



 2 PORTIONER

 2 DAGES HOLDBARHED

 35 MIN. TILBEREDNING

Klassiske frikadeller med bagte rødbeder

Det skal du bruge

**Tallet i parentes er til dig, der har bestilt 2+. De varer, der kun er angivet med én mængde, gælder for både 2 personer og 2+ personer.*

400 g kartofler
300 (450)* g hakket svin/kalv
1 bæger æg pasteuriseret
½ stk rødløg
300 g rødbeder
2 dl grundsauce
½ pose bouillon, grøntsag
1 tsk kulør
2 stk drueagurker

Du skal selv have:

Olie, Peber, Salt, Smør

Fremgangsmåde

- 1 Tænd ovnen på 200 grader. Kog kartoflerne i rigeligt letsaltet vand i ca. 20 min.
- 2 Rør kødet med ½ tsk salt. Tilsæt lidt peber, æg og ½ revet løg. Rør godt sammen.
- 3 Skræl rødbederne, skær i tynde både. Læg på en bageplade med bagepapir og vend med lidt olie, salt og peber. Bag i ovnen ca. 20 min. De må gerne have lidt bid.
- 4 Varm 1 spsk smør på en pande ved god varme til det er gyldent. Form farsen til 8 (12)* frikadeller med en spiseske. Brun frikadellerne ca. 2 min. på hver side, ca. 4 min. i alt. Skru ned til middel varme. Steg ca. 4 min. på hver side til de er gennemstegte. Læg på et fad og hold dem lune.
- 5 **Sauce:** Tilsæt grundsauce til panden fra frikadellerne og lad det blive varmt. Tilsæt bouillon og ½ dl vand. Varm sauceen igennem og kom lidt kulør i, så den bliver lysebrun. Smag til med salt og peber.
- 6 Servér frikadellerne med sauce, kartofler, bagte rødbeder og surt.

Tips:

Frys kødet ned, hvis du ikke kan nå at lave retten senest dagen efter levering.

Allergener

Æg, Mælk, Selleri, Sennep

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.

Næringsværdier

Energi pr. portion:	2.954 kj / 706 kcal (3.494 kj / 835 kcal)*
Indhold	Pr. portion *(2+)
Fedt	29,4 (36,9)* g
heraf mættede fedtsyrer	13,4 (16,2)* g
Kulhydrat	66,4 (66,8)* g
heraf sukkerarter	31,6 g
Protein	44,0 (59,0)* g
Salt	5,7 (5,9)* g
Kostfibre	7,4 g