



Notera att ingredienser kan avvika från receptbilden

Pannbiffar med rostad fänkål, lötsky och picklad rödlök

Till servering

Potatis 400 g
Bladpersilja 10 g

Rostad fänkål

Fänkål 1 st
● Olivolja 1 tsk

Picklad rödlök

Rödlök 1 st
● Socker 1 msk
● Ättikspirt (12%) ½ dl
● Vatten ¾ dl

Pannbiffar

Nötfärs 250 g
Ströbröd ½ förp
● Mjöl 1 msk
Torkad timjan 1 förp
● Salt 2 krm
Dijonsenap 2 tsk

Lötsky

Gul lök 1 st
● Vatten 2 ½ dl
● Socker 1 tsk
Kinesisk soja 1 tsk
● Balsamvinäger 1 msk
Kycklingbuljong ½ påse

Att ha hemma ●

Ättikspirt (12%),
Balsamvinäger, Mjöl,
Olivolja, Salt, Socker,
Svartpeppar, Vatten

1. Värm ugnen till 225°C (varmluft) eller 250°C (vanlig).

2. **Till servering:** Koka potatis mjuk i lättsaltat vatten.

3. **Rostad fänkål:** Klyfta fänkål och lägg i en ugnform. Ringla över olivolja. Krydda med lite salt och nymald svartpeppar. Rosta högt upp i ugnen ca 20 min.

4. **Picklad rödlök:** Skiva rödlök tunt och lägg i en skål. Blanda socker, ättikspirt och vatten i en kastrull och låt koka upp. Häll den varma lagen över löken. Låt stå till servering.

5. **Pannbiffar:** Lägg nötfärs i en bunke. Blanda med ströbröd, mjöl, torkad timjan, salt och dijonsenap. Forma till 4 biffar. Hetta upp lite olivolja i en stekpanna. Stek biffarna ca 6 min per sida, tills de är helt genomstekta. Lägg över på ett fat, spara pannan.

6. **Lötsky:** Skiva gul lök tunt. Hetta upp lite olivolja i den använda stekpannan. Stek löken ca 3 min på medelvärme. Tillsätt vatten, socker, kinesisk soja, balsamvinäger och kycklingbuljong. Sjud ca 4 min. Smaka av med lite salt.

7. Grovhacka bladpersilja och strö över pannbiffarna. Servera med rostad fänkål, lötsky, picklad rödlök och nykokt potatis.