



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

🕒 15-20 min 👤 2 porsjoner

GL 080_2

Karbonader med poteter, farget blomkål og bearnéssaus

Kokte grønnsaker

300 g småpoteter
1 stk farget blomkål
125 g grønne erter

Bearnéssaus

1 pakke bearnéssaus

Karbonader

360 g grove karbonader
m/løk

salt ^B

^B Basisvare

1. Varm opp stekeovnen til 220 grader varmluft.
2. **Kokte grønnsaker:** Ha potetene i en stor kjele, og dekk dem med lettsaltet vann. Kok opp under lokk, og la potetene småkoke på lav varme i 18 minutter. Kutt blomkålen i buketter. Legg blomkålen og ertene oppå potetene i kjelen når det gjenstår omtrent 5 minutter av potetenes koketid. Dekk med lokk, og la det dampe seg mørt.
3. **Bearnéssaus:** Legg posen med bearnéssaus i en kjele med vann. Kok opp, og la den småkoke i omtrent 10 minutter, eller til resten av retten er klar.
4. **Karbonader:** Fordel karbonadene i en ildfast form, og stek de midt i ovnen i 8-10 minutter.
5. Vel bekomme!



TIPS!

Karbonadene kan også stekes i en stekepanne med litt smør, salt og pepper.