



Professionel forarbejdning



Kreative retter



Friske og smagfulde råvarer

SOLES CANTINA

BIKSE MAD

Forbrug: Rester af kalve steg (eller kylling bryst), squash, løg, gode pillekartofler (kogt dagen før), rødbede, æg og pynt.



Opskriften er pr. person.

50gr fint skåret løg, 50gr finskåret rødbede, 50gr finskåret kartoffel (kogt dagen før) og 50gr finskåret squash og 100gr (K) / 100gr (M) finskåret for-stegt eller kogt kød (kalv eller kylling) – alt i tern. (Ægget giver de manglende 25gr/50gr i forhold til kødindtagelsen)

Skær det hele ud i små tern.

Start med at stege løgene i hed olie, kom så rødbederne i, herefter kød, så kartoflerne og til sidst squashen.

Krydder det hele med salt og peber. Tilsæt gerne et stænk "Engelsk sauce".

Server med et spejlæg og krydder med salt og peber.

Husk pynt ;-)

Bon appetit

