



M unkebo
M and
M ad, der simrer

16. februar 2012

Hovedret

Svineskank med ovnbagte grøntsager (opskrift til 4 personer).



Ingredienser:

Svineskanke, gulerødder, æblejuice, hvidløg – mængden afhænger af humør og appetit.

Ingredienser til ovnbagte grøntsager:

600g pastinakker, 25g smør, 4 æbler, 1 stang

vanilje, nogle kviste timian, 1 spsk akaciehonning, 1 spsk æbleeddike, salt og peber, 100g bacon i tern, 2 spsk hakket persille.

Svineskank:

Svineskanke koges i 2 timer tilsat gulerødder, æblejuice og hvidløg. Sættes derefter i ovn 1 time ved 200 grader og under grill til sværen er sprød.

Ved servering deles kødet i passende stykker.

Ovnbagte grøntsager:

Skræl pastinakkerne, skær top og spids fra. Skær dem i 2cm tykke skiver, der deles i mundrette stykker. Æblerne skylles og deles i 6-8 både. Stilk, blomst og kernehus fjernes. Bådene skæres i mundrette stykker, der blandes med pastinakken i et ildfast fad.

Skær spidserne af 1 vaniljestang. Flæk den og skrab kornene ud med ryggen af en kniv. Fordel kornene på pastinak- og æblestykkerne. Fordel smeltet smør over blandingen og dup med honning og eddike. Krydr med timian, salt og peber og fordel 100g baconterninger på blandingen.

Pastinakkerne bages i ovn ved 200 grader i 40 minutter. Rør i blandingen et par gange undervejs.

Ved servering drys godt med hakket persille. Rør evt. en sennep.