



2 PORTIONER



4 DAGES HOLDBARHED



15 - 20 MIN. TILBEREDNING

Grillede koteletter og kartoffelsalat med bladselleri og æble

Det skal du bruge

300 g kartofler
1 stilk bladselleri
½ stk æble
½ stk skalotteløg
½ pose dild, frisk
2 stk koteletter
½ pakke tyrkisk kryddermix
1 pakke aioli
50 g rucola salat
100 g cherrytomater

Du skal selv have:

Olie, Olivenolie, Peber, Salt

Fremgangsmåde

- 1** Tænd grillen, hvis du ønsker at tilberede retten på grill.
- 2** **Kartofler:** Del kartoflerne i kvarte og kog dem i 12-15 min. til de slipper, når man stikker i dem.
- 3** **Grøntsager:** Skyl og skær selleri i tynde skiver og æble i tern. Pil og hak skalotteløg fint. Skyl og hak dilden fint.
- 4** **Koteletter:** Krydr koteletterne med lidt salt og peber. **Grill:** Brun koteletterne af på direkte varme. Steg færdig på inddirekte varme ca. 10 min. i alt. Vend dem undervejs. Krydr med kryddermix mod slutningen af stegetiden. Lad kødet hvile indtil servering. **Pande:** Varm en stegepande op til høj varme og tilsæt lidt olie. Steg kødet ca. 2-3 min. på hver side, så det lige er gennemstegt. Krydr med kryddermix mod slutningen af stegetiden. Lad kødet hvile indtil servering.
- 5** **Cremet kartoffelsalat:** Bland grøntsagerne og kartoflerne sammen i en salatskål og vend aiolien i. Smag til med salt og peber.
- 6** **Anret:** Skyl rucola og cherrytomater og anret på tallerkner sammen med koteletter og kartoffelsalat. Dryp med lidt olivenolie, krydr salt og peber og servér.

Allergener

Æg, Selleri

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: 2.815 kJ / 673 kcal

Indhold Pr. portion

Fedt 44,3 g
heraf mættede fedtsyrer 9,7 g

Kulhydrat 34,4 g
heraf sukkerarter 9,2 g

Protein 34,1 g

Salt 2,3 g

Kostfibre 4,7 g