



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

Krydderstekt svinenakke med gulrøtter og sommerkål, gressløkpoteter og bearnaisesaus

Gressløkpoteter

350 g poteter
½ bunt gressløk
🏠 ½ ss smør

Gulrøtter og sommerkål

2 stk gulrøtter
½ stk sommerkål
🏠 1 dl vann
🏠 ½ ss smør

Krydderstekt svinenakke

300 g svinenakke i skiver
½ pakke kryddermiks med fennikel og pepper

Bearnaisesaus

½-1 pakke bearnéssaus
🏠 salt
🏠 pepper
🏠 olje

- 1 Gressløkpoteter:** Del potetene i to hvis de er store. Kok potetene i lettsaltet vann i omtrent 20 minutter, eller til de er gjennomkokte.
- 2 Gulrøtter og sommerkål:** Skrell og kutt gulrøttene i tynne staver. Skyll og kutt kålen i grove strimler. Ha gulrotstavene i en kjele med 1 dl vann, og legg kålstrimlene oppå. Damp grønnsakene under lokk i 4 minutter. Hell av vannet og tilsett ½ ss smør. Krydre med litt salt og pepper.
- 3 Krydderstekt svinenakke:** Varm opp en stekepanne eller grillpanne til middels høy varme, og ha i litt olje. Stek kjøttet i omtrent 3 minutter på hver side. Krydre kjøttet med krydderblandingen mot slutten av steketiden.
- 4 Bearnaisesaus:** Hell sausen over i en liten kjele, og kok opp på middels varme under omrøring.
- 5 Gressløkpoteter:** Skyll og finhakk gressløken. Sil vannet av de ferdigkokte potetene. Vend inn gressløken og ½ ss smør sammen med potetene.

Tips fra kokken: Denne retten kan grilles! Kutt kålen i båter. Pensle kjøttet og kålbåtene med nøytral olje og grill over indirekte varme til alt er gjennomvarmt og har fine grillstriper.