



Notera att ingredienser kan avvika från receptbilden

Timjankryddade färsbiffar med fänkålssky, smörstekt äpple och spetskål

Potatisstomp

Mospotatis 400 g

🏠 Smör 30 g

🏠 Salt

🏠 Svartpeppar

Färsbiffar

Nötfärs 250 g

Torkad timjan ¾ tsk

🏠 Ströbröd ¼ dl

🏠 Mjöl ½ dl

🏠 Salt ½ tsk

🏠 Svartpeppar

🏠 Smör

Fänkålssky

Bananschalottenlök 1 st

Fänkålsfrö ½ tsk

Kinesisk soja ½ tsk

🏠 Vetemjöl 1 tsk

🏠 Vatten 2 ½ dl

🏠 Köttbuljong ½ tärning

Smörstekt spetskål och äpple

Spetskål 1 st

Rött äpple 1 st

Torkad salvia ¾ tsk

🏠 Smör

🏠 Salt 1 krm

1. Värm ugnen till 175°C (varmluft) eller 200°C (vanlig).

2. Skala och koka mospotatis mjuk i lättsaltat vatten.

3. **Färsbiffar:** Rör ihop ströbröd och mjöl i en bunke. Blanda ner nötfärs, torkad timjan, salt och lite nymald svartpeppar. Forma färsen till 2 biffar och stek på båda sidor i lite smör. Lägg över i en ugnform och dra stekpannan från värmen (diska ej ur stekpannan, den används till fänkålsskyn). Tillaga klart biffarna i nedre delen av ugnen ca 12 min, tills biffarna är helt genomstekta (innertemp 72°C).

4. **Fänkålssky:** Skiva bananschalottenlök. Fräs lök och fänkålsfrö i stekpannan som användes till biffarna. Pudra ner vetemjöl. Vispa ner vatten, kinesisk soja och smulad köttbuljong. Sjud ca 5 min. Sila bort lök och fänkålsfrö innan servering.

5. **Smörstekt spetskål och äpple:** Skär spetskål i mindre bitar och tärna äpple. Stek spetskål i en stekpanna med lite smör ca 2 min. Tillsätt äpple och krydda allt med salt och torkad salvia. Stek ytterligare 1 min.

6. **Potatisstomp:** Häll av och krossa potatisen med en ballongvisp. Blanda ner smör i potatisen, smaka av med salt och nymald svartpeppar.

7. Servera timjankryddade färsbiffar med potatisstomp, fänkålssky och smörstekt spetskål och äpple.