



Notera att ingredienser kan avvika från receptbilden

Pannbiff med sötsyrlig rostad vitlökssky, rotfrukter och ruccola

Rostade rotfrukter

Småpotatis 400 g
 Morot 2 st
 Palsternacka 150 g
 ● Bakplåtspapper 1 st
 Ruccola 30 g
 Chili flakes 1 krm

Pannbiff

Blandfärs 250 g
 ● Salt ½ tsk
 Torkad timjan ½ tsk
 Panko ½ förp
 ● Mjöl ½ dl

Rostad vitlökssky

Vitlök 3 klyftor
 ● Smör 10 g
 Torkad timjan ½ tsk
 ● Vetemjöl ½ msk
 ● Balsamvinäger 2 msk
 ● Vatten 1 ½ dl
 ● Socker ¾ msk
 Köttbuljong ½ påse

Att ha hemma ●

Bakplåtspapper,
 Balsamvinäger, Mjöl,
 Olivolja, Salt, Smör,
 Socker, Svartpeppar,
 Vatten, Vetemjöl

1. Värm ugnen till 225°C (varmluft) eller 250°C (vanlig).
2. **Rostade rotfrukter:** Skär småpotatis, morot och palsternacka i jämnstora klyftor. Lägg på en ugnsplåt med bakplåtspapper och blanda med lite olivolja, salt och nymald svartpeppar. Lägg på 3 vitlöksklyftor med skalet på (används till vitlöksskyn). Rosta i övre delen av ugnen, ca 20 min. Ta ut vitlöken efter ca 15 min.
3. **Pannbiff:** Lägg blandfärs i en bunke och blanda ner salt, nymald svartpeppar, torkad timjan, panko och mjöl. Forma till 2 pannbiffar. Hetta upp lite olivolja i en stekpanna och bryn biffarna ca 2 min per sida. Lägg i en ugnform och tillaga klart i undre delen av ugnen ca 10 min, tills de är helt genomstekta.
4. **Rostad vitlökssky:** Smält smör i en kastrull och fräs torkad timjan ca 20 sek. Pudra över vetemjöl och vispa ner balsamvinäger, vatten, socker och köttbuljong. Skala den rostade vitlöken och lägg ner i såsen. Mixa slätt med stavmixer. Koka ca 4 min.
5. Grovhacka ruccola. Blanda ruccolan och lite chili flakes med de rostade rotfrukterna. Servera med pannbiffar och sötsyrlig rostad vitlökssky.