



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

# Laksekarbonader med ovnsbakte båtpoteter, kremet kålrot med spinat, og syrlig eple

## Ovnsbakte båtpoteter

350 g poteter

## Kremet kålrot med spinat

300 g kålrot

50 g spinat

1 pakke

grønnsaksbuljong

1 pakke kokestabil

matfløte

1 ts sitronskall

🏠 2 dl vann

## Laksekarbonader

1 pakke lakseburger

## Syrlig eple

½-1 stk norsk eple

½ stk sitron

🏠 olje

🏠 smør

🏠 olivenolje

🏠 pepper

🏠 salt

🏠 bakepapir (kan sløyfes)

- Ovnsbakte båtpoteter:** Skyll og kutt potetene i båter. Fordel potetene på et stekebrett med bakepapir, og vend inn litt olje, salt og pepper. Stek potetene i ovnen i 20–25 minutter, eller til de er gylne og gjennomstekte.
- Kremet kålrot med spinat:** Skrell og kutt kålroten i små terninger. Varm opp en kjele til middels høy varme, og ha i litt olje. Stek kålrotterningene i 5–6 minutter under omrøring, til de er gylne. Ha i 2 dl vann og grønnsaksbuljongen, og kok opp. La det småkoke i 8–10 minutter, eller til kålroten er mør, og nesten all væsken har kokt bort. Ha i fløten, kok opp på nytt, og la det småkoke i 3–4 minutter. Skyll sitronen, og finriv litt av skallet (kun det gule) på et rivjern. Skyll spinaten, og vend den inn med kålroten før servering. Smak til med sitronskallet, salt og pepper.
- Laksekarbonader:** Varm opp en stekepanne til middels høy varme, og ha i litt olje og smør. Varm opp en stekepanne til middels høy varme, og ha i litt olje og smør. Krydre lakseburgerne med salt og pepper på begge sider, og stek dem i omtrent 2 minutter på hver side. Skru av varmen, og la karbonadene hvile i stekepannen frem til servering.
- Syrlig eple:** Skyll og kutt eplet i strimler. Ha eplestrimlene i en skål, og vend inn litt olivenolje og saft fra sitronen.
- Server laksekarbonadene med den kremede kålroten og potetene, og topp med de syrlige eplestrimlene. Vel bekomme!