



Billedet kan afvige noget fra opskriften.

🕒 20 - 30 min 👤 2 PORTIONER 📅 4 DAGES HOLDBARHED

Svinekoteletter med bagte rødbeder og timiankartofler

**Tallet i parentes er til dig, der har bestilt ekstra protein.*

Bagte rødbeder

1 stk rødbede
2 tsk honning
1 tsk olie ^b

Timiankartofler

400 g kartofler, medium
½ pk timian, frisk

Persille/hvidløgsdressing

½ pk bredbladet persille
½-1 fed hvidløg
½ stk lime
1 dl creme fraiche

Koteletter

300 (450)* g koteletter

Anret

½ bundt forårsløg
½ pk bredbladet persille
½ stk lime

Det skal du selv have

olie ^b
salt ^b
peber ^b

^b basisvare

1. Tænd ovnen og varm op til 200°C (Varmluft).
2. **Bagte rødbeder:** Skræl rødbede og skær i tynde stave ca. 2x1 cm. Læg dem i et ovnfast fad med bagepapir og vend med honning, olie, salt og peber. Sæt fadet i ovnen og bag ca. 25 min. så de stadig har lidt bid.
3. **Timiankartofler:** Skyl kartoflerne og skær i skiver på ca. 1 cm. Læg dem på en bageplade med bagepapir og vend dem med olie, timian, salt og peber. Sæt dem i ovnen sammen med rødbederne.
4. **Persille/hvidløgsdressing:** Skyl og hak persille. Pil og pres hvidløg. Riv limeskal fint. Bland creme fraiche med halvdelen af persillen, presset hvidløg og ½ tsk limesaft. Smag til med salt og peber og sæt til side til resten af retten er klar.
5. **Koteletter:** Dup koteletterne tørre med køkkenrulle og krydr med lidt salt. Varm olie på en pande ved kraftig varme og brun kødet 1 min. på hver side. Krydr med peber, skru ned til middel varme og steg dem yderligere 2 min. på hver side.
6. **Anret:** Skyl og snit forårsløg i tynde ringe. Vend de færdigbagte rødbeder med forårsløg, resten af persillen, limeskal og 1 tsk limesaft. Servér kartofler og rødbeder med dressing til de stegte koteletter.



TIPS!

Brug gerne engangshandsker, når du skræller og skærer rødbede, for det farver meget.