



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

Mørbradbiff med ovnsbakte poteter, romanesco og bearnéssaus

Ovnsbakte poteter og grønsaker

350 g poteter
1 stk rødløk
½ stk romanesco

Mørbradbiff

300 g mørbrad
½ ss smør ^B

Bearnéssaus

½–1 pakke bearnéssaus
bakepapir (kan sløyfes) ^B
olje ^B
salt ^B
pepper ^B

^B Basisvare

1. Varm opp stekeovnen til 220 grader varmluft. Ta kjøttet ut av kjøleskapet, og la det ligge på benken frem til det skal stekes.
2. **Ovnsbakte poteter og grønsaker:** Skyll og kutt potetene i fire. Fordel potetene utover et stekebrett med bakepapir, og vend inn litt olje, salt og pepper. Stek potetene i ovnen i 20–25 minutter, eller til de er gyldne og gjennomstekte.
3. **Ovnsbakte poteter og grønsaker, fortsettelse:** Skrell og kutt rødløken i båter. Skyll og kutt romanescoen i mindre buketter, og kutt stilken i skiver. Vend romanescoen og løken sammen med potetene, når det gjenstår omtrent 15 minutter av potetenes steketid.
4. **Mørbradbiff:** Varm opp en stekepanne til høy varme, og ha i litt olje. Krydre kjøttet med salt og pepper. Stek kjøttet i omtrent 2 minutter på hver side, eller til det har en gylden stekeskorpe. Ha i ½ ss smør i stekepannen mot slutten av steketiden, og øs smøret over kjøttet. Legg kjøttet over på en tallerken og hell stekesjyen over.
5. **Bearnéssaus:** Hell sausen over i en liten kjele, og kok opp på middels varme under omrøring.
6. God middag!

TIPS!

Mørbraden sitter midt mellom låret og ryggen, og er det møreste stykket på låret. Kjøttet er mørt og magert, som gjør det til et godt biffalternativ. Husk å la det hvile litt før du setter kniven i det. Da holder den bedre på kjøttsaften.