



Notera att ingredienser kan avvika från receptbilden

Timjanstek fläskkotlett med rotfrukter och rostad vitlökskräm

Rostade rotfrukter

Morötter 300 g
Potatis 400 g
Torkad timjan ½ tsk
Bladpersilja 20 g
🏠 Olivolja 1 tsk
🏠 Salt ½ tsk

Timjanstek fläskkotlett

Fläskkotlett 300 g
Torkad timjan ½ tsk
🏠 Salt ½ tsk
🏠 Svartpeppar
🏠 Smör

Rostad vitlökskräm

Matyoghurt 1 dl
🏠 Olivolja ½ msk
🏠 Vitlök 1 klyfta
🏠 Salt
🏠 Svartpeppar

1. Värm ugnen till 225°C (varmluft) eller 250°C (vanlig).
2. **Rostade rotfrukter:** Skala och skär morötter i grova bitar. Klyfta potatis. Lägg allt på en smord ugnsplåt och blanda med olivolja, torkad timjan och salt. Rosta högt upp i ugnen ca 22 min, tills potatisen är klar.
3. **Timjanstek fläskkotlett:** Skär fläskkotlett i 2 jämntjocka skivor. Krydda med torkad timjan, salt och nymald svartpeppar. Hetta upp lite smör i en stekpanna. Stek köttet på medelvärme ca 4 min per sida, tills det är helt genomstekt (innertemp 72°C).
4. **Rostad vitlökskräm:** Häll olivolja i en liten kastrull. Pressa ner vitlök och fräs tills vitlöken börjar dofta gott. Ta från värmen och blanda vitlöksoljan med matyoghurt. Smaka av med lite salt och nymald svartpeppar.
5. Grovhacka bladpersilja och blanda med de rostade rotfrukterna.
6. Servera nystekta fläskkotletter med rostade rotfrukter och vitlökskräm.