatene, del champignoner i kvarte eller mindre hvis de er store, snit forårsløgene i fine skiver. Bland det hele i en salatskål og hæld dressing over lige før servering.

Dressing: Pres saften af citronen i en skål og bland med de andre ingredienser, smag til med salt og peber og lad det trække i ½ time, gerne i køleskab. Til dressingens kan evt. tilsættes et fed presset hvidløg.