



Notera att ingredienser kan avvika från receptbilden

Stekt fläskkarré rostade rotfrukter och äpple

Rostade rotfrukter

Morot 3 st

🏠 Bakplåtspapper 1 st

🏠 Neutral olja

🏠 Salt

Fläskkarré med skysås

Fläskkarré 300 g

Kycklingbuljong ½ påse

Torkad timjan 1 ts

Flytande honung 1 förp

Rött äpple 1 st

🏠 Salt 2 krm

🏠 Svartpeppar

🏠 Smör 1 msk

🏠 Neutral olja

🏠 Vetemjöl 1 ts

🏠 Vatten 1½ dl

🏠 Vitvinsvinäger 1 ts

Basmatiris

Basmatiris 135 g

1. Värm ugnen till 225°C (varmluft) eller 250°C (vanlig).
2. **Rostade rotfrukter:** Klyfta morot, lägg på en ugnsplåt med bakplåtspapper. Ringla över lite neutral olja. Krydda med lite salt. Rosta högt upp i ugnen ca 15 min.
3. **Basmatiris:** Koka basmatiris enligt anvisning på förpackningen.
4. **Fläskkarré med skysås:** Skär fläskkarré i jämntjocka skivor. Krydda med salt och lite nymald svartpeppar. Hetta upp smör och lite neutral olja i en rymlig stekpanna. Stek köttet på hög värme ca 2 min per sida. Sänk till medelvärme.
5. Pudra vetemjöl över pannan. Rör ner vatten, kycklingbuljong, torkad timjan, honung och vitvinsvinäger. Sjud ca 2 min, tills köttet är helt genomstekt.
6. Tärna äpple och strö över pannan med fläskkarré. Servera med nykokt ris och rostade rotfrukter.