



2 PORTIONER



5 DAGES HOLDBARHED



25 - 35 MIN. TILBEREDNING

Krydret gris a la brændende kærlighed

Det skal du bruge

2 stk bagekartofler
300 g pastinak/persillerod
2 tsk græsk krydderiblanding
300 g strimler af skinkeinderlår
1 drys kruspersille
100 g rødbeder i tern

Du skal selv have:

Olie, Peber, Salt, Smør

Fremgangsmåde

- 1 Skræl kartofler og rødder og skær dem i 2-3 cm tern. Dæk med vand og kog ca 15 min uden salt.
- 2 Hæld krydderiblanding i en frostpose, kom kødet i og fordel krydderi godt på kødet ved at ælte det lidt.
- 3 Skyl, tør og hak persillen. Varm en wokpande eller sauterpande op til høj varme og tilsæt lidt olie. Steg kødet ved høj varme og vend ofte i det, så det får farve på alle sider. Sæt til side og hold varmt til mosen er klar.
- 4 Hæld vandet fra rodfrugterne, men gem ½ dl. Mos med et piskeris, tilsæt kogevandet, 1 tsk smør og smag til med salt og peber.
- 5 Servér mosen toppet med krydret kød og persilledrys og rødbeder

Allergener

Laktosefri, Mælk

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: 2.285 kj / 546 kcal

Indhold Pr. portion

Fedt	7,7 g
heraf mættede fedtsyrer	2,8 g
Kulhydrat	77,0 g
heraf sukkerarter	23,0 g
Protein	42,2 g
Salt	1,0 g
Kostfibre	12,6 g