Bildet kan avvike fra oppskriften.

2 porsjoner

Middels rask å lage

OH16-2

Ytrefilet av svin med soppsaus og ovnsbakte grønnsaker

Ovnsbakte grønnsaker
350 g poteter
1 stk gul løk
2 stk gulrøtter
½ stk purre

Helstekt ytrefilet
300 g marinert ytrefilet av svin

Soppsaus
100 g aromasopp
1 pakke soppsaus
1 ss smør [B]

olje [B]
salt [B]
pepper [B]
bakepapir (kan sløyfes) [B]

[B] Basisvare

1 Varm opp stekeovnen til 180 grader varmluft.

2 **Ovnsbakte grønnsaker:** Kutt potetene i båter. Skrell og kutt løken og gulrøttene i skiver. Del purren i to på langs, skyll den, og kutt den i skiver. Fordel potetene, løken, gulrøttene og purren på et stekebrett med bakepapir, og vend inn litt olje, salt og pepper. Stek grønnsakene i ovnen i 20–25 minutter, eller til de er gylne og møre.

3 **Helstekt ytrefilet:** Krydre kjøttet med salt og pepper. Varm opp en stekepanne til høy varme, og ha i litt olje. Stek kjøttet i omtrent 2 minutter på hver side, til det er gyllent. Legg kjøttet over i en ildfast form, og stek det i ovnen i 15–18 minutter. Ta kjøttet ut av ovnen, og la det hvile i 5–10 minutter før du skjærer det i skiver.

4 **Soppsaus:** Børst soppen fri for jord, og kutt den i skiver. Varm opp en kjele til høy varme, og stek soppen i 3–4 minutter, til den har sluppet væske og blitt tørr igjen. Tilsett 1 ss smør, og stek videre i 3–4 minutter til, til soppen er gyllen. Tilsett soppsausen, og kok opp. Smak til med salt og pepper.

5 God middag!

Tips!

Sett inn et steketermometer i kjøttet om du har, og stek det til det har 64 grader i kjernetemperatur. La kjøttet hvile til kjernetemperaturen ligger på 68–70 grader.