



Notera att ingredienser kan avvika från receptbilden

# Fläskmedaljonger med svampsås, rostad potatis och äpple- och fänkålssallad

## Ugnrostad potatis

- Potatis 400 g
- 🏠 Bakplåtspapper 1 st
- 🏠 Olivolja
- 🏠 Salt
- 🏠 Svartpeppar

## Äpple- & fänkålssallad

- Rött äpple 1 st
- Fänkål 1 st
- 🏠 Olivolja ½ msk
- 🏠 Vitvinsvinäger ½ msk
- 🏠 Flingsalt
- 🏠 Svartpeppar

## Svampsås

- Bananschalottenlök 1 st
- Champinjoner 125 g
- Kinesisk soja ½ tsk
- 🏠 Smör 1 msk
- 🏠 Vetemjöl ½ msk
- 🏠 Mjök 2 dl
- 🏠 Köttbuljong ½ tärning
- 🏠 Salt
- 🏠 Svartpeppar

## Fläskmedaljonger

- Fläskkotlett 300 g
- Torkad timjan ½ tsk
- 🏠 Salt 2 krm
- 🏠 Svartpeppar
- 🏠 Smör ½ msk
- 🏠 Olivolja

1. Värm ugnen till 225°C (varmluft) eller 250°C (vanlig).
2. **Förberedelser:** Skär potatis i klyftor. Finhacka bananschalottenlök. Skiva hälften av champinjonerna, kvarta resten (är till steg 6).
3. **Ugnrostad potatis:** Lägg potatisklyftorna på en ugnsplåt med bakplåtspapper. Ringla över lite olivolja. Krydda med salt och lite nymald svartpeppar. Rosta klyftorna i övre delen av ugnen ca 25 min. Rör om efter halva tillagningstiden.
4. **Äpple- och fänkålssallad:** Skär äpple i tunna skivor. Ansa och skär fänkål i tunna skivor. Använd gärna en mandolin för riktigt tunna skivor. Lägg allt i en skål. Blanda med olivolja, vitvinsvinäger, flingsalt och lite nymald svartpeppar.
5. **Svampsås:** Hetta upp smör i en kastrull. Fräs skivade champinjoner och lök ca 3 min. Pudra över vetemjöl. Vispa ner mjök, lite i taget. Tillsätt smulad köttbuljong, kinesisk soja, salt och lite nymald svartpeppar. Koka upp och sjud ca 7 min. Smaka av med lite salt.
6. **Fläskmedaljonger:** Skär fläskkotlett i 2 st skivor. Dela sedan skivorna på hälften. Banka dem lite lätt med handen, så de blir jämnstora. Krydda med salt, lite nymald svartpeppar och torkad timjan. Hetta upp smör och lite olivolja en stekpanna. Stek köttet ca 3 min per sida, tills det är helt genomstekt (inntertemp 72°C). Tillsätt kvartade champinjonerna och fräs ytterligare ca 1 min.
7. Servera nystekta fläskmedaljonger med svampsås, rostad potatis, champinjoner och äpple- och fänkålssallad.