



Billedet kan afvige noget fra opskriften.

Kotelet med limesauce, stegte grønne bønner og presset kartoffel

Kartofler

400 g kartofler, medium

Koteletter

2 stk koteletter

Limesauce

¾ dl creme fraiche
½ pose oksebouillon
¼ tsk chiliflager
½ tsk kinesisk soja
1 tsk honning
½ stk lime
½ dl vand ^b

Grønne bønner

½ pk grønne bønner
1 stk gulerod
125 g cherrytomater

Det skal du selv have

salt ^b
peber ^b
olie ^b

^b basisvare

- 1. Kartofler:** Skræl kartoflerne og kog møre i letsaltet vand ca. 20 min.
- 2. Koteletter:** Krydr koteletterne med salt og lidt friskkværnet sort peber. Varm en pande op med lidt olie til høj varme. Brun hurtigt kødet til det får en flot stegeskorpe. Læg til side på en tallerken, men gem panden.
- 3. Limesauce:** Kom vand, creme fraiche, bouillon, chiliflager, soja og honning i en gryde. Kog op og læg koteletterne i saucen. Lad det simre ca. 5 min. til kødet er gennemstegt. Riv skallen af lime fint. Smag saucen til med limesaft, lidt salt og friskkværnet sort peber. Rør limeskal i lige inden servering.
- 4. Grønne bønner:** Skær enderne af de grønne bønner og del dem i to. Skræl gulerod og skær i strimler. Varm lidt olie op på stegepanden. Svits gulerødder, bønner og cherrytomater ca. 3-4 min. Krydr med lidt salt.
- 5. Presset kartoffel:** Pres kartoflerne i en kartoffelpresse. Har du ikke en presser kan du mose dem i stedet. Servér sammen med koteletter i limesauce og stegte grøntsager.