

KALVETYKSTEG m/ananas og tomat - 4 Personer



600 G
KALVETYKSTEG
(Den tynde side)
½ FRISK ananas i ½
cm TYKKE SKIVER
2 BØFTOMATER i 1
cm TYKKE SKIVER
1 SPSK.
rosmarinhonning
ELLER anden
FLYDENDE
Honning
OLIVENOLIE
SALT OG Peber
2 STILKE FRISK
rosmarin meget
FINT HAKKET

KØDET RULLES I ROSMARIN, SALT OG
PEBER OG BRUNES GODT AF PÅ ALLE
SIDER I OLIE.

HVILER 10 MIN PÅ ET TALLERKEN.

STEGESKYEN HÆLDER I ET OVNFAST
FAD.

ANANAS OG TOMAT LÆGGES
TAGLAGT I FADET OG SÆTTES I EN
200 G VARM OVN I 10 MIN.

TAG FADET UD,

PLACER KØDET OVENPÅ ANANAS OG
TOMAT OG STEG VIDERE I 20 MIN.

SERVER MED GRATIN DAUPHINOISE
(FLØDEKARTOFLER), SOM I ØVRIGT
HURTIGST LAVES I MIKROOVNEN. OG
HUSK AT BRUGE DEN
LANGTIDSHOLDbare PISKEFLØDE.
DEN ER IKKE SJASKET MEN TYK OG
CREMET OG KARTOFLERNE BLIVER
GANSKE MAGELØSE.