



Professionel forarbejdning



Kreative retter



Friske og smagfulde råvarer

SOLES CANTINA

MØRBRADBØF MED BLØDE LØG

Forbrug: Svinemørbrad, Kolde kogte pillekartofler, løg og asparges broccoli



Opskriften er pr. person.

75gr fint skåret løg, 75gr skivet kartoffel (kogt dagen før), 50gr asparges broccoli og 125gr (K) / 150gr (M) svinemørbrad i skiver.

Bank mørbrad stykkerne flade i et stykke bagepapir.

Start med at stege løgene i hed olie, tag dem af panden og steg nu bøfferne på samme pande. Steg asparges broccoli og kartofler på en pande for sig. Husk at krydre alt godt med salt og peber (Giv evt. kartofler og asparges broccoli et drys spidskommen og/eller paprika.) Vend lige løgene en enkelt gang på panden igen og tilsæt gerne et stænk "Engelsk sauce". Husk lidt pynt ;-)

Bon appetit

