



Notera att ingredienser kan avvika från receptbilden

## Pannbiffar med stekt kål, potatismos och lingon

### Pannbiffar med stekt kål

Nötfärs 250 g  
Vitkål 250 g  
Gul lök 1 st  
Torkad timjan 1 krm  
🏠 Ströbröd 2 msk  
🏠 Mjolk ½ dl  
🏠 Salt ½ tsk  
🏠 Svartpeppar  
🏠 Olivolja  
🏠 Flytande honung 1 tsk

### Potatismos

Mospotatis 450 g  
🏠 Mjolk ½ dl  
🏠 Smör 2 tsk  
🏠 Salt  
🏠 Svartpeppar

### Tillbehör

Rårörda lingon 100 g

1. Värm ugnen till 175°C (varmluft) eller 200°C (vanlig).
2. **Potatismos:** Skala mospotatis och koka i lättsaltat vatten.
3. **Pannbiffar:** Blanda ströbröd, mjolk, nötfärs, salt och lite nymald svartpeppar i en bunke.
4. Forma färsen till 2 stora pannbiffar och bryn i lite olivolja i en stekpanna, ca 2 min per sida. Lägg biffarna i en ugnform. Stek klart mitt i ugnen ca 8 min, tills biffarna är helt genomstekta (innertemp 72°C).
5. **Stekt kål:** Skiva vitkål och gul lök tunt. Hetta upp lite ny olivolja i stekpannan. Fräs strimlad kål och lök ca 3 min. Krydda med torkad timjan, flytande honung och lite salt. Stek ytterligare ca 4 min, tills det fått lite färg och kålen blivit mjuk.
6. **Potatismos:** Värm mjolk och smör i en liten kastrull. Häll av och mosa potatisen med en elvisp eller potatisstöt. Tillsätt mjölkblandningen och vispa till ett mos. Smaka av med salt och lite nymald svartpeppar.
7. Servera pannbiffar med stekt kål, lök, potatismos och en klick rårörda lingon.