



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

Lammestek med ovnsbakte rotgrønnsaker, potetmos og rødvinssaus

Ovnsbakte grønnsaker

300 g sellerirot
1 stk rødbete
2 stk gulrøtter
1 ss olje ^B

Potetmos

350 g poteter
1 ss smør ^B
1 dl melk ^B

Lammestek

350 g lammestek sousvide

Rødvinssaus

1 pakke rødvinssaus

salt ^B

pepper ^B

^B Basisvare

1. Varm opp stekeovnen til 210 grader varmluft.
2. **Ovnsbakte grønnsaker:** Skrell og kutt sellerirot, rødbeten og gulrøttene i grove terninger. Bland sammen grønnsakene i en ildfast form, og vend inn litt olje, salt og pepper. Stek grønnsakene i ovnen i 25–30 minutter.
3. **Potetmos:** Skrell potetene. Kok dem i usaltet vann i omtrent 20–25 minutter, eller til de er gjennomkokte.
4. **Lammestek:** Ta kjøttet ut av pakken, og ha det og sjuen fra pakken over i en ildfast form (se tips). Stek kjøttet i ovnen i 15–20 minutter, til det er gjennomvarmt. La det hvile i minst 5 minutter før du skjærer det i tynne skiver.
5. **Potetmos, fortsettelse:** Sil vannet av potetene når de er gjennomkokte, og la dem dampe seg tørre i kjelen. Bruk en visp eller stapper, og mos potetene sammen med 1 ss smør. Spe på med 1 dl melk, litt etter litt, mens du rører, til potetmosen har ønsket konsistens. Smak til med salt og pepper.
6. **Rødvinssaus:** Varm opp rødvinssausen i en liten kjele under omrøring. Tilsett litt av sjuen fra grønnsakene og kjøttet for ekstra god smak.
7. Vel bekomme!



TIPS!

Stek gjerne grønnsakene sammen med noen hele hvitløksfedd og rosmarin eller timian. Kjøttet kan skjæres i skiver før det stekes i ovnen, da trenger det 5–10 minutter i stekeovnen for å bli gjennomvarmt.