



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

# Krydret filetstykke av svin med potetchunks, brokkolisalat, mais og peppersaus

## Potetchunks

350 g poteter

## Krydret filetstykke av svin

300 g filetstykke av svin

½-1 pakke røkt chilimix

1 pakke oregano

🏠 ½ ts salt

## Brokkolisalat med rødløk og mais

1 stk brokkoli

1 stk rødløk

1 pakke maiskorn

🏠 1 ss smør

## Peppersaus

½-1 pakke peppersaus

🏠 olje

🏠 pepper

🏠 bakepapir (kan sløyfes)

- 1 Varm opp stekeovnen til 210 grader varmluft.
- 2 **Potetchunks:** Del potetene i 4 eller 6 biter, avhengig av størrelsen. Ha potetbitene på et stekebrett med bakepapir, og vend inn litt olje, salt og pepper. Stek potetene midt i ovnen i 20-25 minutter, eller til de er møre.
- 3 **Krydret filetstykke av svin:** Varm opp en stekepanne til høy varme, og ha i litt olje. Brun kjøttet på alle sider i 4-5 minutter. Ha kjøttet over på en tallerken. Bland sammen røkt chilimix, oregano og 1 ts salt, og gni inn kjøttet med blandingen.
- 4 **Krydret filetstykke av svin, fortsettelse:** Legg kjøttet på brettet med potetene i ovnen når det gjenstår omtrent 15 minutter av potetenes steketid. Stek kjøttet i 12-14 minutter, og la det hvile i romtemperatur i 3-4 minutter før du skjærer det i skiver. Hvis du bruker et steketermometer, skal kjøttet stekes til det har 62-64 grader i kjernetemperatur.
- 5 **Brokkolisalat med rødløk og mais:** Kok opp en kjele med lettsaltet vann. Del brokkolien i små buketter. Skrell og kutt stilkene i skiver. Skrell og kutt løken i tynne båter. Sil laken av maisen, og skyll den i kaldt vann. Kok brokkolien i omtrent 3 minutter. Tilsett løken, og kok opp. Sil av vannet, og ha brokkolien og løken tilbake i kjelen. Tilsett maisen og 1 ss smør, varm opp, og stek på høy varme i 2 minutter.
- 6 **Peppersaus:** Ha sausen i en liten kjele, og varm opp på middels varme.
- 7 Håper det smaker!

**Tips fra kokken:** Du kan også steke brokkolien og løken med potetene de siste 15 minuttene av potetenes steketid.