



 2 PORTIONER

 5 DAGES HOLDBARHED

 25 MIN. TILBEREDNING

Bøf stroganoff med grov mos



QUICK

Børnevenlige retter med genveje og max 15 min. arbejdstid

Det skal du bruge

2 stk bagekartofler
350 g gulerødder
600 g bøf stroganoff
1 drys bredbladet persille

Du skal selv have:

Peber, Salt, Smør

Fremgangsmåde

- 1 Skræl kartofler og gulerødder. Skær kartofler i store tern og gulerødder i $\frac{1}{2}$ cm tykke skiver. Hæld kartofler og $\frac{2}{3}$ af gulerødderne i en gryde, dæk med vand og bring i kog. Kog ca. 15 minutter til de er møre. Husk der skal ingen salt i kogevandet til mosen.
- 2 Imens varmes stroganoffen i en gryde ved medium varme så det småsimrer i ca. 15 minutter. Tilsæt resten af gulerødderne de sidste 5 minutter og lad dem simre med.
- 3 Skyl og hak persillen groft.
- 4 Hæld vandet fra kartofler/gulerødder, men gem ca. 1 dl. Mos dem groft med et piskeris, tilsæt 1 spsk smør og lidt af kogevandet til du får den ønskede konsistens. Smag til med salt og peber.
- 5 Server stroganoffen med et drys persille og den grove kartoffel-gulerodsmos.

Næringsværdier



Energi pr. portion: 3.629 kJ / 867 kcal

Indhold

Pr. portion

Fedt	41,6 g
heraf mættede fedtsyrer	12,0 g
Kulhydrat	100,5 g
heraf sukkerarter	17,6 g
Protein	22,7 g
Salt	34,1 g
Kostfibre	9,4 g

Allergener



Vidste du at..

Vi altid skriver antal holdbarhedsdage inkl. leveringsdagen på hver opskrift. På den måde kan du planlægge, i hvilken rækkefølge retterne bør spises.

Du kan bruge anbefal-linket på dine sider, så både du og dine venner kan få en god deal.

Vi også har en app, som hedder 'RetNemt'. I app'en kan du nemt og hurtigt ændre din bestilling og valg af retter.