



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

🕒 15-20 min 👤 2 porsjoner

OH_0043-2

Fiskekaker med rødkål, kokte poteter, grønne bønner og appelsinsmørsaus

Poteter og grønne bønner

350 g poteter
150 g grønne bønner

Fiskekaker og rødkål

100 g finsnittet rødkål
1 stk appelsin
360 g fiskekaker

Appelsinsmørsaus

1 ts appelsinskall
3 ss smør ^B

bakepapir (kan sløyfes) ^B

salt ^B

pepper ^B

^B Basisvare

1. Varm opp stekeovnen til 210 grader varmluft.

2. **Poteter og grønne bønner:** Del potetene i to eller fire jevnstore biter, avhengig av størrelsen. Kok potetene i omtrent 18 minutter, eller til de er gjennomkokte. Kutt endene av de grønne bønnene, og kok dem med potetene de siste 3 minuttene av koketiden.

3. **Fiskekaker og rødkål:** Ha rødkålen utover et stekebrett med bakepapir. Skyll appelsinen godt, og finriv skallet (kun det oransje) på et rivjern. Del appelsinen i to, og press saften over rødkålen. Krydre med salt og pepper, og bland godt. Fordel kålen på ene siden av brettet, og fiskekakene på den andre siden. Stek fiskekakene og kålen i ovnen i omtrent 15 minutter. Vend på kålen og fiskekakene halvveis inn i steketiden.

4. **Appelsinsmørsaus:** Smelt 3 ss smør i en liten kjele, og smak til med 1 ts av det revne skallet fra appelsinen fra punkt 3.

5. Vel bekomme!



TIPS!

Du kan også steke fiskekakene og kålen i smør i en stekepanne, hvis du heller ønsker det.