inköpslistan.se

Av: Lotta Kruse

4 port

Fläskkött, Huvudrätt, Fest, I ugn

GRÖNSAKSLÅDA MED FLÄSKKOTLETTER OCH PERSILJESMÖR

Mycket av smaken på grönsakslådan kommer från tomatsåsen som ska puttra ihop och låta sig smakas av. Såsen med alla grönsaker toppas med en god röra på ägg,

Ingredienser

Tomatsåsen

2 st lök, gul
3 klyftor vitlök *(hackade)*
1 st squash *(ca 300g, i halvmånar)*
1 st paprika, röd *(fint tärnad)*
1 burk tomater, krossade
1 msk örtkryddor provencale
1 dl persilja
1 dl basilika
5 st ägg
1,5 msk dijonsenap
1,5 dl parmesan
olivolja
salt
svartpeppar

Persiljesmör

125 g smör
1 kruka persilja
1 st lime *(pressad)*
salt

Övrigt

6 st fläskkotlett
1 pkt körsbärstomater

Gör så här

1. Mycket av smaken på grönsakslådan kommer från tomatsåsen som ska puttra ihop och låta sig smakas av. Såsen med alla grönsaker toppas med en god röra på ägg, senap och parmesan vilket ger ytan en grymt härlig och inbjudande färg. För att inte tala om smak :-)

Fläskkotletterna snittade jag fettkanten på och sedan stekte jag dem i mycket smör som jag smaksatte med färsk timjan. Salt och peppar. Och efter stekning på med en klick persiljesmör.

2. Fräs lök och paprika i olivolja.

3. Häll över krossade tomater. Krydda med örtkrydda och blanda ned färska örter. Låt småputtra ca 20 minuter. Smaka av med salt och svartpeppar.

4. Fräs squash i olivolja och ställ åt sidan.

5. Vispa ihop ägg, senap och parmesan. Smöra en rund form med avtagbar kant (behåll kanten på).

6. Häll i tomatsåsen och blanda ner squashen. Toppa med äggblandningen. Ställ in i ugnen på 175° och tillaga ca 1 timma, tills smeten satt sig och ytan fått fin färg.

7. Servera med stekta fläskkotletter och persiljesmör, och gärna tomater smaksatta med olivolja, salt och svartpeppar.