



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

Svinemedaljonger med sellerirotpuré og ovnsbakte poteter, grønnkål og eple, servert med rødvinssaus

Ovnsbakte poteter med grønnkål og eple

350 g poteter
1 stk hvitløksfedd
1 stk norsk eple
50 g strimlet grønnkål

Sellerirotpuré

300 g sellerirot
🏠 ½ ss smør
🏠 ½ dl melk

Svinemedaljonger

300 g filestykk av svin

Rødvinssaus

½-1 pakke rødvinssaus

🏠 bakepapir (kan sløyfes)
🏠 olje
🏠 salt
🏠 pepper

- 1 Sett stekeovnen på 220 grader.
- 2 **Ovnsbakte poteter med grønnkål og eple:** Skyll og kutt potetene i fire jevnstore biter. Skrell og kutt hvitløken i tynne skiver. Fordel potetene og hvitløken utover et stekebrett med bakepapir, og ha over litt olje, salt og pepper. Stek potetene og hvitløken midt i ovnen i omtrent 25 minutter, eller til potetene er gjennomstekte.
- 3 **Ovnsbakte poteter med grønnkål og eple, fortsettelse:** Kutt eplet i fire, og deretter i tynne båter. Bland eplebåtene og grønnkålen med potetene når det gjenstår omtrent 5 minutter av steketiden.
- 4 **Sellerirotpuré:** Skrell og kutt selleriroten i jevnstore biter. Kok selleriroten i lettsaltet vann i 15–20 minutter, eller til den er gjennomkokt. Sil vannet av selleriroten, og ha den tilbake i kjelen. Kjør selleriroten og ½ ss smør til en puré med en stavmikser. Spe på med ½ dl melk, litt etter litt, til puréen har ønsket konsistens. Smak til med salt og pepper.
- 5 **Svinemedaljonger:** Skjær kjøttet i 4 jevnstore stykker, og press hvert stykke forsiktig sammen. Krydre kjøttet med salt og pepper. Varm opp en stekepanne til middels høy varme, og ha i litt olje. Stek kjøttet i 2–3 minutter på hver side. Legg kjøttet over på en tallerken, og la det hvile i 3 minutter før servering.
- 6 **Rødvinssaus:** Ha rødvinssausen i stekepannen du stekte kjøttet i, og kok opp på middels varme under omrøring. Ta pannen av varmen.
- 7 God middag!

Tips fra kokken: Du kan også kutte selleriroten i biter og steke den i ovnen med potetene.