



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

Mørkøkt høyrygg med ovnsbakte grønnsaker, kokte poteter og sursøt løksaus

Kokte poteter
350 g poteter

Ovnsbakte grønnsaker
1 stk gulrot
300 g kålrot
300 g sellerirot

Mørkøkt høyrygg
250 g mørkøkt høyrygg av storfe

Sursøt løksaus
1 stk gul løk
1 pakke oksebuljong
2 ss smør ^B
2 ss hvetemel ^B
3 dl vann ^B
1 ss eplesider-, hvitvins- eller blank eddik ^B
2 ss sukker ^B

olje ^B
salt ^B
pepper ^B

^B Basisvare

1. Varm opp stekeovnen til 200 grader varmluft.
2. **Kokte poteter:** Kok potetene i 20–25 minutter, eller til de er gjennomkokte.
3. **Ovnsbakte grønnsaker:** Skrell og kutt gulroten, kålroten og selleriroten i grove biter. Fordel grønnsakene på et stekebrett med bakepapir, og vend inn litt olje, salt og pepper. Stek grønnsakene i ovnen i 20–25 minutter, eller til de er gygne og møre.
4. **Mørkøkt høyrygg:** Hell kraften fra posen i en kjele, og kutt kjøttet i ½ cm tykke skiver. Legg kjøttet i kjelen med kraften, og varm kjøttet på lav varme i kjelen.
5. **Sursøt løksaus:** Skrell og finhakk løken. Varm opp en kjele til middels varme, og smelt 2 ss smør i kjelen. Stek løken i omtrent 3 minutter, til den er blank. Rør inn oksebuljongen og 2 ss hvetemel, og spe på med 3 dl vann og kraften fra kjøttet, litt av gangen. Kok opp og la sausen småkoke i omtrent 5 minutter. Smak til med salt, pepper, sukker og eddik.
6. Server kjøttet med de ovnsbakte grønnsakene, potetene og den sursøte løksausen.