



Bildet kan avvike noe fra oppskriften

Shepherd's pie med ruccola- og tomatsalat

Shepherd's pie

1 stk gul løk
1 stk hvitløksfedd
200 g gulrøtter
1 stilk stangselleri
300 g kjøttdeig med linser
1 pakke tomatpuré
1 pakke hønsebuljong
½–1 bunt rosmarin
500 g rustikk potetmos med timian
½ pakke revet Grande Premium
1 ts olje ^B
3 dl vann ^B

Ruccola- og tomatsalat

50 g ruccola
1 stk tomat
½ stk citron
½ ss olivenolje ^B

salt ^B
pepper ^B

^B Basisvare

Roedeporsjon

Shepherd's Pie: 350 g Salat: 50 g Energiinnhold: ca. 400 kcal. For deg som registrerer middagen i Roedeappen: 1. Søk etter oppskrift. 2. Legg inn antall porsjoner (ikke mengde i gram).

TIPS!

Retten kan også lages som en gryterett, med potetmosen og salaten servert ved siden av. Du kan også henge det som er igjen av rosmarinen til tørk, og bruke det i matlagingen din senere.

1. Varm opp stekeovnen til 200 grader varmluft.
2. **Shepherd's pie:** Skrell og finhakk løken og hvitløken. Skrell gulrøttene, og skyll stangsellerien. Kutt gulrøttene og stangsellerien i terninger. Varm opp en vid kjele til høy varme, og ha i litt olje. Stek kjøttdeigen i omtrent 1 minutt på hver side, slik at den får en stekeskorpe. Del kjøttdeigen i mindre biter. Tilsett grønnsakene, og stek det hele i 3–4 minutter. Ha i tomatpuréen, og stek videre i 1–2 minutter. Tilsett buljongen, 3 dl vann og et par stalker av rosmarinen. Kok opp, og la det hele småkoke i omtrent 10–15 minutter. Smak til med salt og pepper.
3. **Shepherd's pie, fortsettelse:** Fordel kjøttsousen i en smurt ildfast form, og fordel potetmosen på toppen (se tips). Topp formen med den revne Grande Premium-osten og et par stalker av rosmarinen. Skru på grillelementet på stekeovnen, og stek formen i ovnen i 8–10 minutter, eller til osten er gyllen.
4. **Ruccola- og tomatsalat:** Skyll og tørk ruccolaen. Kutt tomaten i terninger. Ha ruccolaen og tomaten i en serveringsskål, og smak til med litt saft fra sitronen, ½ ss olivenolje, salt og pepper.
5. **Restetips:** Den retten smaker kanskje enda bedre dagen etter, da har smakene satt seg. Ta vare på eventuelle middagsrester, og oppbevar dem i kjøleskapet. Varm maten opp igjen innen et par dager.