



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

Svinekam med kremet sopp, grønnkål, ovnsbakte poteter og squash

Ovnsbakte poteter, squash og grønnkål

1 stk squash
350 g poteter
50 g grønnkål
1 ss soyasaus ^B

Svinekam

300 g mager svinekam i skiver
½ dl vann ^B

Kremet sopp

100 g aromasopp
150 g lett crème fraîche
bakepapir (kan sløyfes) ^B
olje ^B
salt ^B
pepper ^B
smør ^B

^B Basisvare

1. Varm opp stekeovnen til 220 grader varmluft.
2. **Ovnsbakte poteter, squash og grønnkål:** Skyll og kutt squashen og potetene i grove biter. Fordel squashen og potetene utover et stekebrett med bakepapir, og vend inn litt olje og 1 ss soyasaus. Stek grønnsakene midt i ovnen i 15–20 minutter, til de er gygne. Bland grønnkålen med potetene og squashen når det gjenstår 7–8 minutter av steketiden.
3. **Svinekam:** Varm opp en stekepanne til middels høy varme, og ha i litt olje. Krydre kjøttet med salt og pepper. Stek kjøttet i 2–3 minutter, til det er gyllent og gjennomstekt. Legg kjøttet over på en tallerken, og la det hvile til resten av retten er klar. Ha ½ dl vann i stekepannen, og kok opp. Ta vare på stekesjyen.
4. **Kremet sopp:** Børst soppen fri for jord, og kutt den i skiver. Varm opp stekepannen til middels høy varme, og ha i litt olje og smør. Stek soppen i 3–4 minutter, til den har sluppet væske og blitt tørr igjen. Tilsett crème fraîche og stekesjyen fra punkt 3. Kok opp, og hold den kremede soppen varm frem til servering. Smak til med salt og pepper (se tips).
5. God middag!

TIPS!

Bland gjerne kjøttet med den kremede soppen, og gi det hele en rask oppvarming før servering.