



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

Marinerte filetstykker av svin med ovnsbakte poteter, blomkål og epleremulade

Ovnsbakte grønnsaker

½–1 stk blomkål
300 g delikatesspoteter
50 g grønnkål

Epleremulade

1 pakke remulade
1 stk norsk eple

Marinerte filetstykker av svin

300 g marinerte filetstykker av svin
1 ss smør ^B

bakepapir (kan sløyfes) ^B
salt ^B
pepper ^B
olje ^B

^B Basisvare

1. Sett stekeovnen på 230 grader varmluft.
2. **Ovnsbakte grønnsaker:** Kutt blomkålen i fire båter gjennom stilkfestet. Fordel potetene og blomkålen utover et stekebrett med bakepapir, og vend inn litt olje, salt og pepper. Stek grønnsakene i ovnen i 15–18 minutter, eller til de er gylne og møre. Gni grønnkålen inn med litt olje, og legg den på stekebrettet med grønnsakene når det gjenstår 5 minutter av steketiden.
3. **Epleremulade:** Skyll og kutt ønsket mengde av eplet i små terninger. Bland epleterningene med remuladen i en skål. Smak til med salt og pepper.
4. **Marinerte filetstykker av svin:** Varm opp en stekepanne til middels høy varme, og ha i litt olje. Stek kjøttet i 2–3 minutter på hver side, til det får en jevn stekeskorpe. Ha 1 ss smør i stekepanna og skru av varmen. Øs smøret over kjøttet, og la kjøttet hvile til resten av retten er klar.