



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

# Karbonader med løk, tyttebærglasert eple, steinsoppsaus og potetskiver med grønnkål

## Potetskiver med grønnkål

350 g poteter  
1 stk hvitløksfedd  
200 g brokkolistilker og grønnkål

## Stekt løk

1 stk gul løk

## Saftige karbonader

360 g grove karbonader  
m/løk

## Tyttebærglasert eple

½-1 stk norsk eple  
½-1 pakke rørte tyttebær

## Steinsoppsaus

½ pakke steinsoppsaus

bakepapir (kan sløyfes) <sup>B</sup>

olje <sup>B</sup>

salt <sup>B</sup>

pepper <sup>B</sup>

smør <sup>B</sup>

<sup>B</sup> Basisvare

1. Varm opp stekeovnen til 210 grader varmluft.

2. **Potetskiver med grønnkål:** Skyll og kutt potetene i fire skiver. Skrell og kutt hvitløken i tynne skiver. Fordel potetene og hvitløken utover et stekebrett med bakepapir, og vend inn litt olje, salt og pepper. Stek potetene og hvitløken i ovnen i omtrent 20 minutter.

3. **Stekt løk:** Skrell og kutt løken i skiver. Varm opp en stekepanne til middels høy varme, og ha i litt olje. Stek løken i omtrent 3 minutter, eller til den er myk og lett gyllen. Krydre med salt og pepper, og ha løken over i en serveringsskål.

4. **Saftige karbonader og potetskiver med grønnkål:** Ha litt smør i stekepannen, og stek karbonadene på middels høy varme i omtrent 1 minutt på hver side. Ha karbonadene over på stekebrettet med potetene. Bland grønnkål- og brokkoliblandingen med potetene. Stek det hele videre i omtrent 5 minutter, til potetene er gjennomstekte og grønnkålen er sprø.

5. **Tyttebærglasert eple:** Skyll og kutt eplet i terninger. Varm opp stekepannen, og ha i litt olje. Stek eplet på høy varme i 30 sekunder, og vend inn tyttebærene.

6. **Steinsoppsaus:** Hell sausen over i en liten kjele, og kok opp på middels varme under omrøring.

7. Vel bekomme!

## 👉 TIPS!

Du kan også ha litt pepper i sausen. Rist hele pepperkorn i en tørr stekepanne på middels varme i 4-5 minutter, det gir pepperen en mildere smak. Knus pepperkornene, og smak til sausen med dem.