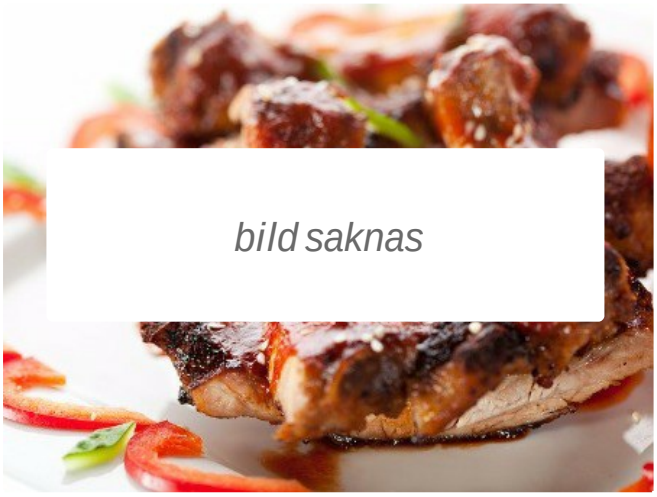


inköpslistan.se

Av: Malin Zovic

4 port

Fläskkött, Huvudrätt, Budget, Lättlagat

ÄPPELFYLLD KASSLER I UGN

Ingredienser

1 st lök, gul
2 st äpple
$^1/_2$ msk matolja
600 g kassler
2 msk honung, flytande
1 st apelsin
1 tsk ingefära

Gör så här

Skala och hacka löken. Skölj, kärna ur och hacka äpplen. Fräs lök och äpple glansigt i oljan. Låt svalna.

Skär en djup ficka i en bit kassler, längs med. Stoppa fickan full med äppelfyllningen. Fäst ev med trästickor så att kasslern ser hel ut. Lägg den på ett ugnssäkert fat.

Blanda honung, pressad saft av apelsin och malen ingefära. Häll blandningen över kasslern. Ställ in fatet i 225°c, ca 20 minuter.

Servera kasslern skuren i skivor med bakad potatis och en sallad på isbergssallad och skivad apelsin och ev resterande äppelfyllning.