



*bild saknas*

- 4 port
- Köttfärs, Huvudrätt

## BIFF MED ROSTADE MORÖTTER & ÄPPEL-CURRYSÅS\*

### Ingredienser

#### Fyllda färsbiffar

800 g blandfärs  
100 g fetaost  
(*eller annan smakrik ost*)  
2 dl mjölk, standard (*eller vatten*)  
1 st lök, gul  
3 st ägg  
salt  
svartpeppar  
socker

#### Ugnsrostade morötter

1 kg morötter  
1 st vitlök (*hel*)  
1 msk olivolja  
flingsalt  
svartpeppar

#### Kall äppel-currysås

250 g creme fraiche, lätt  
2 st äpple  
1 msk scharlottenlök (*finhackad*)  
1 msk curry  
1 msk honung, flytande  
salt  
svartpeppar

### Gör så här

#### Biffarna:

Skala och grovhacka löken. Skär osten i små kuber. Lägg färsen i en skål och blanda i löken, äggen, osten och mjölken (eller vattnet). Smaksätt med salt, peppar och lite socker.

Forma till 4 tjocka biffar. Stek biffarna i smör eller margarin ca 5 minuter på varje sida.

#### Morötterna:

Sätt ugnen på 200 grader. Skala morötterna och dela dem i mindre bitar. Halvera vitlöken. Lägg morötterna och vitlöken på en plåt och ringla över olivoljan. Salta och peppra. Baka i ugnen i ca 20 minuter. Stick en kniv i morötterna för att känna när dom är möra.

#### Såsen:

Riv äpplena på rivjärn. Blanda med lätt crème fraiche, persilja, lök, honung och curry. Smaksätt med salt och peppar.