



ca-al85

Nötfärskalops med persilja och inlagda rödbetor

 40 min

INGREDIENSER

Kalops

Morot 2 st
Gul lök 1 st
Nötfärs 250 g
Malen kryddpeppar 2 krm
Lagerblad 2 st
Majsstärkelse 1 tsk
♣ Smör 1 msk
♣ Vatten 2 dl
♣ Köttbuljong $\frac{3}{4}$ tärning
♣ Kinesisk soja $\frac{1}{2}$ tsk
♣ Salt
♣ Svartpeppar

Till servering

Potatis 450 g
Kruspersilja 20 g
Inlagda rödbetor

- 1 Koka potatis mjuk i lättsaltat vatten.
- 2 **Förberedelser:** Skala och slanta morötter. Tärna gul lök.
- 3 **Kalops:** Hetta upp smör i en stekgryta. Fräs morötter och lök ca 3 min. Tillsätt nötfärs och stek ytterligare ca 3 min. Rör ner malen kryddpeppar, lagerblad, vatten, smulad köttbuljong och kinesisk soja. Sjud ca 8 min under lock.
- 4 Rör ut majsstärkelsen i lika mängd kallt vatten. Rör ner i grytan med kalops och sjud ytterligare ca 2 min. Smaka av med lite salt och nymald svartpeppar.
- 5 Grovhacka kruspersilja och strö över grytan. Servera med nykokt potatis och inlagda rödbetor.

Tänk på att alltid tvätta händer och köksredskap direkt efter kontakt med rå nötfärs!