



M unkebo
M and
M ad, der simrer

21. februar 2013

Hovedret

Hjerter med stegte æbler (opskrift til 4 personer).



Ingredienser:

Hjerter: 2 svinehjerter (a ca. 275 gram), 1/4 tsk groft salt, 2 dl små persillekviste, 25 gram smør, 1/2 dl vand, 3/4 tsk. groft salt, friskkværnet peber.

Sauce: Stegesky fra hjerterne (ca. 1 dl), 1/2 l Karolines Køkken Hvid Mælkesauce 4%, 1/4 tsk groft salt, evt. kulør.

Stegte æbler: 25 g smør, 5 porrer i 1 cm skrå skiver (ca. 300 gram), 4 uskrællede æbler i både, fx. Cox Orange (ca. 400 gram), 1 tsk

tørret timian, 1 1/4 tsk sukker, 3/4 tsk groft salt.

Tilbehør: 1 kg kartofler.

Rens, skyl og tør hjerterne godt. Drys dem indvendig med salt, fordel persillen herpå og luk med kødnåle. Lad smørret blive gyldent i en stegegryde. Brun hjerterne på alle sider (ca. 4 min. i alt). Hæld vand ved og drys med salt og peber. Braiser hjerterne ved jævn varme og under låg i ca. 1 1/2 time - vend hjerterne efter ca. 45 min. Tag hjerterne op og lad dem hvile tildækket i ca. 10 min.

Si stegeskyen og hæld den tilbage i gryden. Bring skyen i kog, tilsæt mælkesauce og salt. Kog saucen ved svag varme og under omrøring i ca. 2 min. Tilsæt evt. kulør og smag saucen til.

Smelt smørret i en pande ved kraftig varme, men uden at det bruner. Svits porrerne i ca. 1 min. Tilsæt æbler, timian, sukker og salt og steg ved svag varme i ca. 4 min. Smag de stegte æbler til.

Pynt retten med små persillekviste og server med kogte kartofler.