



Notera att ingredienser kan avvika från receptbilden

Timjanstek fläskkotlett med rotfrukter och rostad vitlökskräm

Rostade rotfrukter

Morötter 300 g
Potatis 400 g
Torkad timjan 1 tsk
Bladpersilja 20 g
🏠 Olivolja 1 tsk
🏠 Salt ½ tsk

Timjanstek fläskkotlett

Fläskkotlett 300 g
Torkad timjan 1 tsk
🏠 Salt ½ tsk
🏠 Svartpeppar
🏠 Smör

Rostad vitlökskräm

Vitlök 1 klyfta
Matyoghurt 1 dl
🏠 Olivolja ½ msk
🏠 Salt
🏠 Svartpeppar

1. Värm ugnen till 225°C (varmluft) eller 250°C (vanlig).
2. **Rostade rotfrukter:** Skala och skär morötter i grova bitar. Klyfta potatis. Lägg allt på en smord ugnsplåt och blanda med olivolja, torkad timjan och salt. Rosta högt upp i ugnen ca 22 min, tills potatisen är klar.
3. **Timjanstek fläskkotlett:** Skär fläskkotlett i 2 jämntjocka skivor. Krydda med torkad timjan, salt och nymald svartpeppar. Hetta upp lite smör i en stekpanna. Stek köttet på medelvärme ca 4 min per sida, tills det är helt genomstekt (innertemp 72°C).
4. **Rostad vitlökskräm:** Häll olivolja i en liten kastrull. Pressa ner vitlök och fräs tills vitlöken börjar dofta gott. Ta från värmen och blanda vitlöksoljan med matyoghurt. Smaka av med lite salt och nymald svartpeppar.
5. **Rostade rotfrukter:** Grovhacka bladpersilja och blanda med de rostade rotfrukterna.
6. Servera nystekta fläskkotletter med rostade rotfrukter och vitlökskräm.